

حج تے جان آله لوکان لیئی

ایم ای آر ایس۔ سی او وی دے بارے مشورہ

ہر سال تقریباً 20,000 لوگ یو کے توں کنگڈم آف سعودی عربیہ حج لیئی جایا کرن گے۔ اس توں کئی زیادہ لوک پورے سال عمرہ لیئی جا ندے نیں۔ اگرچہ زیادہ تر لوکی سفر کرن گے تے باحفاظت واپس آ جاون گے۔ حج دے موقع تے صحت دے مسائل دا خطرہ ودھ سکدا اے۔ مثال دے طور تے حاجیاں دی کھنگھ چنگی مشہور اے۔

ہر سال کنگڈم آف سعودی عربیہ دی وزارت صحت آون آله حج دے موقعے لیئی مشورے تے ہدائیتاں جاری کردی اے اس واری اک نویں دریافت ہون آله وائرس جس نوں مڈل ایسٹرن ریسپائریٹری سینڈروم کرونوائر یا مرس۔ کوو آکھیا جاندا اے دے خطرے نوں کھٹ کرنڑ لیئی اک اضافی مشورہ وی شامل کیتا گیا اے۔

MERS-CoV کے چیز اے؟

MERS-CoV اک وائرس اے کہ جہڑا پہلی وار اردن وچ 2012 وچ ویکھیا گیا سی۔ زیادہ تر کیس مشرق وسطیٰ وچ خاص کر کے کنگڈم آف سعودی عربیہ وچ تشخیص ہوئے نیں۔ ایہ بیماری زیادہ تر ساہ لینڑ دے نظام نوں متاثر کردی اے تے خطرناک حد تک بیمار کر سکدی اے، خاص طور تے انہاں لوکان نوں جنہاں نوں ایہ بیماری لگنڑ توں پہلے صحت دے مسائل ہون، کھج لوکان نوں MERS-CoV بغیر کسے علامت توں لاحق ہو سکدا سی۔

مینوں کیویں پتا لگسی کہ مینوں MERS-CoV ہو گیا اے؟

حج دے دوران یا حج توں بعد تہانوں زیادہ تر ریسپائریٹری سینڈروم لاحق ہو سکدے نیں جہڑے زیادہ خطرناک نہیں ہوندے۔ نزلہ تے حاجیاں دی کھنگھ بہتی عام بیگی۔

MERS-CoV عام طور تے فلو تے نمونیے نال ملدی جلدی، بخار تے ساہ دیاں علامتاں جیئی کھنگھ، ساہ چڑھنا تے سینے وچ پیڑ پیدا کردا اے، پر اس وچ مبتلا ہونڑ آله کج لوک بخار تے ڈائریا دیاں وجہاں توں بہتی زیادہ بیمار پائے گئے سن مگر انان دے وچ ریسپائریٹری سنڈروم دی علامت نیں سی۔ جے تہانوں حج دے دوران یا حج توں واپسی تے، بخار دے نال ساہ لینڑ دی دی علامتاں ہون یا ہور کوئی شدید علامتاں ہونڑ تاں جتنا چھیتی ممکن ہووے ڈاکٹر نال رابطہ کرو۔

حج تے جان دیاں تیاریاں کرڑاں

کج لوک ساہ لینڑ دے نظام دی بیماری دے خطرے توں بہتے زیادہ دوچار ہو سکدے نیں یا جے اگر انہاں نوں MERS-CoV لاحق ہو گیا ہویا ہوے تے او خطرناک حد تک بیمار ہو سکدے نیں۔ ایہو جے بندیاں نوں اس سال حج ملتوی کر دینڑ دے بارے سنجیدگی نال غور کرڑاں چاہی دا اے۔

سعودی عرب دی وزارت صحت تھلے دسے گئے لوکاں لیئی، انہاں دے اپنے تحفظ دی خاطر حج تے عمرہ ملتوی کرڑیں دی زوردار سفارش کردی اے:

- اوہ لوک جنہاں نوں میلگننسی (کینسر) ہووے
- اوہ لوک جنہاں نوں پرائیویٹ مرض لاحق ہون (مثال دے طور تے دل دے مرض، گردیاں دے مرض، ساه دیاں بیماریاں، شوگر)
- اوہ لوک جنہاں دا مدافعتی نظام ٹھیک کم نہیں کردا (خواہ ایہ کسے وی وجہ توں ہووے، اس وچ بیماری تے دوائیاں شامل نیں)
- زیادہ عمر دے بندے (65 سال توں ودھ عمر دے)
- آخری حدان نوں پہنچی بیماری دے شکار بندے
- حاملہ عورتاں
- بال (12 سال توں کھٹ عمر)

جے اگر اس سال تہاڈا حج تے جاوون دا ارادہ اے تے تہانوں کوئی طبی مسئلہ اے تے سفر تے جاوون توں پہلے، اپنے جی پی نوں مل لوؤ تے اس گل دا یقین کر لوؤ کہ تسی سارے ضروری ٹیکے ٹھیک ٹھیک لو لئے نیں تے ایہ سوجھ بوجھ وی لے لیئی اے کہ سفر دے وچ صحت دیاں مسئلایاں نوں کیویں سمیہالڑاں اے۔

اڑیں سامان دے وچ ٹشوز، ہتھ صاف کرن والی جیل، تے مٹھ نوں ڈھکن والے ماسک رکھ لینڑاں۔

حج دے موقعے تے

کنگڈم آف سعودی عربیہ دی وزارت صحت تے ورلڈ ہیلتھ آرگنائزیشن (ڈبلیو ایچ او) نے ساه دی بیماری دے پھیلاؤ نوں کھٹ کرن لیئی حاجیاں نوں صحت دے متعلق ہدایتاں دتیاں نیں کہ:

- کھنگڑیں تے نچھاں مارڑیں (نک صاف کرڑیں) توں بعد، صابنڑ تے پانڑی نال یا جراثیم کش دوائی نال ہتھاں نوں تہو لوؤ؛
- کھنگڑیں تے نک صاف کرنڑ لیئی ڈسپوز ایبل ٹشو پیپر استعمال کرو تے انہاں نوں مناسب طریقے نال تلف کر دیوؤ
- منہ، نک تے آنکھاں نوں ہتھاں نال مس کرنڑ توں پرہیز کرو؛
- ساه یا کسے ہور انفیکشن دیاں علامتاں ظاہر کرنڑ آلیاں توں براہ راست رابطہ کرنڑ توں گریز کرو؛
- اچھی، محفوظ خوراک استعمال کرو، ادھ گلے گوشت، تے غیر صحت مندانہ ماحول وچ پکیاں ہوئیاں چیزاں توں پرہیز کرو۔ پھلاں فروٹاں تے سبزیاں نوں کھانوںڑ توں پہلے تہو لیوؤ تے بغیر پیسچرائزڈ کیتے دودھ جس وچ اونٹنی دا دودھ وی شامل اے تے دودھ نال بنڑیاں دوجیاں چیزاں نوں استعمال کرنڑ توں گریز کرو؛
- فیس ماسک پا کے رکھو، خاص طور تے جدوں رش آلیاں جگہاں تے جاؤ۔ انہاں دے بناوڑ آلیاں دی ہدایت دے مطابق انہاں نوں نویں ماسک دے نال تبدیل کرو؛
- ذاتی طور تے صحت دیاں اصولاں دے اتے عمل کرو؛
- جانوراں نوں ہتھ لائڑ توں گریز کرو؛

جے اگر تسی حج ادا کردیاں ہوئیاں بیمار بے جانڈے او تے، جتنا چھیتی ممکن ہووے ڈاکٹری امداد حاصل کرو۔

اڑیں واپسی تے

جے اگر حج توں واپسی تے تسی اپنے آپ نوں چنگھا نہ محسوس کرو یا تہانوں بخار ہووے تے ساه دیاں علامتاں ہونڑ تے جتنا چھیتی ممکن ہو سکے اپنے جی پی نال رابطہ کرڑاں چاہی دا اے MERS-CoV اک کدی کدی تے کسے کسے نوں لاحق ہونڑ آلا مرض اے تے ایہ ہو سکدا اے کہ تہانوں جہڑیاں علامتاں ہونڑ او MERS-CoV دی وجہ توں نہ ہونڑ، پر شدید بیماری دے خطرے نوں کھٹ تون کھٹ کرڑیں تے اڑیں کنبے نوں تحفظ دینڑیں دی خاطر تہانوں اڑیں جی پی نال گل بات ضرور کرڑیں چاہی دی اے۔

صحت دیاں معاملیاں تے حج دے متعلق درجہ ذیل ویب سائٹاں ہور معلوماتاں دیندیاں نیں:

- وزارت صحت، کنگڈم آف سعودی عربیہ: <http://www.moh.gov.sa>
- کونسل آف برٹش حاجیز <http://www.cbhuk.org>
- فٹ فار ٹریول <http://www.fitfortravel.nhs.uk>

