

ترجمہ شدہ صفحات کے لئے COVID-19 کا مواد – 21/6/8 کو نظر ثانی کیا گیا - اُردو (COVID-19 Content for Translated pages – Revised 8/6/21 – English)

— [خطرہ کا موجودہ مرحلہ \(Current Risk Stage\)](#)

— [COVID-19 کے بارے میں \(About COVID-19\)](#)

— [COVID-19 کا ٹیسٹ کروائیں \(Get a COVID-19 Test\)](#)

— [COVID-19 کی ویکسین حاصل کریں \(Get a COVID-19 Vaccine\)](#)

— [قواعد اور چہرے کے نقاب \(Rules & Face Coverings\)](#)

— [اضافی وسائل \(Additional Resources\)](#)

آسٹن-ٹریوس کاؤنٹی مرحلہ 5 میں ہے (Austin – Travis County is in Stage 5)

ویکسین شدہ افراد کے لئے مرحلہ 5 کی سفارشات میں مندرجہ ذیل امور شامل ہیں:

- مرحلہ 1: احتیاطی تدابیر پر عمل کرتے ہوئے اندرونی یا بیرونی نجی اجتماعات میں شرکت کرنا، باہر کھانا یا خریداری کرنا۔ احتیاطی تدابیر کے ساتھ سفر کرنا۔
- مرحلہ 2: مرحلہ 1 والی سفارشات۔
- مرحلہ 3: مرحلہ 1 والی سفارشات۔
- مرحلہ 4: احتیاطی تدابیر پر عمل کرتے ہوئے اندرونی یا بیرونی نجی اجتماعات میں شرکت کرسکتے ہیں، باہر کھا سکتے ہیں یا خریداری کرسکتے ہیں، اور سفر بھی کرسکتے ہیں۔
- مرحلہ 5:
 - زیادہ خطرے والے افراد (وہ لوگ جو مکمل طور پر ویکسین شدہ ہیں لیکن بعض مخصوص پہلے سے موجود حالات کا شکار ہیں)، کے لئے اندرونی اور بیرونی نجی اجتماعات میں شرکت کی بالکل بھی سفارش نہیں کی جاتی ہے، خواہ احتیاطی تدابیر کے ساتھ یا بغیر، انہیں سفر کرنے سے منع کیا جاتا ہے سوائے اس کے کہ ضروری ہو، وہ احتیاطی تدابیر کے ساتھ باہر کھانا کھا سکتے ہیں، اور باہر یا ٹیک اوے یا کرب سائیڈ والی خریداری کر سکتے ہیں۔
 - کم خطرے والے افراد جو کہ مکمل طور پر ویکسین شدہ ہیں، اُن کے لئے اندرونی اور بیرونی نجی اجتماعات، سفر، خریداری، اور باہر کھانا احتیاطی تدابیر کے ساتھ ہونا چاہئے۔ نوٹ فرمائیں کہ وہ مقامات جہاں ویکسین اور ماسک ضروری ہوتے ہیں وہاں خطرہ کم ہوتا ہے۔

جزوی طور پر یا غیر ویکسین شدہ افراد کے لئے اضافی حفاظتی اقدامات اپنانے کی سفارش کی جاتی ہے۔ مزید معلومات [خطرے پر مبنی](#) [ہدایات کے بیچ](#) پر حاصل کریں۔

[سب سے اوپر]

COVID-19 کے بارے میں (About COVID-19)

COVID-19 ایک سانس کی بیماری ہے جو کہ ایک شخص سے دوسرے شخص میں پھیل رہی ہے۔ یہ وائرس بنیادی طور پر سانس کی بوندوں کے ذریعہ اُن لوگوں کے درمیان پھیلتا ہے جو ایک دوسرے سے قریبی رابطے میں ہوتے ہیں (تقریباً 6 فٹ کے اندر)۔

COVID-19 کی ہلکی علامات میں بخار، کھانسی، سر درد، ناک بہنا، بو/ذائقہ کا احساس کم ہونا، گلے کی سوزش اور/یا اسہال شامل ہیں۔ اگر آپ میں ہلکی علامات ظاہر ہوتی ہیں تو آپ کو [ٹیسٹنگ کروانی چاہئے](#)۔ اگر آپ میں سانس لینے میں دشواری، سینے میں درد، الجھن، ایسا بخار جس میں دواؤں سے کچھ نہ ہو سمیت شدید علامات ظاہر ہو رہی ہیں تو 1-1-9 پر فون کریں یا ایمرجنسی روم میں جائیں۔

[COVID-19 کے بارے میں مزید معلومات حاصل کریں۔](#)

[[سب سے اوپر](#)]

COVID-19 کا ٹیسٹ کروائیں (Get a COVID-19 Test)

ویکسینیشن کے اسٹیٹس یا سابقہ انفیکشن سے قطع نظر، جس میں بھی [COVID-19 کی نشانیوں](#) یا علامات ظاہر ہوتی ہیں اُسے ٹیسٹ ضرور کرانا چاہئے۔

اگر آپ COVID-19 کی علامات کا سامنا کر رہے ہیں تو، خود علیحدگی اختیار کریں اور مفت ٹیسٹ کے لئے رجسٹر کرنے کے لئے آن لائن تشخیص مکمل کریں۔ اگر آپ اسلئے ٹیسٹ کروانے ہیں کیونکہ آپ میں علامات ہیں یا آپ ممکنہ طور پر وائرس کے رابطہ میں آئے تھے تو، آپ کو ٹیسٹ کے نتائج آنے تک دوسروں سے علیحدہ رہنا چاہئے اور اپنے ہیلتھ کیئر فراہم کنندہ کے مشورے پر عمل کرنا چاہئے۔ اگر آپ میں شدید علامات ظاہر ہو رہی ہیں تو، 1-1-9 پر فون کریں۔

آسٹن پبلک ہیلتھ (APH) پورے آسٹن میں کئی COVID-19 ٹیسٹنگ سائٹس چلاتا ہے۔ آپ [پبلک ٹیسٹنگ انرولمنٹ فارم](#) کے ذریعے یا 1-3-1 یا 2000-974-512 پر فون کر کے ٹیسٹ کے لئے سائٹس اپ کرسکتے ہیں۔ 1-1-3 کے اوقات پیر سے جمعہ صبح 8 بجے سے شام 6 بجے اور ہفتہ صبح 9 بجے سے دوپہر 1 بجے تک ہیں

آمد و رفت کے مسائل، بنیادی صحت کے مسائل سے دوچار افراد، اور ایسے افراد جو آسٹن ٹریوس کاؤنٹی علاقے میں نقل و حمل سے محروم ہیں، ان کے لئے APH گھر پر ٹیسٹنگ کی سہولت بھی فراہم کرتی ہے۔ گھر پر ٹیسٹ کے لئے سائٹس اپ کرنے کے لئے، براہ کرم نرس ہاٹ لائن 512-972-5560 پر فون کریں، جہاں وہ آپ کی ایک تشخیص کریں گے اور پھر گھر پر ٹیسٹ کرانے کا وقت طے کریں گے۔ گھر پر ٹیسٹنگ پیر سے جمعہ صبح 8 بجے سے شام 4 بجے تک دستیاب ہے۔

[آسٹن کے آس پاس کی نجی سائٹوں پر بھی ٹیسٹنگ دستیاب ہے](#)، جس میں اسپتالوں، فارمیسیوں، اور فوری نگہداشت کے مراکز کے ذریعہ ٹیسٹنگ شامل ہے۔

[آسٹن کے علاقے میں COVID-19 ٹیسٹنگ کے بارے میں مزید معلومات یہاں حاصل کریں۔](#)

[[سب سے اوپر](#)]

COVID-19 کی ویکسین حاصل کریں (Get a COVID-19 Vaccine)

آسٹن پبلک ہیلتھ Moderna اور Pfizer ویکسینز مہیا کرتی ہے اور جملہ افراد [ایانٹمنٹ کا وقت طے کرسکتے ہیں](#) یا کسی بھی APH سائٹ پر [ایانٹمنٹ کے بغیر والک-اپ کر سکتے ہیں](#)۔

براہ مہربانی نوٹ کریں کہ APH ان لوگوں کو ویکسین نہیں لگائے گی جو اس وقت بیمار ہیں یا جنہوں نے COVID-19 کے لئے مثبت آنے کے بعد اپنی 10 دنوں کی علیحدگی کی مدت مکمل نہیں کی ہے۔ اگر آپ COVID-19 سے صحت یاب ہو چکے ہیں، اور آپ اہل ہیں تو، آپ کو ویکسین ضرور لگوانی چاہئے۔ ویکسین سے ملنے والی قوت مدافعت اس قدرتی قوت مدافعت سے کہیں زیادہ دیر تک چل سکتی ہے جو آپ کو COVID-19 کے ہونے پر ملتی ہے۔

12+ سال کی عمر کے بچے Pfizer ویکسین لینے کے اہل ہیں۔ APH [اینا لارک سینٹر](#) پر Pfizer ویکسین فراہم کرتا ہے، اور یہ [UT ہیلتھ آسٹن](#)، [ٹریوس کاؤنٹی ڈرائیو تھرو](#)، پاپ اپ کمیونٹی ایونٹس، اور دیگر مقامی کلینکس اور فارمیسیوں کے ذریعے بھی فراہم کی جاتی ہے۔

آپ کے علاقے میں COVID-19 ویکسین کی فراہمی کے ساتھ مزید فراہم کنندگان کی تلاش کرنے کے لئے [Vaccines.gov](https://www.vaccines.gov) ویب سائٹ مدد کرسکتی ہے۔ آپ اپنا زپ کوڈ 438829 پر میسیج کے ذریعہ بھی بھیج سکتے ہیں (ہسپانوی کے لئے 822862) یہ دیکھنے کے لئے کہ آپ کے محلے میں ویکسینیشن کی قریب ترین سائٹیں کہاں واقع ہیں۔

سائٹ پر دستیابی اور زبان تک رسائی (Accessibility and Language Access at Sites)

شہر آسٹن معذور امریکی باشندوں کے ایکٹ اور شہری حقوق ایکٹ کے عنوان VI کی تعمیل کے لئے پرعزم ہے۔ درخواست کرنے پر مناسب ترامیم اور مساوی رسائی فراہم کی جائے گی۔ اگر آپ نقل و حمل، انٹرنیٹ، ای میل، یا کمپیوٹرز میں کسی دشواری کی وجہ سے کسی مقام تک نہیں پہنچ سکتے ہیں تو براہ کرم [5560-972-512](https://www.austintexas.gov/covid19-vaccines) پر فون کریں۔ زبانی ترجمانی کی خدمات ہر ضرورت مند فرد کو بلا معاوضہ فراہم کی جائیں گی۔ جب آپ سائٹ پر پہنچ جائیں تو، براہ کرم کسی نمائند کو اپنی ضروریات بتا دیں۔

دوسری خوراکیں (Second Doses)

اگر آپ کو اپنی Moderna کی پہلی خوراک APH کے ذریعہ موصول ہوئی ہے، اور آپ کو 28 دن یا اس سے زیادہ کا عرصہ ہو چکا ہے، تو آپ [آن لائن اپنی دوسری خوراک کے لئے ایانٹمنٹ کا وقت طے کر سکتے ہیں](https://www.austintexas.gov/covid19-vaccines)۔ آپ قریب ترین والک-اپ کے محل وقوع اور اوقات جاننے کے لئے آن لائن [austintexas.gov/covid19-vaccines](https://www.austintexas.gov/covid19-vaccines) پر بھی چیک کر سکتے ہیں، یا [1-3-1](https://www.austintexas.gov/covid19-vaccines) یا [2000-974-512](https://www.austintexas.gov/covid19-vaccines) پر فون کر سکتے ہیں۔ اگر آپ اپنی ملاقات سے محروم رہ جاتے ہیں تو، آپ بیماری کسی بھی ویکسین سائٹ پر 28 دنوں کے بعد بھی والک-اپ کر سکتے ہیں۔ والک-اپ کے محل وقوع اور اوقات کے لئے [512-974-2000 1-1-3](https://www.austintexas.gov/covid19-vaccines) or پر فون کریں۔

اگر آپ کو Moderna کی پہلی خوراک کسی اور فراہم کنندہ کے ذریعہ حاصل ہوئی ہے، لیکن آپ کو دوسری خوراک کی ضرورت ہے تو، آپ بیماری کسی بھی ویکسین سائٹ پر والک اپ کر سکتے ہیں اور اپنا CDC ویکسینیشن کارڈ دکھا سکتے ہیں۔ اگر آپ کو کسی اور فراہم کنندہ کے ذریعہ Pfizer کی پہلی خوراک حاصل ہوئی ہے، لیکن آپ کو دوسری خوراک کی ضرورت ہے تو، آپ اپنا لارک سینٹر پر والک-اپ کر سکتے ہیں۔ والک-اپ کے محل وقوع اور اوقات کے لئے [3-1-1](https://www.austintexas.gov/covid19-vaccines) یا [512-974-2000](https://www.austintexas.gov/covid19-vaccines) پر فون کریں۔

[Learn more about COVID-19 vaccines](https://www.austintexas.gov/covid19-vaccines) کے بارے میں مزید معلومات یہاں حاصل کریں (here) -

قواعد اور چہرے کے نقاب (Rules & Face Coverings)

GA-38 کے بعد سے— جو کہ سرکاری اداروں اور عوامی صحت کے حکام کی جانب سے چہرے کے نقاب کو لازمی قرار دئے جانے کی منہی کرتا ہے — اور تازہ ترین [CDC کی ہدایات](https://www.cdc.gov) کے بعد سے، 18 مئی کو جاری ہونے والے ہیلتھ اتھارٹی کے قواعد کو لازمی تقاجوں کی بجائے سفارشات میں تبدیل کر دیا گیا ہے۔

ملاحظہ کریں افراد کے لئے خطرے پر مبنی ہدایات پر مبنی سفارشات۔

ملاحظہ کریں ہیلتھ اتھارٹی کی سفارشات پر مبنی کاروباروں کے لئے سفارشات۔

[سب سے اوپر]

اضافی وسائل (Additional Resources)

- [بنیادی ضرورتوں میں مدد](#)
- [مفت ذاتی حفاظتی سازوسامان \(PPE\)](#)
- [سابق فوجیوں کے لئے وسائل](#)
- [والدین کے لئے بچوں کی دیکھ بھال کے وسائل](#)
- [خاندانوں اور اسکول کے قائدین کے لئے تعلیم کے وسائل](#)

- [دماغی صحت کی خدمات](#)
- [عمر رسیدہ افراد کی خدمات کی کونسل کی جانب سے بزرگوں اور نگہداشت فراہم کنندگان کے لئے مدد](#)
- [کاروباروں اور صنعتوں کے لئے معلومات](#)