

# والدین کے لیے رہنما: اگر آپ کا بچہ کووڈ-19 والے کسی فرد کا قریبی رابطہ ہے

6 اکتوبر 2021

- اگر نگہداشت طفل مرکز یا اسکول میں موجود کسی فرد کا کووڈ-19 کا ٹیسٹ مثبت آتا ہے تو، والدین کو مطلع کیا جائے گا۔
- جو بچے قریبی رابطہ ہیں انہیں گھر پر رہنا اور جس فرد کا ٹیسٹ مثبت آیا تھا ان کے ساتھ آخری ابتلاء کی تاریخ سے 10 دنوں تک خود کو آئسولیٹ کرنا ضروری ہے۔ صحت عامہ آپ کو بتائے گا کہ قریبی رابطے سبب آئسولیشن کب ختم کر سکتے ہیں۔
- جن بچوں کو پوری طرح سے ٹیکہ لگا ہوا ہے\* یا جنہیں حال ہی میں کووڈ-19 کا انفیکشن\*\* ہوا تھا، اور انہیں کووڈ-19 کی کوئی علامت درپیش نہیں ہے انہیں خود کو آئسولیٹ کرنے کی ضرورت نہیں ہے، الا یہ کہ صحت عامہ کی جانب سے ہدایت دی جائے۔



## کووڈ-19 کی علامات کے مدنظر روزانہ اپنے بچے پر نگاہ رکھیں:

جن بچوں کو پوری طرح سے ٹیکہ لگا ہوا ہے\* یا جنہیں پچھلے 90 دنوں میں حالیہ کووڈ-19 کا انفیکشن\*\* ہوا تھا انہیں بھی علامات کے مدنظر روزانہ نگاہ ڈالنی چاہیے۔

علامات کی پوری فہرست میں شامل ہیں:



تھکا ہوا، عضلات یا جوڑوں میں خراش



متلی، الٹی، اسہال



ذائقہ یا بو گھٹ جانا یا ختم ہو جانا



سانس لینے میں پریشانی



کھانسی



اور/یا کپکپی  $37.8^{\circ}\text{C}$  بخار



اشتہا گھٹ جانا یا ختم ہو جانا



گلابی آنکھ



سر درد



پیٹ میں درد



ناک بہنا یا بند ہو جانا



گلے میں خراش

## اگر آپ کے بچے میں علامات پیدا ہوتی ہیں:

PCR ٹیسٹ کی مدد سے مفت ٹیسٹ کروائیں:

- اپنے بچے کے لیے PCR ٹیسٹ کروانے کا انتظام کریں۔ اپنے اسکول یا نگہداشت طفل مرکز سے گھر پر لے جایا جانے والا PCR ٹیسٹ کٹ استعمال کریں، یا کسی مرکز تشخیص پر ایک اپائنٹمنٹ بک کریں۔
- ریپڈ اینٹیجین ٹیسٹ کا استعمال نہ کریں۔ آپ کے بچے کو PCR ٹیسٹ کی ضرورت ہے۔
- چاہے آپ کے بچے کو پوری طرح سے ٹیکہ لگا ہوا ہو\* یا انہیں حالیہ کووڈ-19 کا انفیکشن\*\* ہوا تھا، انہیں چاہیے کہ گھر پر رہیں اور اسی وقت خود کو آئسولیٹ کریں اور ٹیسٹ کروانے کا انتظام کریں۔



## گھرانے کے ممبران کو خود کو آئسولیٹ کرنے کی ضرورت ہے:

- آپ کے گھرانے کے ہر فرد کو خود کو آئسولیٹ کرنے کی ضرورت ہے جب تک آپ کی بچے کے ٹیسٹ منفی نہ ہو جائیں، الا یہ کہ گھرانے کے ممبران کو پوری طرح سے ٹیکہ لگ گیا ہو\* یا انہیں پچھلے 90 دنوں میں حالیہ کووڈ-19 کا انفیکشن\*\* ہوا تھا۔



اپنے اسکول کو مطلع کریں یا صحت عامہ کو اس نمبر پر کال کریں: **416-338-7600**

## آپ کے بچے کو خود کو آئسولیٹ کر رہے ہونے کے دوران، آپ کے گھرانے کے ہر فرد کو چاہیے کہ:

- دوسروں کا تحفظ کرنے کے لیے عوامی جگہوں میں ماسک پہنیں۔
- بھینٹ والی جگہوں سے بچیں۔
- صحت کے مسائل میں مبتلا دوسرے افراد یا عمر دراز افراد کے ساتھ رابطہ محدود کریں۔
- دوسروں سے دو میٹر کا فاصلہ قائم رکھیں۔



\*پوری طرح سے ٹیکہ لگا ہونے کی صراحت یوں کی گئی ہے کہ کووڈ-19 کے ٹیکے کی سیریز کی دوسری خوراک لینے کے بعد 14 دن یا زائد یا جیسا کہ اونٹاریو کی وزارت صحت کے ذریعے وضاحت کی گئی ہے۔  
\*\*حالیہ کووڈ-19 کے انفیکشن کا مطلب یہ ہے کہ پچھلے 90 دنوں میں اس فرد کا کووڈ-19 کا ٹیسٹ مثبت ہے اور صحت عامہ سے کلینرین مل گیا ہے۔

