بچوں کا کلینک

عمومی احتیاط

- کورونا کی وبا کے دنوں میں خاص طور پر بچوں کو گھر سے باہر نہ لے کر جائیں
- اگر معمولی یا عام شکایات ہیں تو ڈاکٹر سے فون پر مشورہ بہتر ہے

اگر بچے کو کلینک لے جانا ضروری ہے تو:
کلینک پر کم سے کم وقت گزاریں (لوگوں سے فاصلہ رکھیں)

- ڈاکٹر سے فون پر اپائنٹمنٹ لے لیں
- اگر اپائنٹمنٹ ممکن نہیں تو کلینک جا کر، نمبر لے کر، کلینک کے باہر کھلی جگہ پر انتظار کریں
- اگر ویٹنگ روم میں بیٹھنا مجبوری ہے تو دوسرے فرد سے چھ فٹ دور بیٹھیں
- اگر آپ کے بچے کو کسی قسم کے دانے نکلے ہوئے ہیں تو کلینک کے سٹاف کو پہلے ہی بتا دیں اور کلینک کے باہر کھلی جگہ پر اپنی باری کا انتظار کریں۔ (ساتھ بیٹھنے سے دوسرے بچوں کو لگنے کا خطرہ ہو سکتا ہے)
- صرف اس بچے کو لے جائیں جس کو ڈاکٹر کو دکھانا ضروری ہے
- گھر سے باہر خود بھی ماسک لگائیں اور بڑے بچے کو بھی ماسک لگائیں

کلینک سے واپسی پر:
(جراثیم گھر کے اندر لے جانے سے گریز کریں)

- گھر کے باہر اپنے اور اپنے بچے کے جوتے اتار دیں
- گھر میں داخل ہونے کے بعد، پہلے اپنے اور اپنے بچے کے کپڑے تبدیل کر دیں
- اگر ممکن ہو تو نہا لیں، ورنہ کم از کم ہاتھ منہ اچھی طرح صابن سے دھو لیں اور بچے کے بھی دھلا دیں
- باہر کے کپڑوں کو واشنگ پاؤڈر یا صابن کے پانی میں بھگو دیں

12, Shalimar Centre, F-8 Markaz, Islamabad
■ Tel: +92 51 2261943 ■ Fax: +92 51 2857132 ■ Email: pima@dsl.net.pk ■ Web: www.pima.org.pk

ڈاکٹر اور سٹاف کلینک میں کیا کریں

- سرجیکل ماسک، ڈسپوزبل دستانے، (گلوز) پہنیں
- اپنے کپڑوں کے اوپر گاؤن (کپڑے یا کسی اور میٹریل کا) پہن لیں تو بہتر ہے
- سینیٹائزرز (جو 70٪ الکوحل سے بنا ہو) کو بار بار، خاص طور پر مریضوں کے درمیان، استعمال کریں
- ڈاکٹر اور سٹاف کے کام کی جگہ مثلاً میز اور کاؤنٹر کو، کلینک سے پہلے اور بعد میں 0.5٪ بلیچ سے صاف کریں

مریض کا معائنہ

- بات چیت کے دوران اپنے اور مریض / والدین کے درمیان فاصلہ رکھیں
- سینہ کے معائنے کے لیے اسٹیتھو سکوپ سے سامنے کی بجائے مریض کی پیٹھ کی طرف سے سن لیں
- ناک اور حلق کا معائنہ کرنا ہو تو گوگلز یا وائزر کو لگا کر مختصر وقت میں معائنہ مکمل کریں
- آلات مثلاً سٹیتھو سکوپ کو بار بار سینیٹائزر سے صاف کر لیں

ان احتیاطی تدابیر کو اختیار کر کے امید ہے کہ

ہم اپنا، اپنے سٹاف کا اور اپنے مریضوں کا کورونا وائرس جیسی مہلک بیماری سے بچاؤ کر سکتے ہیں

مرتب کردہ: ڈاکٹر اظہر چغتائی، ڈاکٹر سید احمر حامد، ڈاکٹر فرید الدین