



فیس کورنگ کے بچوں کے استعمال کے مدنظر ACS کی رہنمائی

(19 اپریل 2020)

مقصد:

COVID-19 کسی طرح پھیلتا ہے، نیز پورے ملک کی کمیونٹیز میں COVID-19 بیماری کے پھیلاؤ کے ثبوت کی روشنی میں، CDC لوگوں بشمول بچوں کو کمیونٹی کے ماحول میں یا اگر دوسروں سے 6 فٹ کی دوری برقرار نہ رہ سکے تو اپنے ناک اور منہ کو ڈھکنے کے لیے کلاتھ فیس کورنگ (چہرے پر کیڑے کی پوشش) پہننے کی تجویز کرتا ہے۔

گورنر Andrew Cuomo کی جانب سے ایگزیکٹو آرڈر کے مطابق، جو بروز جمعہ، 17 اپریل 2020 کو 8 بجے رات سے مؤثر ہے، جو بھی فرد دو سال سے زائد عمر کا ہو اور طبی لحاظ سے فیس کورنگ برداشت کرنے پر قادر ہو اس سے ماسک یا کلاتھ فیس کورنگ کی مدد سے اس وقت اپنی ناک اور منہ کو ڈھکنے کا تقاضا کیا جائے گا جب وہ عوام کے بیچ ہوں اور سماجی دوری برقرار رکھنے سے قاصر ہوں یا جب برقرار نہیں رکھے ہوں۔

ACS کی رہنمائی:

چھوٹے بچوں کے لیے اسے برقرار رکھنے میں درپیش مشکلات کو دیکھتے ہوئے، 2 سال سے زائد عمر کے سارے بچوں کو عوام میں 6 فٹ کے اندر موجود ہونے پر فیس کورنگ پہننا چاہیے۔ جب بھی آپ کمیونٹی کے ماحول میں خاص طور پر ایسے حالات میں ہوں جہاں پر بچے گھرانے کے قریبی افراد کے علاوہ دوسرے لوگوں کے قریب ہوں تو کلاتھ فیس کورنگ پہننی چاہیے۔ ان ماحول میں کریانہ سامان کے دکان اور فارمیسیز شامل ہیں۔ یہ فیس کورنگ سماجی دوری برقرار رکھنے کا بدل نہیں ہیں۔ کلاتھ فیس کورنگ خاص طور پر عوام میں COVID-19 بیماری کے پھیلاؤ والے علاقوں میں پہننا ضروری ہیں۔

استثناء:

2 سال اور اس سے کم عمر کے بچوں کو فیس کورنگ پہننے سے مستثنیٰ ہونا چاہیے۔ اس کے علاوہ، بچے (کسی بھی عمر کے) جو بولنے والے نہ ہوں یا جن میں آٹزم اسپیکٹرم ڈس آرڈر (Autism Spectrum Disorder) کی تشخیص ہوئی ہو یا کوئی بھی ایسا بچہ جس کو شدید دمہ ہو یا ماسک لگانے پر سانس لینے میں پریشانی ہو، یا بصورت دیگر اعانت کے بغیر کور کو ہٹانے سے قاصر ہو، انہیں فیس کورنگ پہننے سے مستثنیٰ ہونا چاہیے۔

فیس کورنگز کے لیے عمومی پوائنٹرز:

1. فیس کورنگز، بشمول ماسک اور کلاتھ کورنگز، تب تک استعمال کیے جا سکتے ہیں جب تک وہ گیلے، گندے یا خراب نہ ہوئے ہوں۔
2. کیڑوں کے ماسک کو روزانہ دھونا اور سکھانا چاہیے۔ جب بھی وہ گندے ہو جائیں انہیں دھو دینا چاہیے۔
3. ہر فیس کورنگ صرف ذاتی استعمال کے لیے ہے – اسے کسی اور کو استعمال نہیں کرنا چاہیے۔ فیتے یا بندھنوں پر اپنا نام لکھ دیں یا کوئی شناختی نشان ڈال دیں تاکہ آپ کو معلوم ہو کہ یہ آپ کا ہے۔
4. استعمال کرنے سے قبل فیس کورنگ خشک ہونی چاہیے۔

فیس کورنگ کیسے لگائیں:

1. بچوں کی دیکھ بھال کرنے والے بالغوں کو ضرورت پڑنے پر ہی بچوں کو اعانت فراہم کرنی چاہیے۔

2. فیس کورنگ کو چھونے سے پہلے اپنے ہاتھوں کو صابن اور پانی سے یا دست صفا سے صاف کریں۔
3. فیس کورنگ کو چیک کر کے یقینی بنائیں کہ فیس کورنگ کے کسی بھی طرف کوئی واضح شقاق یا سوراخ نہیں ہیں۔ ایک بالغ فرد کو چاہیے کہ بچوں کا ماسک روزانہ چیک کر کے یہ یقینی بنائے کہ اس میں کوئی سوراخ یا شقاق نہیں ہے۔
4. ہمیشہ فیس کورنگ کی ایک ہی سمت کو سامنے اور ایک ہی سمت کو پیچھے کی سمت کے بطور (وہ سمت جس کا منہ سے رابطہ رہتا ہے) استعمال کریں۔
5. آپ جو فیس کورنگ استعمال کر رہے ہیں اس کی قسم کے لیے ذیل کی ہدایات پر عمل کریں۔ سامنے کی سمت کو مت چھوئیں۔
- ایئر لوپ والی فیس کورنگز: کورنگ کو ایئر لوپ کی مدد سے پکڑیں۔ لوپ کو کان کے ارد گرد رکھیں۔
- بندھنوں والی فیس کورنگ: فیس کورنگ کو اپنی ناک کی سطح پر لائیں اور بندھن کو اپنے سر کے کلاہ پر رکھیں اور کمان سے انہیں باندھیں۔ اس کے بعد نچلے بندھنوں کو لیں، جو ہر سمت میں ایک ہوتا ہے، اور اپنی گردن کے گدی پر کمان سے باندھیں۔
- رومال یا دستی۔ رومال کو مثلث کی شکل میں تہ کریں۔ مثلث کی اساس کو اپنی ناک کے پل پر رکھیں نیز مثلث کے اوپری حصے کو اپنی ٹھوڑی کی جانب رکھیں۔ رومال کو اپنی گردن کی گدی پر باندھیں۔
6. فیس کورنگ کا نچلا حصہ منہ اور ٹھوڑی کے اوپر رکھیں۔

فیس کورنگ کیسے اتاریں:

1. بچوں کی دیکھ بھال کرنے والے بالغوں کو ضرورت پڑنے پر ہی بچوں کو اعانت فراہم کرنی چاہیے۔
2. فیس کورنگ کو چھونے سے پہلے اپنے ہاتھوں کو صابن اور پانی سے یا دست صفا سے صاف کریں۔ فیس کورنگ کے سامنے والے حصے کو چھونے سے بچیں۔ صرف ایئر لوپ/بندھن/بندش کو چھوئیں۔
- ایئر لوپ والی فیس کورنگز: دونوں ایئر لوپ کو پکڑیں اور کورنگ کو آہستگی سے اوپر اٹھائیں اور ہٹائیں۔
- بندھنوں والی فیس کورنگ: سب سے پہلے نچلی کمان کو کھولیں پھر اوپری کمان کو کھولیں اور بندھنیں ڈھیلی ہو جانے پر کورنگ کو اپنے سے دور کھینچیں۔
- رومال: گردن کے پیچھے سے کھولیں اور سامنے والے حصے میں چہرہ رہتا ہے اسے تہ کریں۔
3. فیس کورنگ کے سامنے والے کناروں کو ایک دوسرے کے اوپر تہ کریں۔ فیس کورنگ کو اپنے کنٹینر میں ڈالیں (ایک تھیلے میں صرف 1 فیس کورنگ ہو)۔
4. اپنے ہاتھوں کو صابن اور پانی سے صاف کریں۔

بچے/نوعمر فرد کے لیے ماسک یا فیس کورنگ کو کب فوراً ہٹانا ہوتا ہے:

- اگر بچے کا دم گھٹ رہا ہو، اس کو غشی کے دورے پڑ رہے ہوں، الٹی ہو رہی ہو یا سانس لینے میں پریشانی ہو رہی ہو: کسی بالغ فرد پر لازم ہے کہ فوراً ماسک یا فیس کورنگ ہٹائے، اعانت فراہم کرے یا مدد طلب کرے/911 پر کال کرے۔
- بالغوں کو چاہیے کہ اس وقت تناؤ – کم سرگرمی، کپکپی، حبس دم، آنکھیں گول گول گھومنے، چہرے کی رنگت تبدیل ہونے، یا کسی دیگر تشویشات پر نظر رکھیں جب کوئی بچہ/نو عمر فرد ماسک یا فیس کورنگ پہنے ہوا ہو۔