انفیکشن کنٹرول کے تمام اقدامات ہفتہ 12 فروری سے ختم کیے جا رہے ہیں

حکومت کوویڈ-19 سے متعلق تمام با ضابطہ اقدامات ، بمعہ ماسک کے تقاضہ، ایک میٹر کا فاصلہ اور بیماری کی صورت میں الگ تھلگ رہنا ختم کر رہی ہے۔ کچھ قائدے سوالبارد کے لیے جاری رکھے جایئں گے۔ یہ ترامیم ہفتہ 12 فروری 10 بجے سے نافذالعمل ہیں۔

- وبائی مرض کورونا اب ہم میں سے بیشتر کی صحت کے لیے بڑا خطرہ نہیں ہے۔ اومیکرون وائرس بہت کم سنگین بیماری کا باعث بنتا ہے، اور ویکسین ہمیں بہتر تحفظ فراہم کرتی ہے۔ اس لیے ہم انفیکشن کنٹرول کے تمام اقدامات جیسے کے میٹر، ماسک اور الگ تھلگ رہنے کا تقاضہ ختم کر رہے ہیں۔ ہم روزمرہ کی معمول کی زندگی کی طرف واپس جا سکتے ہیں، وزیر اعظم یوناس گہار ستورے۔

یہ فیصلہ ادارہ برائے صحت عامہ اور محکمہ برائے صحت کی پیشہ وارانہ سفارشات پر مبنی ہیں۔ دونوں کا ماننا ہے اقدامات میں آسانیاں کی جاسکتی ہیں اور انفیکشن کنٹرول کے لیے درست ہے۔ یہ توقع کی جاتی ہے کہ اب ان ضوابط کو منسوخ کرنے اور سفارشات میں ترامیم کرنے کے نتیجے میں انفیکشن میں اضافہ ہوگا۔ بہت سے لوگ متاثر ہوں گے اور بیماری کی وجہ سے عدم موجودگی زیادہ ہو سکتی ہے۔ ہسپتال میں داخلوں کی تعداد میں بھی ممکنہ طور پر اضافہ ہو گا، لیکن ہسپتال میں مریض کم مدت کے لیے داخل ہوں گے، اور بہت کم مریضوں کو انتہائی نگہداشت کی ضرورت ہوگی۔ ایف ایچ آئی کے مطابق ایک وقت میں ایک ہزار سے زائد افراد نہیں اسپتالوں میں داخل نہیں ہوں گے۔ اسپتالوں میں اس کی اہلیت موجود ہے۔

- آنے والے ہفتوں میں بہت سے لوگ افراد انفیکشن کا شکار ہوں گے، اور ہمیں اس کے لیے تیاری رکھنی چاہیے۔ لیکن ہم بڑھتے ہوئے انفیکشن کو سمبھالنے کی اہلیت رکھتے ہیں۔ بے شک ہم ظابطے کے تقاضاے ختم کر رہے ہیں، پھر بھی عام انفیکشن کے مشوروں پر عمل کرنا اہمیت کا حامل ہے۔ اگر ہم وبائی مرض کے دوران کسی چیز میں بہتر ہوئے ہیں تو وہ انفیکشن کنٹرول ہے۔ اسی عمل کو ہمیں صحت مند سوچ کے ساتھ لے کر چلنا ہے، وزیر برائے صحت و نگہداشت کی خدمات شرکول نے کہا۔

حکومت نے کافی زیادہ کورونا اقدامات 1 فروری سے منسوخ کر دیے تھے۔ یہ کچھ اہم ترین تبدیلیاں ہیں جو ہفتہ 12 فروری10 بجے سے لاگو ہوں گی۔:

- ایک میٹر فاصلہ کی سفارش اور تقاضہ منسوخ کیا جاتا ہے۔
- ماسک لگانے کا تقاضہ منسوخ کیا جاتا ہے۔
- صرف بالغ افراد کو ٹیسٹ کرنے کی سفارش کی جاتی ہے جن میں علامات ہوں۔
- الگ تھلگ رہنے کے تقاضوں کو ختم کر دیا گیا ہے اور اس کی جگہ ایک سفارش کی گئی ہے کہ متاثرہ بالغ افراد چار دن تک گھر پر رہیں۔ اس سفارش کا مسلسل جائزہ لیا جائے گا اور توقع ہے کہ چند ہفتوں میں اس میں تبدیلی کی جائے گی۔
- بارنے ہاگے اور اسکول کے طلبہ کو بیماری کی صورت میں گھر رہنے کی سفارش کی جاتی ہے، لیکن 24 گھنٹے بخار سے صحتیاب ہونے پر بارنے ہاگے اور اسکول جا سکتے ہیں۔ بچوں اور اسکول کے طلبہ علامات کی صورت میں بھی جانچ کرنے کی ضرورت نہیں۔
- اندراج کی ذمہ داری کے لیے ضروریات اور آمد سے پہلے منفی ٹیسٹ ختم کر دیے گئے ہیں

تیاری اور نگرانی کو برقرار رکھا جائے گا

اگرچہ زیادہ تر اقدامات ختم کیے جا رہے ہیں، وباء ابھی ختم نہیں ہوئی۔ سردیوں کی لہر جاری ہے، اور نئی لہریں اور وائرس کی مختلف اقسام آ سکتی ہیں۔ اس لیے حکومت کوویڈ۔ 19 سے نمٹنے کے لیے ایک نئی طویل مدتی حکمت عملی اور ہنگامی منصوبے پر کام کر رہی ہے۔ نظرثانی شدہ حکمت عملی 2022 کے موسم بہار میں پیش کی جائے گی۔

۔ "اس کے ساتھ جینا" حکمت عملی کا ایک بنیادی مقصد یہ ہے کہ ہمیں کوویڈ۔ 19 کے ساتھ اس طرح رہنے کے قابل ہونا چاہیے کہ یہ افراد اور مجموعی طور پر معاشرے کے لیے کم سے کم ممکنہ بوجھ بنے، ستورے نے کہا۔

۔شرکول کہتی ہیں، آئندہ ہمیں ممکنہ وباء اور وائرس کی نئی اقسام سے نمٹنے کے لیے اچھی طرح سے تیار رہنا چاہیے۔ مختلف حالات اور اقدامات کی سطح کے مطابق انفیکشن پر قابو پانے کے اقدامات کے ساتھ پیکجوں کا ایک فریم ورک زیادہ سے زیادہ پیشین گوئی کا حصہ بنتا ہے اور اسے سختی اور ریلیف دونوں کے لیے استعمال کیا جا سکتا ہے۔ ہمیں اس سے نمٹنے کے لیے تیار رہنا چاہیے جس کی ہمیں امید ہے کہ ایسا نہیں ہوگا۔

فریم ورک مکمل ہونے سے پہلے، اب سیکٹرز اور ہولڈن IV ماہر گروپ سے ان پٹ حاصل کیا جارہا ہے کہ کس طرح اقدامات کے پیکیج کو ممکن حد تک درست بنایا جا سکتا ہے، اور اس طرح شعبوں کے لیے بوجھ میں کمی ہو۔

سوالبارڈ پہنچنے سے پہلے اور بعد میں ابھی بھی جانچ جاری

سوالبارڈ کی صحت کی خدمات محدود ہیں اور مین لینڈ کے مقابلے میں زیادہ خطرناک ہنگامی صورتحال ہے، اور اس وجہ سے پوری وبائی بیماری میں مین لینڈ پر ریگولیشن کے مقابلے میں کچھ خاص اقدامات کیے گئے ہیں۔ حکومت اب اس حکم کو منسوخ کر رہی ہے کہ مسافروں کے ساتھ ساحلی کروز جہازوں کو بورڈ میں انفیکشن کی صورت میں مین لینڈ یا ہوم پورٹ پر واپس جانا چاہیے۔ آنے سے پہلے اور بعد میں جانچ کے تقاضے فی الحال جاری رکھے جائیں گے، اسی طرح بین الاقوامی چارٹر پروازوں پر پابندی ہوگی۔ ان علاقوں میں، مزید تشخیص کی ضرورت ہے. اس لیے وزارت صحت اور نگہداشت کی خدمات نے محکمہ برائے صحت اور ادارہ برائے صحت عامہ کو مستقل بنیادوں پر اس کا جائزہ لینے کے لیے کمیشن دیا ہے، اور دو ہفتوں کے اندر ضوابط میں تبدیلیاں متوقع ہیں۔

وبائی مرض اب "متعدی بیماری کی سنگین وباء" نہیں رہا ہے

محکمہ برائے صحت اور ادارہ برائے صحت عامہ کی پیشہ ورانہ سفارشات کی بنیاد پر، حکومت نے فیصلہ کیا ہے کہ کووڈ-19 کی وباء کو فی الحال مواصلاتی امراض کے ایکٹ کے تحت " خطرناک متعدی بیماری کے سنگین پھیلاؤ" کے طور پر بیان نہیں کیا جائے گا۔ اس کا مطلب ہے کہ انفیکشن کنٹرول ایکٹ § 4-1 سیکنڈ پیراگراف میں اختیار کردہ تمام اقدامات کو منسوخ کر دیا گیا ہے۔ کوویڈ-19 کو اب بھی ایک خطرناک متعدی بیماری کے طور پر بیان کیا جاتا ہے۔ اس کا مطلب ہے کہ بلدیات کے پاس موقع ہے کہ وہ ضرورت پڑنے پر مقامی اقدامات کو نافذ کریں۔

یہ وہ سفارشات ہیں جو اب لاگو ہوتی ہیں۔

عوام کے لیے عمومی مشورہ

- ہاتھ اور کھانسی کے اچھے حفظان صحت کی مشق کریں ۔
- کورونا ویکسینیشن پرگرام کو مکمل کریں

- علامات کی صورت میں جانچ کریں۔ بارنے ہاگے کے بچوں اور اسکول کے طلبا کو استثنا حاصل ہے۔ اگر آپ متاثرہ کے قریبی رابطوں میں ہیں اور آپ میں علامات نہیں ہیں تو اب یہ ضروری نہیں ہے کہ آپ خود کا ٹیسٹ کریں۔
- اگ آپ خود کو بیمار محسوس کرتے ہیں یا آپ میں سانس کی تکلیف کی نئی علامات ظاہر ہوتی ہیں تو گھر پر رہیں۔ طبیعت ٹھیک ہونے تک اور 24 گھنٹے بخار سے پاک ہونے تک گھر پر رہیں ۔ ہلکی علامات جیسے کہ، بہتی ناک، بلغم، گلے کی تکلیف اور کچھ کھانسی کی صورت میں ٹھیک ہے۔
- مثبت کوویڈ ٹیسٹ آنے پر، علامات کے شروع ہونے سے یا علامات کے بغیر مثبت ٹیسٹ کے دن سے چار دن تک گھر پر رہیں۔ بارنے ہاگے کے بچے اور اسکول کے بچے ٹیسٹ سے مستثنٰی ہیں، لیکن اگر وہ بیمار ہیں تو گھر پر رہنے کی سفارش کی جاتی ہے۔ 24 گھنٹے بخار نہ ہونے کی صورت میں واپس اسکول اور بارنے ہاگے جا سکتے ہیں۔
- اگر آپ اپنی یا اپنے بچے کی صحت کے بارے میں فکر مند ہیں تو اپنے معالج سے رجوع کریں۔

خطرے والے گروپوں اور غیر ویکسین والے افراد کے لیے مشورہ

- سنگین بیماری کے خطرے سے دوچار افراد اور غیر ویکسین شدہ بالغ افراد کو دوسروں کے ساتھ رابطے کی صورت میں خود انفیکشن کے خطرے اور کوویڈ 19 کی سنگین بیماری کے خطرے کا اندازہ لگانا چاہیے۔
- بڑے اجتماعات سے گریز کریں ، یا ماسک کا استعمال زیادہ انفیکشن کے دورانیے میں کیا جا سکتا ہے۔ تاہم، یہ ضروری ہے کہ خود کو الگ تھلگ نہ کریں اورکچھ نہ کچھ سماجی رابطے کو جاری رکھیں۔
- خطرے والے گروپوں میں شامل افراد اگر ویکسین لگوانے کے مشورے پر عمل کریں تو عام طور پر سنگین بیماری سے محفوظ رہتے ہیں ، تاکہ وہ دوسروں کی طرح زندگی گزار سکیں اور انفیکشن کنٹرول کے مشورے پر عمل کریں۔
- سنگین بیماری کے زیادہ خطرہ والے لوگوں کو مشورہ دیا جاتا ہے کہ وہ اپنے ڈاکٹر سے اس خطرے اور زیادہ انفیکشن کے دوران تحفظ کی ضرورت کے بارے میں مشورہ کریں۔ ایف ایچ آئی کی ویب سائٹ پر رسک گروپس کے بارے میں مزید پڑھیں:

فاصلہ اور سماجی رابطہ

- اگر آپ کو سانس کی نئی علامات ہیں تو دوسروں سے فاصلہ رکھیں۔ خاص طور پر خطرے والے گروپوں کے افراد سے۔
- پیدائش اور سنگین بیماری کی صورت میں، ہسپتالوں اور میونسپل اداروں کو عیادت کا انتظام کرنا چاہیے، ان رشتہ داروں اور ساتھیوں کے لیے بھی جن کا کورونا ٹیسٹ مثبت آیا ہے۔

ماسک

- چہرے کے ماسک کے لیے ضابطوں کے تقاضے منسوخ کر دیے گئے ہیں۔
- اگر آپ کو نزلہ/سانس کی تکلیف کی علامات ہیں تو خطرے والے گروپوں میں لوگوں کے ساتھ قریبی رابطے میں چہرے کا ماسک استعمال کرنے کی سفارش کی جاتی ہے۔
- خطرے والے گروپوں اور غیر ویکسین شدہ افراد کو مشورہ دیا جاتا ہے کہ وہ زیادہ انفیکشن کے دوران لوگوں کے درمیان باہر اگر دوسروں سے فاصلہ رکھنا مشکل ہو تو ماسک کا استعمال کریں ۔

ٹیسٹنگ (اپنی خود کی خبریں بھی پڑھیں)

- بالغوں میں سانس کی نئی علامات کے لیے Covid-19 ٹیسٹنگ کی سفارش کی جاتی ہے۔ غیر علامات والے افراد کی جانچ کی سفارش نہیں کی جاتی ہے۔ علامات والے بچوں کو مزید ٹیسٹ کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔
- گھر میں خود لیے جانے والے ٹیسٹ کے مثبت ہونے کی صورت میں، فرد کو اسے بلدیہ کے انفیکشن ٹریکنگ سسٹم میں رجسٹر کرانا چاہیے۔ ایک مثبت خود ٹیسٹ helsenorge.no پر رجسٹرڈ نہیں ہوتا اور اسے کورونا سرٹیفکیٹ میں نہیں دکھایا گیا ہے۔

- ایک مثبت خود ٹیسٹ کی تصدیق ان لوگوں کے لیے ٹیسٹ سٹیشن پر ٹیسٹ کے ذریعے کی جانی چاہیے جو مکمل طور پر ویکسین شدہ نہیں، یعنی بوسٹر خوراک نہیں لگی۔ ان لوگوں کے لیے جنھوں نے بوسٹر ڈوز حاصل کی ہے یا جن کو بنیادی ویکسین لگائی گئی ہے اور پھر گزشتہ 3 مہینوں میں کوویڈ 19 سے گزر چکے ہیں، تصدیقی ٹیسٹ ضروری نہیں ہے۔
- زیادہ تر لوگ علامات کے آغاز کے آس پاس مثبت ٹیسٹ کریں گے۔ بعض صورتوں میں، متاثرہ شخص کے علامات ظاہر ہونے سے لے کر خود ٹیسٹ کرنے تک کی مدت لمبی بھی ہو سکتی ہے ۔ مسلسل علامات اور منفی خود ٹیسٹ کی صورت میں، یہ سفارش کی جاتی ہے کہ 2-3 دن بعد نیا ٹیسٹ لیا جائے۔

الگ تھلگ (آئسولیشن)

- تنہائی کے لیے باقاعدہ تقاضوں کو منسوخ کر دیا گیا ہے اور اس کی جگہ سفارش کی جاتی ہے کہ جن بالغ افراد میں کووِڈ 19 سے متاثر ہونے کی تصدیق ہوئی ہے وہ علامات کے آغاز سے 4 دن تک گھر پر رہیں اور کسی بھی صورت میں جب تک کہ وہ ایک دن کے لیے بخار سے پاک نہ ہوں ۔
- اگر، کاروبار کی وجوہات کی بناء پر، کچھ متاثرہ افراد کے لیے کام پر جانا ضروری ہے، تو اس کے لیے الگ سے انفیکشن کنٹرول پیشہ ورانہ مشورے ہیں کہ یہ کیسے کیا جا سکتا ہے۔ ایف ایچ آئی کی ویب سائٹ دیکھیں۔
- 4 دن تک گھر میں رہنے کی سفارش بارنے ہاگے کی عمر کے بچوں اور اسکول کے طلباء پر لاگو نہیں ہوتی، جنہیں صرف بیمار ہونے کی صورت میں گھر پر رہنے کی سفارش کی جاتی ہے۔

انفیکشن ٹریکنگ

- اب یہ سفارش نہیں کی جاتی کہ کورونا وائرس سے متاثرہ افراد دیگر قریبی رابطوں کو مطلع کریں۔
- بلدیاتی انفیکشن ٹریکنگ بعض حالات میں ضروری ہو سکتی ہے، مثال کے طور پر بلدیاتی اداروں میں پھیلاؤ کے دوران مددگار اقدامات کی صورت میں ۔

قرنطینہ

- یکم فروری سے قرنطینہ کی شرائط کو ٹیسٹنگ سے تبدیل کر دیا گیا ہے ۔

اسکول، کنڈر گارٹن اور ایس ایف او (متعلقہ خبریں بھی پڑھیں)

- کوویڈ-19 ضوابط میں انفیکشن کنٹرول کا لازمی طریقہ کار منسوخ کر دیا گیا ہے اور اس طرح ٹریفک لائٹ ماڈل کو منسوخ کر دیا گیا ہے۔
- آبادی کے لئے انفیکشن کنٹرول سفارشات کے مطابق عام طریقہ کار کی سفارش کی جاتی ہے۔
- اسکولوں اور کنڈر گارٹن میں انفیکشن کنٹرول، کنڈر گارٹن اور اسکولوں میں ماحولیاتی صحت کے تحفظ سے متعلق ضوابط وغیرہ کی ضرورت ہوگی اور جن میں یہ شرط عائد کی گئی ہے کہ سرگرمیوں کی منصوبہ بندی کی جائے اور انہیں ضرورت پڑنے پر بند کیا جائے تاکہ متعدی بیماریوں کی روک تھام کی جاسکے۔ ایف ایچ آئی کی جانب سے کورونا کے رہنما اصولوں میں کوویڈ-19 سے متعلق کنڈر گارٹن اور اسکولوں کے لئے اب بھی مخصوص مشورے ہوں گے۔
- آجر کو مشورہ دیا جاتا ہے کہ وہ تعلیمی اداروں میں کام کے حالات کو آسان بنائے تاکہ خطرے والے گروپوں کو اپنی روزمرہ زندگی میں ضروری لچک حاصل ہو۔
- کام کی جگہوں اور کاروباری اداروں (ایف ایچ آئی) کے لئے مشورے ملازمین کے لئے انفیکشن کنٹرول کا احاطہ کریں گے۔ کنڈرگارٹن اور اسکولوں سے متعلق مخصوص انفیکشن کنٹرول مشورے ایف ایچ آئی کی جانب سے کورونا کے رہنما اصولوں کے مطابق لیے جاتے ہیں ، اسکولوں اور کنڈر گارٹن میں انفیکشن کنٹرول کے بارے میں مشورے کے تحت۔
- ٹریفک لائٹ ماڈل کو ایمرجنسی رہنما کے طور پر جاری رکھا جاتا ہے بلدیہ میں انفیکشن کی صورتحال کا مطلب یہ ہے کہ اسکولوں اور کنڈر گارٹمنیں انفیکشن کنٹرول کے اقدامات ضروری اور متناسب ہونے پر رابطہ کم کرنے کے اقدامات کی سفارش کی جائے گی ۔ اگر انفیکشن کنٹرول ایکٹ کی شرائط پوری ہونے کی صورت میں بلدیہ ٹریفک لائٹ ماڈل استعمال کرنے کا فیصلہ کر سکتی ہے۔

یونیورسٹیاں، یونیورسٹی کالج اور پیشہ ورانہ اسکول

- کوویڈ-19 ضوابط میں انفیکشن کنٹرول کا لازمی طریقہ کار منسوخ کر دیا گیا ہے۔

- تاہم ماحولیاتی صحت کے تحفظ سے متعلق ضوابط کے مطابق انفیکشن کنٹرول سے متعلق دانشمندانہ طریقہ کار کے تقاضے اب بھی موجود ہیں جو تمام کاروباری اداروں پر لاگو ہوتے ہیں اور جن میں ان سرگرمیوں کی منصوبہ بندی اور ان کو بند کرنے کی ضروریات مقرر کی گئی ہیں تاکہ متعدی بیماریوں کی روک تھام کی جاسکے۔
- آبادی کے لئے انفیکشن کنٹرول سفارشات کے مطابق عام طریقہ کار کی سفارش کی جاتی ہے۔
- آجر کو رسک گروپوں کے لئے تعلیمی اداروں میں کام کے حالات کو آسان بنانے کی سفارش کی جاتی ہے۔

پیشہ ورانہ زندگی

- آبادی کے لئے انفیکشن کنٹرول سفارشات کے مطابق عام طریقہ کار کی سفارش کی جاتی ہے۔
- آجروں کو انفیکشن کو محدود کرنے اور اپنے ملازمین کے لئے رہنما خطوط فراہم کرنے کی ضرورت کا جائزہ لینا چاہئے۔ یہ ضروری ہے کہ رسک گروپوں کے لئے کام کی جگھوں پر کام کے حالات کو آسان بنایا جائے۔

تقریبات اور اجتماعات

- کوویڈ-19 ضوابط میں انفیکشن کنٹرول کے مناسب طریقہ کار کے لئے ایک قانونی ضرورت کو منسوخ کردیا گیا ہے۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ اب منتظمین کے لئے تقریبات/ اجتماعات کے حجم یا فاصلے سے متعلق کوئی خاص تقاضے نہیں ہیں۔
- تاہم انفیکشن کنٹرول کی ضروریات اب بھی ماحولیاتی صحت کے تحفظ سے متعلق ضوابط کے مطابق لاگو ہوتی ہیں، جو تمام کاروباری اداروں پر لاگو ہوتی ہیں، اور جو اس بات کی نشاندہی کرتی ہیں کہ سرگرمیوں کی منصوبہ بندی کی جائے گی اور ضرورت پڑنے پر انہیں بند کیا جائے گا تاکہ متعدی بیماریوں کی روک تھام کی جاسکے۔
- آبادی کے لئے انفیکشن کنٹرول سفارشات کے مطابق عام طریقہ کار کی سفارش کی جاتی ہے۔

ریستوران اور دیگر کاروبار

- ریستوران اور دیگر کاروباری اداروں کو کوویڈ-19 ضوابط میں انفیکشن کنٹرول کے مناسب طریقہ کار کے لئے ایک ریگولیٹری ضرورت کو منسوخ کردیا گیا ہے۔

- سرگرمیوں کی نوعیت اور فاصلے کی شرائط کی پابندی نہیں ۔
- آبادی کے لئے انفیکشن کنٹرول سفارشات کے مطابق عام طریقہ کار کی سفارش کی جاتی ہے۔
- تاہم انفیکشن کنٹرول کے کام کے تقاضے اب بھی ماحولیاتی صحت کے تحفظ سے متعلق ضوابط کے مطابق تمام کاروباری اداروں کے لئے دانشمندانہ طریقہ کار پر لاگو ہوتے ہیں۔ سرگرمیوں کی منصوبہ بندی، طریقہ کار ضرورت پڑنے پر اس طرح بند کیا جائے گا کہ متعدی بیماریوں سے بچا جاسکے۔

اندراج

- داخلے سے پہلے منفی ٹیسٹ کے لئے طے شدہ ضوابط اور اندراج کے تقاضوں کو منسوخ کردیا جاتا ہے۔
- سوالبارڈ پہنچنے سے پہلے اور اس کے بعد جانچ کے لئے ریگولیٹری ضرورت کو فی الحال جاری رکھا جائے گا۔ یہی پابندی سوالبارڈ کے لئے بین الاقوامی چارٹر پروازوں پر بھی لاگو ہوتی ہے۔