

Appendix F

Content for CHW – Coronavirus awareness and prevention

- **Corona Virus:** Corona Virus is a disease that affects breathing severely, some of the symptoms are cough, fever and flu. It is a viral infection that can affect anyone regardless of their age.
- **How does Corona virus spread:** The virus is transmitted through direct contact with respiratory droplets of an infected person (generated through coughing and sneezing). Individuals can also be infected from and touching surfaces contaminated with the virus and touching their face (e.g., eyes, nose, mouth). Close contact with e infected person
- **Symptoms:** It can take up to 14 days to for the symptoms in an infected person to show. Cough, Difficulty in breathing, fever, sour throat
- **People who are more likely to be infected easily:** Cancer patient, heart patient, diabetic, Aged people- (50 and above), With lung disease, People with hyper tension
- **Preventive measures against Corona:** Avoid crowded places, Wear a Mask, Cover your face while sneezing or coughing, Avoid visiting unwell people, Wash your hands for 20 seconds, Reach out to a doctor if you are feeling unwell, Avoid contacting animals, Avoid hugging people or shaking hands
- **Misconceptions about Corona Virus:** Corona virus does not spread due to mosquito, Antibiotics can not help with this virus, taking shower with hot water cannot save you from virus, Research still has not proved that garlic can help save people from this virus
- **Instructions**
 - Guddi bajis will visit the areas allocated them on daily basis
 - Please wear masks and gloves when you leave the house.
 - While visiting people house, you will have discussion on general health issues and corona virus as well.
 - Please maintain 6 feet distance while mingling with people
 - While visiting places, you are given instructions regarding corononavirus, please follow them to keep your self safe from the infection.
- **Instructions on how to give out information on health**
 - Group gatherings:
 - Wear masks and gloves
 - 6 feet distance markers must be placed in the place of gathering
 - Please ask women to sit in the place marked for them and make sure 6 feet distance between them
 - While holding discussion on general women health, please also spread awareness about Corona Virus and its preventive measures
 - Care during visits to Homes to impart health related information
 - Wear masks and gloves
 - Avoid hugging or hand shaking with the client
 - Put 6 feet marker if a gathering is required
 - Please ask women to sit in the place marked for them and make sure 6 feet distance between them
 - While holding discussion on general women health, please also spread awareness about Corona Virus and its preventive measures
 - instructions for visits to homes to impart health related information:
 - Wear masks and gloves
 - Avoid hugging or hand shaking with the client
 - Put 6 feet marker if a gathering is required
 - Before entering a house please ensure:
 - No one in the house has COVID-19 or one or more symptoms
 - If anyone has symptoms, please maintain 6 feet distance, cover up your face with something

- Please share with them information regarding Corona & ask them to Quarantine (information regarding quarantine has been shared on your tablet)
- If no symptoms, then:
- Stay 6 feet away while holding discussions
- While holding discussion on general health issues, please also spread awareness about Corona Virus and its preventive measure
- **Instructions for video consultations**
 - If there are Corona related Symptoms, please observe:
 - If anyone has symptoms, please maintain 6 feet distance, cover up your face with something
 - Register them on clickmedix
 - While talking to the doctor, please tell them about the situation of the patient yourself, and pass on to the patients the instructions doctors provide.
 - In case doctors wants to talk to patients please observe the following:
 - If you have gloves, please share it with them
 - Once the consultation sessions, please clean the tablet with the alcohol wipes given to you
 - Please discard your gloves carefully
 - Wash your hands and wear gloves
 - Help patient understand how to quarantine
 - If there are no corona virus symptoms:
 - Maintain 6 feet distance while holding discussions
 - Ask people to cover up their face and nose.
 - Please register them with clickmedix
 - While talking to the doctor, please tell them about the situation of the patient yourself, and pass on to the patients the instructions doctors provide.
 - In case doctors wants to talk to patients please observe the following:
 - If you have gloves, please share it with them
 - Once the consultation sessions, please clean the tablet with the alcohol wipes given to you
 - Please discard your gloves carefully
 - Wash your hands and wear gloves
 - Help patient understand how to quarantine
 - Instructions for video consultations from home

کرونا وائرس: ایک ایسی بیماری ہے جو سانس کو شدید طور پر متاثر کرتی ہے اس کی کچھ علامات کھانسی ، بخار اور فلو ہیں۔ یہ ایک وائرل انفیکشن ہے جو عمر سے قطع نظر کسی کو بھی متاثر کر سکتی ہے۔

وائرس کیسے پھیلتا ہے : وائرس ایک متاثرہ شخص کی کھانسی اور چھینک کے ذریعے پیدا ہونے والے قطرہ کے ساتھ براہ راست رابطے کے ذریعے منتقل ہو جاتا ہے۔ اگر وائرس سے آلودہ سطح کو مس کرنے کے بعد چہرے، منہ اور آنکھ کو ہاتھ لگایا جائے تو یوں بھی وائرس منتقل ہو سکتا ہے۔ متاثرہ شخص کے ساتھ قریبی رابطے سے بھی۔

علامات: متاثرہ شخص میں علامات ظاہر ہونے کے لئے 14 دن تک لگ سکتے ہیں۔ یہ کھانسی ، سانس لینے میں دشواری ، بخار ، گلے میں درد ہو سکتی ہیں۔

وہ لوگ جو آسانی سے متاثر ہو سکتے ہیں: کینسر مریض ، دل کے مریض ، ذیابیطس کے مریض ، بڑی عمر کے لوگوں (50 اور اس سے اوپر) ، پھیپھڑوں کی بیماری کا شکار ، اور بلڈ پریشر کے مریض۔

کرونا کے خلاف حفاظتی اقدامات: بھیڑ کی جگہوں سے بچیں ، ماسک پہنیں ، اپنے چہرے کو چھینک یا کھانسی کے دوران ڈھانپ لیں ، بیمار لوگوں کو ملنے سے بچیں ، اپنے ہاتھوں کو 20 سیکنڈ تک دھوئیں ، اگر آپ بیماری محسوس کر رہے ہیں تو ڈاکٹر سے رابطہ کریں ، اس سے بچنے کے لئے ، لوگوں سے ہاتھ ملانے اور گلے ملنے سے بچیں۔

کرونا کے حوالے سے متعلق شہباز: وائرس کو مچھر کی وجہ سے نہیں پھیلتا ، اینٹی بائیوٹک اس وائرس کے خلاف مدد گار نہیں ، گرم پانی کے ساتھ شاور لینے سے آپ وائرس سے بچ نہیں سکتے ، تحقیق سے ابھی تک یہ ثابت نہیں ہوتا کہ لہسن لوگوں کو اس وائرس سے بچانے میں مدد مل سکتی ہے۔

ہدایات:

گوڈی باجی مختص کردہ علاقوں میں روزانہ کی بنیاد پر جائیں گی۔

جب آپ گھر سے باہر جائیں تو براہ مہربانی ماسک اور دستانے پہنیں۔

لوگوں کے گھر کا دورہ کرتے ہوئے ، آپ کو عام صحت کے مسائل اور کرونا وائرس پر بھی بات چیت کرنا ہوگی۔

لوگوں کے ساتھ میل ملاقات کرتے ہوئے 6 فوٹ کا فاصلہ برقرار رکھیں۔

وائرس کے بارے میں جو ہدایات دی جاتی ہیں ، براہ کرم ان کی پیروی کریں تاکہ دورہ کرتے ہوئے آپ خود کو انفیکشن سے محفوظ رکھیں۔

صحت سے متعلق معلومات دینے کے بارے میں ہدایات

گروپ کے اجتماعات

ماسک اور دستانے پہنیں۔

اجتماع کی جگہ 6 فٹ فاصلہ رکھنے کے لیے نشان دہی کرنا ضروری ہے۔

براہ کرم خواتین سے کہیں کہ ان کے لئے نشان لگا دیا گیا ہے اور وہ اس جگہ پر بیٹھیں اس بات کا یقین کریں ان کے درمیان 6 فٹ کا فاصلہ ہے۔

خواتین کی عام صحت پر بحث کرتے ہوئے ، براہ کرم کرونا وائرس اور اس کے حفاظتی اقدامات کے بارے میں آگاہی بھی پھیلائی جائے ۔

صحت سے متعلق معلومات فراہم کرنے کے لئے گھروں کے دوروں کے دوران دیکھ بھال اور خیال۔

کلانٹ کے ساتھ گلے ملنے یا ہاتھ ملانے سے بچیں۔

اگر ایک اجتماع کی ضرورت ہو تو 6 فٹ فاصلے کی نشاندہی کریں۔

صحت سے متعلق معلومات کے حصول کے لیے گھروں کے دورہ کے لیے ہدایات

ماسک اور دستانے پہنیں۔

کلانٹ کے ساتھ گلے ملنے یا ہاتھ ملانے سے بچیں۔

اگر ایک اجتماع کی ضرورت ہو تو 6 فٹ فاصلے کی نشاندہی کریں۔

کسی گھر میں داخل ہونے سے پہلے براہ مہربانی یقینی بنائیں کہ:

گھر میں کوئی بھی کرونا کا شکار نہیں ہے اور نہ ہی کسی میں ایک یا اس سے زیادہ علامات ہیں

اگر کسی میں کرونا علامات ہیں ، تو براہ کرم 6 فٹ فاصلے کو برقرار رکھیں ، اور اپنے چہرے کو ڈھانپ لیں۔

ان کو کرونا کے بارے میں معلومات دیں اور قرنطینہ کرنے کا کہیں۔ قرنطینہ کے بارے میں معلومات آپ کی ٹیلیٹ پر دی گئی ہیں۔

اگر کوئی علامات نہیں تو:

مذاکرات کے انعقاد کے دوران 6 فٹ کا فاصلہ رکھیں۔

عام صحت پر بحث کرتے ہوئے ، براہ کرم کرونا وائرس اور اس کے حفاظتی اقدامات کے بارے میں آگاہی بھی پھیلائی جائے ۔

ویڈیو مشاورت کے لئے ہدایات:

اگر کسی میں کرونا علامات ہیں تو:

براہ کرم 6 فٹ فاصلے کو برقرار رکھیں ، اور اپنے چہرے کو ڈھانپ لیں۔

انہیں کلک میڈیکس پر رجسٹر کریں۔

ڈاکٹر سے بات کرتے ہوئے، براہ کرم انہیں اپنے مریض کی صورت حال کے بارے میں خود بتائیں، اور ڈاکٹروں کی ہدایات کو مریضوں کو فراہم کریں۔

اگر ڈاکٹر مریضوں سے بات کرنا چاہتا ہے تو براہ مہربانی مندرجہ ذیل پر عمل کریں:

اگر آپ کے پاس دستانے ہیں تو ان کو فراہم کریں۔

مشاورت کے سیشن کے بعد، ٹیبلیٹ کو صاف کریں صفائی کے لیے آپ کو مواد فراہم کیا گیا ہے۔

براہ کرم اپنے دستانے کو احتیاط سے پھینکیں۔

اپنے ہاتھ دھوئیں اور دستانے پہن لیں۔

مریض کو قرنطینہ کرنے کے بارے میں سمجھائیں۔

اگر کوئی کرونا وائرس علامات نہ ہوں تو:

براہ کرم 6 فٹ فاصلے کو برقرار رکھیں

لوگوں کو چہرہ اور ناک ڈھانپنے کا کہیں۔

انہیں کلک میڈیکس پر رجسٹر کریں۔

ڈاکٹر سے بات کرتے ہوئے، براہ کرم انہیں اپنے مریض کی صورت حال کے بارے میں خود بتائیں، اور ڈاکٹروں کی ہدایات کو مریضوں کو فراہم کریں۔

اگر ڈاکٹر مریضوں سے بات کرنا چاہتا ہے تو براہ مہربانی مندرجہ ذیل پر عمل کریں:

اگر آپ کے پاس دستانے ہیں تو ان کو فراہم کریں۔

مشاورت کے سیشن کے بعد، ٹیبلیٹ کو صاف کریں صفائی کے لیے آپ کو مواد فراہم کیا گیا ہے۔

براہ کرم اپنے دستانے کو احتیاط سے پھینکیں۔

اپنے ہاتھ دھوئیں اور دستانے پہن لیں۔

مریض کو قرنطینہ کرنے کے بارے میں سمجھائیں۔

گھر سے ویڈیو مشاورت کے لئے ہدایات