عبدالرحمٰن پيرزادو

عالمي وبا ۽ اوميڪران

Publication No. 62
BLOGS by PIRZADO ©
Prose Collection No. 42
Public Health No.7
Title: Pandemic and Omicron
Writer, Composer, Editor, Publisher:
Abdul Rehman Pirzado
Hyderabad
December 31, 2022
© Abdul Rehman Pirzado
https://el.sindhculture.gov.pk/other-pdf-books
https://www.facebook.com/groups/294882815022204/?ref=share

فهرست

فهرست...3

ڪورونا ڪان اوميڪران ـ اميد جو سفر. حميد سومرو

....5

شايع ڪيل ڪتاب..................................18

شاعري..18

ڪهاڻيون..19

عام جي صحت......................................19

متفرق بلاگ.......................................20

ترتيب..23

اوميڪران مان آسرو..............................24

زنده ويڪسين ـ اوميڪران.........................28

وبا جي بند گهٽي.................................31

وبا ۽ افواهه......................................36

عالمي وبا ۽ سال ٢٠٢١............................40

وبا ۾ وبائون.......................................44

علم 'ٺُڪَ'..46
عالمي وبا ۽ جينومڪس..............................50
وبا ۽ صحت ڪارڪن.................................54
پنڌ پري، منزل ڏور..................................57
اوميڪران جون علامتون............................63
منجهائيندڙ معلومات جو مثال - ١..............66
منجهائيندڙ معلومات جو مثال ـ ٢..............68
منجهائيندڙ معلومات جو مثال ـ ٣..............69
منجهائيندڙ معلومات جو مثال ـ ٤..............71
منجهائيندڙ معلومات جو مثال ـ ٥..............73
منجهائيندڙ معلومات جو مثال - ٦..............75
منجهائيندڙ معلومات جو مثال ـ ٧..............77
منجهائيندڙ معلومات جو مثال ـ ٨..............79
وبا ۾ لاپرواهيءَ جو انت...............................80
بوسٽر ڪان پهريون ٽڪو پلو.......................83

ڪورونا کان اوميڪران ـ اميد جو سفر.

حميد سومرو

ڪووڊ ـ ١٩ عالمي وبا جي ڪارڻ مرض جو ڊپ ويڪسين اچڻ سان ختم ٿي ويو آهي ليڪن سچ اهو آهي تہ ڪووڊ ـ ١٩ مرض هن وقت بہ دنيا ۾ هڪ خطري جي صورت ۾ موجود آهي. چين اهڙو ملڪ آهي جنهن جي صوبي ووهان مان سن٢٠١٩ع ۾ اهو وبائي مرض ظاهر ٿيو ۽ هن وقت بہ اهوئي ملڪ ڪورونا جي هڪ نئين، مثيل ۽ مهلڪ شڪل جي هڪ ٽُڪ سان 'اوميڪران' سان جهيڙي رهيو آهي. ڪورونا جي بدليل شڪل 'اوميڪران' گهٽ خطرناڪ هجڻ جي تعارف سان آفريڪا کان شروع ٿي يورپ، آمريڪا، ڏکڻ ايشيا سميت دنيا ۾ ڦهلجي هاڻي چين ۾ هاجا ڪري چڏيا آهن. ڏکڻ ڪوريا، انڊونيشيا سميت ڪافي ملڪن چين مان ايندڙ مسافرن تي بندشون لاڳو ڪري ڇڏيون آهن . برطانيہ، فرانس، آمريڪا ۽ پارت چيني شهرين جي ملڪ ۾ داخلا لاءِ ڪووڊ ـ سارس ـ ٢ پي سي آر ٽيسٽ لازمي قرار ڏئي ڇڏي آهي. ڪورونا خاندان جي هڪ ٽُڪ،

اوميڪران جو بحث ئي پبلڪ هيلٿ اسپيشلسٽ عبدالرحمٰن پيرزاي جي معلومات سان پُر مضمونن ۽ بلاگن تي مشتمل ڪتاب ”عالمي وبا ۽ اوميڪران“جو موضوع آهي.

اڄ ڪان ٽي سال اڳ جڏهن دنيا سميت پاڪستان ۾ ڪووڊ - ١٩ آدم بو ڪندي وارد ٿيو هيو، ملڪ ۾ خوف جو راڄ هيو ۽ سنڌ حُڪومت بہ موڳو مٿر لڳي پيئي هئي تڏهن ان وبا متعلق مُنڌل سنڌي ماڻهوءَ ڪي جنهن شخص سوشل ميڊيا ذريعي وقتائتي ڄاڻ پئي ڏني اهو پبلڪ هيلٿ اسپيشلسٽ عبدالرحمٰن پيرزادو هيو جنهن انهي مرض جي تشخيص، بچاءَ ۽ ويڪينيشن متعلق معلومات فراهم ڪئي پئي ۽ عبدالرحمٰن پيرزادو اڳتي هلي ڪووڊ - ١٩ جي حوالي سان هڪ حوالو بہ بڻجي ويو. انهي دوران ليڪڪ ڪووڊ - ١٩ جي وبا جي حوالي سان سوشل ميڊيا تي بحث هيٺ آيل بلاگ سهيڙي ”وبا جا ڏينهن“ 'ڪورونا ۾ ڪورونا' ۽ ”وبا جون ڳالهيون“ نالي ڪتابي صوت ۾ شايع ڪيا. انهي دوران پنهنجي شاعري، ڪهاڻين ۽ چوٽين ۾ بہ ڪورونا جي وبا ڪي موضوع بحث بڻايوءِ انهن ڪي بہ سهيڙي

ڪتابي صورت ڏئي، برقي نموني ڇپائي پڌرو ڪيو. ڪووڊ-١٩ تي اهڙو مثالي ڪم عبدالرحمٰن پيرزادي ڪانسواءِ سنڌ ۾ شايد ئي ٻئي ڪنهن ڪيو هجي. ڪووڊ- ١٩ عالمي وبا، گذريل ٽن سالن ۾ انساني جانين، سماجن ۽ تاجي پيٽي ۽ عالمي معيشيت سان جيڪي هاڃا ڪيا آهن انهن ۾ وقت گذرڻ ۽ ويڪسين اچڻ سان گهٽتائي ته آئي آهي ليڪن وسيع پيماني تي ويڪسين ٿيڻ باوجود ڪووڊ- ١٩ نه صرف مرض بلڪ موت جي صورت ۾ اڄ به موجود آهي . سن٢٠١٩ع جي آخر ۾ ظاهر ٿيندڙ ڪووڊ-١٩ جي عالمي وبا ۾ ۾ هن وقت تائين دنيا ۾ متاثر ٿيندڙ ماڻهن جو تعداد پنجهٺ ڪروڙ ويهه لک آهي جڏهن ته ڇاهٺ لک ڇاونجاهه ڪروڙ ڪان وڌيڪ ماڻهو انهي مرض وگهي مري چڪا آهن دنيا ۾ سڀ ڪان وڌيڪ متاثر ٿيندڙ ملڪ آمريڪا ۾ ڏهه ڪروڙ ٽيويهه لک ڪان وڌيڪ ماڻهو ڪووڊ- ١٩ مرض جو شڪار ٿيا جڏهن ته يارهن لک ڪان وڌيڪ موت جي منهن ۾ هليا ويا آهن. اسانجي پاڙيسري ملڪ ڀارت ۾ ذري گهٽ ساڍا چارڪروڙ مريض ۽ ساڍا پنج لک موت ٿيا آهن. پاڪستان ۾ پندرهن لک پنجهتر هزار

مريض تشخيص ذريعي ظاهر ٿيا آهن ۽ ٽيھ هزار ماڻهو اجل جو شڪار ٿيا آهن. سنڌ ۾ هن وقت تائين ڇهه لک ڪووڊ ۔ ١٩ جا مريض تشخيص ٿيا آهن جڏهن ته اٺ هزار ڪان وڌيڪ موت جي مُنهن ۾ هليا ويا آهن. پاڪستان ۾ فيبروري ٢٠٢١ع ۾ ڪووڊ ۔ ١٩ جي ويڪسينيشن شروع ڪئي ويئي ۽ هن وقت تائين پاڪستان ۾ اٺهٺ سيڪڙو لاڳاپيل آبادي target population کي پهريان ٻه ڊوز لڳا آهن جڏهن ته صرف ٻاويھ سيڪڙو آبادي کي اضافي خوراڪ booster dose لڳو آهي. توڻي جو پاڪستان ۾ ڪووڊ ۔ ١٩ جون بندشون SOPs ذري گهٽ ختم ٿي ويون آهن ليڪن هن وقت به ڪووڊ ۔ ١٩ جا ڪيس روزانه ظاهر ٿي رهيا آهن ۽ گذريل چوويھن ڪلاڪن ۾ ٢٩ ڊسمبر ٢٠٢٢ تي پاڪستان ۾ ڪووڊ ۔ ١٩ جا پنجويھ ڪيس ظاهر ٿيا آهن جيڪو انهي جو اهڃاڻ آهي ته ڪووڊ ۔ ١٩ جي مرض جو خطرو هن وقت به موجود آهي ۽ جيڪڏهن ضرورت مطابق هر ماڻهو کي ٽُڪو نه لڳو ته اوميڪران وسيلي ڪووڊ ۔ ١٩ جي ڦهلجڻ ۽ وائرس جي وڌيڪ مهلڪ، وچڙندڙ ۽ خطرناڪ شڪلين ظاهر ٿيڻ جو خطرو موجود آهي.

ڪورونا وائرس جي بدليل شڪل اوميڪران ئي هن ڪتاب جو موضوع آهي. ليڪڪ ڄاڻائي ٿو ته اوميڪران ڪورونا وائرس جي خاندان جو فرد آهي جيڪو پنهجي هيئت مٽائي رهيو آهي جنهنڪري اهو پنهجي دهشت ختم ڪري، مهلڪ صورت مٽائي صرف اهڙو بي ضرر زڪام Flu بڻجڻ ڏانهن راغب آهي جنهنجي خلاف قدرتي طور انسان جي ساهه واري سرشتي ۾ مدافعتي سگهه موجود آهي. ليڪڪ مطابق وائرس جي نئين شڪل نوي ملڪن ۾ پهچي ويئي آهي ۽ آمريڪا ۾ هن وقت بہ روزانہ ٿي لک ظاهر ٿيندڙ ڪووڊ - ١٩ جي ڪيسن ۾ اوميڪران سبب متاثر ماڻهن جو تعداد ستر سيڪڙو آهي. جڏهن تہ ڪجھ تازين رپورٽن مطابق آمريڪا ۾ ڪووڊ - ١٩ کان متاثر مريضن ۾ ٻيانوي سيڪڙو مريض اوميڪران ٽُڪ سان واسطو رکن ٿا. ليڪڪ اوميڪران کي ”ڏنگ پڇل“ وائرس سڏي ٿوءِ چوي ٿو تہ اهو اوميڪران عوام لاءِ مفت واري ”زنده ويڪسين“ بڻجي سامهون آيو آهي. هي بلڪل ائين آهي جيئن ڪنهن ٻار کي ارڙِي جو مرض گهٽ شدت وارين نشانين سان ظاهر ٿي ان

ٻار ۾ هميشہ لاءِ مدافعتي قوت پيدا ڪري وجهندو آهي. اڄ ڏهن امير ملڪن ۽ گهڻ قومي پرمار ڪمپنين ڪووڊ ـ ١٩ مرض کان بچاءُ جي ويڪسين جي ڳري قيمت مقرر ڪري ڇڏي آهي ان موقعي تي اوميڪران جهڙي فلو ٽائيپ ڪورونا جي شڪل جو وارد ٿيڻ ڪنهن غنيميت کان گهٽ ناهي. جنهن ڪري ڪووڊ ـ ١٩ وبا جي انهي شڪل کي ليڪڪ زنده ويڪسين سڏي ٿو جنهن کي سائنس جي ميدان ۾ اڃا ثابت ٿيڻو آهي. انهي خبر کي انسان ذات لاءِ وڏي خوشخبري قرار ڏيندي وڌيڪ تحقيق تائين انتظار جي ڳالھ ڪندي ڪتاب ۾ مشورو ملي ٿو تہ، ملڪ ۾ ويڪسينيشن جي ڪم کي جلدي مڪمل ڪرڻ گهرجي، بازار ۾ وٿيرڪو رهجي، هروڀرو سفر نہ ڪجي، صابڻ جو استعمل جاري رکجي، ماسڪ جو مناسب استعمال ڪجي، طبيعت خراب ٿئي تہ ڊاڪٽر کي ڏيکارجي. ڪووڊ ـ ١٩ وبا انساني تاريخ جي اهڙي وبا آهي جنهنجي خلاف ويڪسين ايتري جلدي ۽ ايترن ملڪن ۾ تيار ٿي جنهن جو مثال اڳ۾ نٿو ملي. اڄ دنيا ۾ ڪورونا جي مرض کان بچاءُ لاءِ ڇويهن قسمن جون ويڪسين وافر

مقدار ۾ موجود آهن انڪري اميد رکي پئي ويئي ته دنيا ۾ آباديءَ جي اڪثريت کي ويڪسين لڳي ويندي ليڪن ويڪسين ٺاهيندر ڪمپنين جي حرص، هبچ ڪارڻ آمريڪا ۽ روس جهڙن جهجهي مقدار ۾ ويڪسين ٺاهيندڙ ملڪن ۾ به ترتيبوار صرف ايڪهٺ ۽ انيتاليھ سيڪڙو ويڪسين ٿي سگهي آهي جڏهن ته انهن ٻنهي ملڪن جي پيٽ ۾ گهڻ وسيلا هجڻ باوجود پورچوگال، چلي، ڪيوبا، سنگاپور جهڙن ملڪن همٿ ڪري اسي سيڪڙو هدف حاصل ڪيو آهي. هن وقت به ويڪسين ٺاهيندڙ ڪمپنين جي هبچ ڪارڻ ڪافي غريب ملڪن تائين اها ويڪسين پهچي نه سگهي آهي جڏهن ته آفريڪا جي ڪافي ملڪن ۾ صرف ويھ سيڪڙو لاڳاپيل آبادي کي ويڪسين ٿي سگهي آهي ۽ دنيا ۾ وافر مقدار ۾ ويڪسين جي موجودگي باوجود نائيجيريا جهڙي ملڪ مدي خارج ٿي وڃڻ ڪري ويڪسين جون ويھ لک خوراڪون ضايع ڪرڻيون پيون. ليڪڪ اها به ڳالھ بار بار ڪري ٿو ته ويڪسين نه لڳڻ ۽ اڌورا ڊوز لڳڻ ڪري به ڪووڊ۔

١٩ جو وائرس پنهجي شڪل ڪيفيت مٽائيندو رهي ٿو جنهن جي تازي شڪل اوميڪران آهي.

ليڪڪ صحت ڪارڪنن جي بيوسي جو نوحو بيان ڪيو آهي تہ ڏينهن رات ڊيوٽي ڪندڙ ۽ جان جوکم ۾ وجهي ڪورونا جي مريض جي سارسنڀال ڪندڙ صحت ڪارڪن ڪنهن ميجتا ۽ تعريف بجاءِ مسلسل عوامي غيض و غضب جو شڪار ٿي رهيا آهن. انهن کي نہ صرف مشڪل حالتن ۾ ڪم ڪرڻو پوي ٿو بلڪہ انهن ماڻهن جي ڪاوڙ، غيض وغضب کي بہ منهن بہ ڏيڻو پوي ٿو جيڪي پنهنجي پيارن کي مرض جي تڪليف ۽ موت جي منهن ۾ ويندو ڏسي نامناسب سهولتن تي ردعمل ۾ اهو ڪجهہ ڪن ٿا جنهن تي صرف افسوس ئي ڪري سگهجي ٿو. جيڪڏهن دنيا ۾ ڪووڊ - ١٩ کان بچاءُ جي ويڪسينيشن جو جائزو وٺجي تہ هن وقت تائين صرف ست سيڪڙو بالغ آبادي کي ويڪسين جون بہ خوراڪون مليون آهن جڏهن تہ اسرندڙ ملڪن ۾ اهو تناسب ويهہ سيڪڙو کان بہ گهٽ آهي. جنهن ڪري وائرس پنهنجون شڪليون روز روز مٽائي ٿو. جنهن طريقي سان ڪووڊ- ١٩ جي وبا ۾ سڌريل

ملڪن سميت اسرندڙ ملڪن ۾ صحت جو نظام، صحت جون سهولتون پهچائي نہ سگهيو آهي اهو اهڃاڻ ۽ سبق آهي تہ صحت جي نظام کي هاڻي عوامي ملڪيت طور تشڪيل ڏيڻ گهرجي جيئين حُڪومت ۽ عوام گڏجي انهي نظام جي مالڪي ڪن. صحت ڪارڪنن جي تربيت، تعداد، قابليت، استعداد، استطاعت، ماهراڻي صلاحيت کي پڻ نئين نموني ترتيب ڏيڻو پوندو جيئن ڪنهن ناگهاني آفت ۽ وبا کي منهن ڏيئي سگهجي.

اوميڪران جون علامتون ڪي الڳ ناهن بلڪ ذري گهٽ اهي ساڳيون آهن جيڪي سن٢٠١٩ع ۾ ڪورونا جي وارد ٿيڻ سان موجود هيون جن۾ نڪ جو وهڻ، ڳلي ۾ خراش، ڪنگهہ، ذائقو محسوس نہ ٿيڻ، بوءِ محسوس نہ ٿيڻ، جسم ۾ سور، پُٺن ۾ سور، ساٽائي، ٿڪاوٽ شامل آهن. ليڪن انجي پڪ پڪاڻي صرف ڪووڊ-١٩ پي سي آر ٽيسٽ سان ئي ممڪن آهي.

ڪورونا جڏهن لاعلاج سڏجڻ لڳو هيو تہ ڪافي مقامي نسخہ بہ مشهور ڪيا ويا تہ ان سان ڪورونا

جو علاج ٿي سگهي ٿو ۽ پنجاب مان قومي اسيمبلي جي ميمبر اسيمبلي جي فلور تي چوندي ٻُڌو ويو تہ ”ماڪڙ“ ڪائڻ سان ڪورونا جو مرض نٿو ٿئي. هڪ طرف ٽوٽڪا ڦِيٽا شروع ڪيا ويا تہ اهو هُل بہ هُلايو ويو تہ ڪنهن مقدس عبادتگاهہ، ماڳ جي مٽي مبارڪ جسم کي لائڻ سان يا جسم تي ڪنهن جانور جو ڇيڻو ملڻ سان اهو مرض چنبڙي نٿو سگهي يا جيڪڏهن مرض ٿي بہ پيو تہ انهي سوڻ ڪرڻ سان ختم ٿي ويندو ان سان گڏوگڏ ڪافي منجهائيندڙ ٽوٽڪا بہ سائنسي قرار ڏئي ميدان ۾ لاٿا ويا تہ جيئن منڌل مخلوق کي ڦُري سگهجي . هن ڪتاب ۾ بہ منجهائيندڙ معلومات جي سري سان ڪورونا جي باري ۾ اٺ پوسٽرن، اسٽڪرن ۽ پنن تي ليکڪ ٽيڪاٽپڻي ڪئي آهي تہ ڪيئين اهڙيون لکتون ڦهلائي ڪورونا متعق اصل معلومات ۽ حقيقي نياپي کي منجهايو ويو آهي. انهن منجهيل نياپن منجهہ ڄاڻايل آهي تہ ڪورونا کان بچڻ لاءِ گوشت ۽ بيضا چڱي طرح پچائي واپرائڻ گهرجن، نڪ وهڻ يا زڪام واري ڪنهن بہ مريض سان ميل جول نہ رکڻ گهرجي، ڪنهن بہ زنده پالتو جانور سان سڌو ميل

جول نہ رکڻ گھرجي، ائين هڪ اشتهار ۾ ڄاڻايل آهي تہ مضبوط مدافعتي نظام رکندڙ ماڻهو کي ڪووڊ-١٩ نہ ٿيندو آهي. هڪ اشتهار ۾ گهچلائپ جي تعريف ڪندي ھُلايو ويو آهي تہ چينيءَ ماڻهو گدلن ڪتن ٻلن سان گڏ ڪاڌو ڪائيندا آهن انڪري بيمار نہ ٿيندا آهن. اٽليءَ جا ماڻهو صرف پيزا ڪائيندا آهن انڪري انهن ۾ ڪووڊ-١٩ ٿيڻ جي شرح وڌيڪ آهي. مليريا جي علاج ۾ استعمال ٿيندڙ دوا، ڪلوروڪوئين ۽ اينٽي بايوٽڪ ازيٿرومائيسين ڪورونا جو علاج آهي. ڄاڻايل سموريون ڳالهيون، هدايتون بنا ڪنهن ثبوت، صحت جي عالمي اداري ۽ ملڪ جي صحت کاتي جي هدايتن کان بغير ڦهلايون ويون آهن جن سان حقيقت جو ڪو تعلق ناهي جنهن جي سبب اهو ٿي رهيو آهي تہ مصيبت ۽ جهالت جا ماريل ماڻهو مونجهاري جو شڪار ٿي رهيا آهن جنهن ۾ صرف نقصان جو انديشو ئي ڪري سگهجي ٿو.

ليڪڪ چوي ٿو تہ وبا جي صورت ۾ ماڻهو جيڪڏهن هدايتن تي عمل نہ ڪندا تہ بيماري ڦهلبي، ماڻهو وڌيڪ بيمار ٿيندا ۽ صحت جي نظام تي

غيرمعمولي بوجھ پوندو جيڪو ھو برداشت نہ ڪري سگھندو جنھجو ھڪ نمونو ڪووڊ ۔ ١٩ جي وبا دوران پاڻ گذريل ٽن سالن ۾ ڏسي ۽ ڀوڳي چڪا آھيون تہ اسانجو صحت جو نظام لاتعداد مريض ٿيڻ ڪري نہ ڍنگ سان علاج ڪري پئي سگھيو نہ مريضن کي بسترو ملي پئي سگھيو نہ انھن جي وقت سر تشخيص ٿي پئي سگھي. انڪري جيڪي ماڻھو ويڪسينيشن کان رھيل آھن يا جن جا ڊوز پورا ناھن انھن کي فوري طور ويڪسين لڳائڻ گھرجي. وبا جي دوران لاپرواھي انتھائي خطرناڪ آھي. جنھن سان نہ صرف پاڻ کي بلڪ پنھنجي پيارن کي بہ نقصان ٿي سگھي ٿو. وبا دوران ڪڏھن ڪڏھن متاثر ۽ بيمار ماڻھو کي ڪابہ تڪليف نہ ھوندي آھي نہ ڪيس خبر ئي ھوندي آھي ليڪن اڪ پٽڻ جي ضرورت آھي. جيڪڏھن ھاڻي بہ بي احتياطي ڪئي ويئي، ڪورنا جي ھدايتن تي عمل نہ ڪيو ويو تہ گھر وارن، عزيزن ۽ دوستن کي بيماري ٿي سگھجي ٿي. اھو بہ ممڪن آھي تہ لاپرواھي جي نتيجي ۾ ڊگھي عرصي واري ڪووڊ ۔ ١٩ بہ ٿي وڃي جيڪا مستقل بيماري بڻجي مسلسل

عذاب بڻجي ويندي آهي. انڪري ڪووڊ ـ ١٩ سميت سندس مٽيل شڪل ۽ ٻُڪ اوميڪران کان بچڻ جو مُک طريقو ۽ اُپاءُ اهو آهي تہ جنهنڪي ڪووڊ ـ ١٩ کان بچاءُ جي ويڪسين لڳل ناهي انهي کي فوري طور اهو ٽُڪو لڳڻ گهرجي جيڪو عوامي ملڪيتي صحت جي ادارن ۾ هن وقت بہ وافر مقدار ۾ موجود آهي. تازي چئوماسي جي برساتن ڪانپوءِ سنڌ ۾ صحت جون سهوليتون مخدوش ٿي ويون آهن جنهن ڪارڻ ڪاري ڪنگهہ ۽ ڪرٽيو جهڙيون خطرناڪ ۽ ختم ٿي ويل بيماريون وري منظر عام تي اچي ويون آهن انڪري اڪ پٽڻ جي ضرورت آهي اهو ڪم عام ماڻهو جو تہ آهي ليڪن انهن باشعور ماڻهن جي بہ ذميداري بہ آهي جيڪي ماڻهن سان سڌي رابطي ۾ آهن ۽ انهن جي ڳالهہ عام ماڻهو ٻُڌي بہ ٿو. خير جي ڪم ۾ دير ٿي تہ انڌير ٿي ويندو. انڪري دير جي هاڻي بلڪل گنجائش ناهي.

شايع ڪيل ڪتاب

شاعري

٢٠٢٠

١ - سنڌوءَ ڪپ تي

٢ - وفا جا بندي ـ ترجما

٣ - ڌرتيءَ جي ڌوڙ

۴ - انتظار ـ اردو

۵ - دل جا حال

۶ - پورائي

٢٠٢١

۷ - ڪبوتري

٨ - ڪڙڪپيتو

٩ - چيڪلو

١٠ ـ دل جي موسم

۲۰۲۲

۱۱ - دل جهرڪين جو جوڙو

۱۲ - ابتا سبتا ليڪا

۱۳ - جڏهن هوش آيو

۱۴ - انڌو شهر

۱۵ - Strings

ڪهاڻيون

۱ - هاريءَ جو پٽ - ۲۰۲۰

۲ - انڌي جي لٺ - ۲۰۲۱

۳ - سرخ سلام - ۲۰۲۲

عام جي صحت

۲۰۲۰

۱ - وبا جا ڏينهن

۲ - خوراڪ ۽ صحت

٢٠٢١

٣ - ڪورونا ۾ ڪورونا

٤ - وبا جون ڳالهيون

٥ - وچڙندڙ بيماريون

٢٠٢٢

٦ - خوراڪ ۽ دلجاءِ

٧ - عالمي وبا ۽ اوميڪران

متفرق بلاگ

٢٠٢٠

١ - زندگيءَ سان واقفيت

٢ - ساٺياٽيءَ جا سور

٣ ـ ڳالهيون پيٽ ورن ۾

٤ ـ گامونءَ جي ڳولها

٢٠٢١

٥ـ دلجاءِ

٦ . ڳالھ مان ڳالھ

٧ - اوتاڪ

٨ - ڳالھ جو ڳجھ

٩ - سوچ ۽ لوچ

١٠ - اڌورو پينڊ

١١ - دل جون ڳالھيون

١٢ - ڳالھين جون ڳالھيون

١٣ - جھان جون ڳالھيون

١٤ . ھڪڙي ڳالھ چوان

١٥ - لفظ لفظ زندگي

١٦ . جيئڻ ٺڏ تيئڻ وڌ

٢٠٢٢

١٧ - نينھن

١٨ - برقي ڪچھريون

١٩ - آنڊ مانڊ

٢٠ - متان پسائين پاند

٢١ - ڏينهن ڏني جا خواب

٢٢ - چئوماسو

٢٣ - اک اک جو قير

٢٤ - ڏڳو ۽ لاشَ

٢٥ - سڪي ستابي سنڌ

٢٦ - اڌو گابرو سچ

٢٧ - يٿائي شناسي

٢٨ - ساڃي ڪابي ڌر

٢٩ - مهين جون ڳالهيون

٣٠ - هرويرو جون ڳالهيون

٣١ - سنڌ ۽ عورت

٣٢ - نيون چوٽيون

ترتيب

٢٠٢٢

١ - ليکن جو ليکو - ڪهاڻيون

٢ - ليکن جو ليکو ۔ صحت، انديشا ۽ امڪان

٣ - مهين جي مٽيءَ جو شاعر.

٤ - سنڌ جو بلاگر ۔ عبدالرحمٰن پيرزادو

٥ - منهين جو سرجڻهار

٦ - ليکن جو ليکو ۔ بلاگ

اوميڪران مان آسرو

ماهر چون ٿا تہ ڪين اوميڪران مان اهو آسرو بہ پيدا ٿيو آهي تہ وائرس جي هيءَ شڪل وجي عام نزلو ـ زڪام پيدا ڪرڻ واري خاصيت تي دنگ ڪندي ۽ ٿي سگهي ٿو تہ وائرس پنهنجي دهشت وڃائي ويهي. بظاهر تہ اها تمام وڏي خوشخبري آهي جنهن جي تحقيق ۽ تصديق جو انتظار ڪرڻو پوندو.

جينياتي ماهرن جڏهن سارس ـ ڪوو ـ ٢ جي نئين شڪل اوميڪران جي جينياتي مواد جو تفصيلي معاعنو ڪيو تہ ڪين هن شڪل ۾ ٿيل ٿيهن ميوٽيشن مان هڪ اهڙي ميوٽيشن بہ نظر آئي جيڪا اڳ ڪوروناوائرس جي انسانن واري قسم HCoV-229E ۽ ايڊز جو سبب HIV وائرس ۾ پڻ ڏٺي وئي آهي. ان ميوٽيشن واري وائرس کي منهن ڏيڻ لاءِ انسانن جي ساهہ واري سرشتي ۾ فطري طور بچاءَ جو بندوبست هجڻ جون پڻ شاهديون ميسر آهن.

اهڙي صورتحال ۾ هڪ عجيب اميد جنم ورتو آهي. ماهرن جو چوڻ آهي تہ جينياتي طور اها خاصيت جيڪا هن نئين شڪل اوميڪران ۾ ڏٺي وئي آهي،

اها هن عالمي وبا برپا ڪندڙ وائرس سارس ـ ڪوو ـ ٢ جي اڳين ڪنهن بہ شڪل ۾ ڪونهي. امڪان آهي تہ اها تبديلي وائرس جيئڻ جا جتن ڪندي اڳ کان متاثر ڪنهن اهڙي مريض مان حاصل ڪئي آهي جنهن کي ساڳئين وقت سارس ـ ڪوو ـ ٢ ۽ HCoV-229E يا ايڊز HIV جي بيماري بہ هئي ۽ انهن مان ڪنهن هڪ يا ٻنهي وائرس جي موجودگيءَ مان هن نئين شڪل اها خا صيت حاصل ڪئي آهي جيڪا اڳتي هلي انسان ذات لاءِ هڪ پلائي ٿيندي ۽ اوميڪران شڪل وارو سارس ـ ڪوو ـ ٢ هڪ عام نزلو ـ زڪام پيدا ڪرڻ وارو وائرس ٿي ويندو. انهي مفروضي کي هٿي تڏهن ملي ٿي جڏهن اهو سامهون آهي تہ ڏکڻ آفريڪا جتي اها نئين شڪل اوميڪران وجود ۾ آئي آهي، اتي HIV جا پڻ جهجها مريض سماج ۾ موجود آهن.

تنهن هوندي بہ اوميڪران جو ورتاءُ سمجهڻ لاءِ لاڳيتي تحقيق جي ضرورت آهي. ان صورتحال ۾ سڀ کان بهتر روئيو جيڪو سماجي طور اپنائڻ گهرجي اهو آهي ماهرن جي ڏسيل اپائن تي اجتماعي

طور عمل ڪرڻ جيئن هن انوکي عالمي وبا مان ڇوٽڪارو حاصل ڪري سگهجي.

ياد رهي تہ هن وقت دنيا ۾ سڀ کان وڏيڪ مريض سارس ـ ڪوو ـ ٢ جي ڊيلٽا شڪل جا آهن.

انهن سيني خدشن کي سامهون رکندي وچ وارو رستو جنهن سان ڪنهن وڏي هانجي کان بچي سگهجي ٿو اهو آهي:

- جلدي ويڪسين مڪمل ڪرائڻ.
- ملڪ ۾ ميسر پنجاهہ سالن کان وڏي ڄمار وارن فردن، صحت ڪارڪنن ۽ متعدي بيمارين ۾ مبتلا فردن لاءِ شروع ڪيل اضافي خوراڪ جي سهولت جو وقتائتو استعمال ڪرڻ.
- بازر ۾ هڪبئي کان وٿيرڪو رهڻ.
- پيهہ وارن هنڌن کان پاسو ڪرڻ.
- هرويرو سفر نہ ڪرڻ.
- هٿن کي صابڻ سان صاف ڪرڻ.
- ماسڪ جو مناسب استعمال ڪرڻ.
- طبيعت ۾ خرابي محسوس ٿئي تہ پنهنجي معالج سان تڪڙي صلاح مصلحت ڪرڻ.
- سير سپاٽي کان پاسو ڪرڻ.

- اجايو هوٽلن تي نہ ويهڻ.
- بي سبب شهرن ڪان ٻوٽن ڏي سفر ڪرڻ ڪان پرهيز ڪرڻ.
- عمر رسيده والدين ۽ مٿن مائٽن سان ملاقات مهل ماسڪ جو استعمال ڪرڻ.
- ٻارن ڪي ٽيوشن تي نہ موڪلڻ.

زنده ويڪسين ـ اوميڪران

مون جڏهن لکيو تہ هي عالمي وبا برپا ڪندڙ ڪورونا خاندان جو ستون ڀاتي سارس ـ ڪوو ـ ٢ الاجي چو مونکي پنهنجي مزاج ۾ اشتراڪي لَڪندو آهي تہ ڪافي پڙهندڙن جي نرڙ ۾ گهنج پيا هئا.

اڄ تہ وري هن وائرس جي نئين شڪل اوميڪران جڏهن نيو لبرل سرمائيدار جي ڪمائو ويڪسين جو مقابلو ڪندي اسان غريبن جي پاسي ٿي بيٺو ۽ انهن ملڪن جن کي هنن پئسي جي پوڄارين وقت تي ويڪسين ملهہ بہ نہ ڏني، پنهنهي ملڪن ۾ اسي ڪان نوي سيڪڙو فردن کي ٻہ ٻہ خوراڪون ڏنيون، ايستائين جو ننڍن ٻارن کي بہ ويڪسين لڳائڻ شروع ڪين ۽ ويڪسين جو ٽيون ڊوز، بوسٽر جي نالي تي فياهم ڪرڻ شروع ڪين، پنهنجي ضرورت کان گهڻي ويڪسين جو ذخيرو ڪري، ختم ٿيڻ جو مدو ويجهو اچڻ تي سخاوت جو ڏيک ڏيکاري غريب ۽ بي پهچ ملڪن کي دان ڏيڻ جي دعويٰ بہ ڪين.

انهي موقعي تي هي سارس ـ ڪوو ـ ٢ ـ اوميڪران جهڙوڪر زنده ويڪسين ٿي نمودار ٿيو آهي. هاڻي

ڏسجي تہ منهنجي انهي مفروضي تي هي وائرس ڪيترو ٿو ويجهو اچي.
منهنجي راءِ ۾ جڏهن سارس ـ ڪوو ـ ٢ جي 'اوميڪران' شڪل سندس 'ڊيلٽا' شڪل کان وڌيڪ مروج ٿيندي تہ شايد دنيا ۾ ڪووڊ ـ ١٩ جون ويڪسين رڳو نمائشي ايٽم ٿي ويندیون جيڪي وري بہ اهي سرمائيدار ملڪ پاڻ استعمال ڪندا جيئن 'فلو' جي ويڪسين هر سال ڪندا آهن. انڪري جو نئين شڪل وائرس جو ڏنگ پيجي چڏيو آهي.
ياد رهي تہ هي هڪ سائنسي بحث آهي جنهن ڪي پڙهي ويڪسين جو سنڌ ۾ آچيل بوسٽر لڳرائڻ ۾ دير نہ ڪرڻ گهرجي.
هن بحث ۾ هر عام ميڊيڪل ڊاڪٽر جي راءِ ونڻ بہ ان سان زيادتي ٿيندي.
هيءَ صرف ڊاڪٽرن ڪان بہ ڳالھ چڙهيل آهي.
هي هڪ پبلڪ هيلٿ جو بحث آهي
جيڪا ميڊيڪل سائنسز جي هڪ الگ فيلڊ آهي.
اوهان عمر جي لحاظ ڪان ڪووڊ ـ ١٩ ويڪسين جو بوسٽر ضرور لڳرايو. نہ رڳو لڳرايو پر جيترو جلدي ٿي سگهي لڳرايو. هونءَ بہ اسان وٽ شايد اوميڪران

جو ايترو زور ڪونہ ٿيندو جو جلدي زنده ويڪسين وارو لاڀ حاصل ڪري سگھئون.

وبا جي بند گهٽي

سن ٢٠١٩ع کان شروع ٿيل هن انساني تاريخ جي انوکي ڪووڊ ـ ١٩ جي عالمي وبا سن ٢٠٢١ع جي پڇاڙيءَ ۾ هڪ عجيب منظر برپا ڪيو آهي. وائرس جي نئين شڪل اوميڪران آفريڪا کان شروع ٿي يورپ، آمريڪا ۽ ڏکڻ ايشيا ۾ ٿاڪوڙا مچائي ڇڏيا آهن. سال جي پڇاڙي ۽ نئين سال جو آذر لڳي ٿو ماڻهن کي وري گهرن ۾ بند ٿي سماجي وٿيءَ سان ڪرڻو پوندو.

لڳي ايئن ٿو تہ چورن واري سرمائيداري ذهنيت[1] ويڪسين جي سائنسي سهولت جو بہ ڪو گڏيل لاڀ حاصل ڪرڻ واري موقعي کي هٿان وڃائي چڪي آهي. جتي دنيا ويڪسين جي طفيل هن عذاب مان اجتماعي ڇوٽڪاري جا خواب پئي ڏٺا، اتي گهلجي اچي انهي تڙ پيا آهيون جتي بيماريءَ جي ايتري موجودگي برداشت ڪرڻ لاءِ تيار آهيون جنهن ۾ اسپتالون ڀڀتار نہ هجن، قبرستانن ۾ قطارون نہ هجن

[1] neoliberalism

۽ مريض داخل ڪرڻ لاءِ اسپتالن ۾ جڳهه ڪٿي نہ پئي.
هن جئورن واري سرمائيداريءَ طفيل دنيا انهي سڄي نقصان جو ازالو ڪرڻ جي ڳالهه تہ ڪري ٿي پر عملي قدم اهڙا جو شرم جو ڪنڌ بہ شرم وچان جهڪي ٿو پئي. ڳالهه ويڪسين جي سراسري رسائيءَ کان ٿيندي وڃي کاڌ خوراڪ جي سراسري رسائيءَ ۽ ڌن دولت جي سراسريءَ تائين پهتي آهي ۽ هي سرمائيدار ۽ انهن جا ساٿاري ٽرڙا بنياد پرست[2] ڪوهہ جي ڏيڏر جيان سڄو آسمان صاف جو ورد لڳايون بيٺا آهن.
سائنس تہ اهي سڀ وسيلا فراهم ڪيا آهن جن سان انسان ذات کي هن عذاب مان ڇوٽڪارو ملي سگهي پر دولت جي پوڄارين کي شل ڪو مت ڏئي. اهو سال سن ٢٠٢١ع جيڪو انهن اميدن سان شروع ٿيو تہ ميسر ويڪسين هن سال جي پڄاڻيءَ تائين وبا کي ڏت ڪرڻ ۾ ڪامياب ٿي ويندي. انهي خواب کي هنن ذخيره اندوزن، ناعاقبت انديشن پنهنجي

[2] populist fundamentalist

پنهنجي ملڪن ۾ ويڪسين جا انبار لڳائي، غريب ۽ بي پهچ ملڪن کي ويڪسين کان لاچار رکي چڪناچور ڪري ڇڏيو آهي.

هن وقت بہ دنيا ۾ ڪي چويهہ ڪووڊ- ١٩ کان بچائڻ واريون ويڪسين ميسر آهن جيڪي ڪنهن نہ ڪنهن ملڪ جي ريگيوليٽر طرفان اجازتنامو حاصل ڪري استعمال ڪيون پيون وڃن. ڪي بہ سئو کن تياريءَ جي مختلف مرحلن ۾ آهن. اهڙيون گوريون بہ ايجاد ٿيون آهن جن سان بيماريءَ جي شدت گهٽائي سگهجي پر اهي گوريون جن جي پيداوار تي ڪي پنجويهہ ڊالر خرچ اچي ٿو ضرورتمند کي وري اڍائي سئو ڊالرن تي ملي سگهنديون.

ڪجهہ ملڪن تہ پنهنجي شهرين کي ويڪسين مهيا ڪرڻ ۾ بهترين ڦڙتي ڏيکاري آهي جيئن پورچوگال ٨٨٪، چلي ٨٦٪ ، ڪيوبا ٨٣٪ ۽ سنگاپور ٨٣٪ حدف حاصل ڪيو آهي. تنهن هوندي بہ آمريڪا ۽ روس جهڙن ملڪن جن کي ويڪسين سولائيءَ سان ميسر هئي ڪو خاطرخواهہ حدف حاص ڪونهي ڪيو آمريڪا ٦١٪ ۽ روس رڳو ٤٨٪ تائين پهچي سگهيا آهن. آمريڪا هجي يا روس ويڪسين ڪارڪرگيءَ

جي پستيءَ جا سبب جهڙوڪر جاڙا آهن جن ۾ رياست تي بداعتمادي سرفهرست آهي.
دنيا جي گڏيل سياسي بي حسيءَ سبب ويڪسين تائين بي پهچ ملڪن جي رسائي جهڙوڪر خواب ئي رهي آهي. گڏيل قومن جي اداري طرفان بار بار ياد ڏهاني ڪرائڻ باوجود شاهور ملڪن جو روئيو نج ڪاروباري رهيو آهي. جتي انهن ويڪسين خيرات ڪرڻ جا اعلان ڪيا آهن تہ اهي بہ لتي پٽي دان ڪرڻ مترادف آهن. تازو نائجيريا اهڙي ويڪسين جون ويهہ لک جي لڳ ڀڳ خوراڪون صيف انڪري ضايع ڪيون جو انهن جو مدو پورو ٿي ويو هو.
ويڪسين جي صنعتي پيداوار ۽ پيداوار تي مالڪيءَ جي قانون سبب ويڪسين مخصوص ملڪن جي مخصوص صنعتي ادارن جي ڪاٿو پيداوار آهي جنهن جو نتيجو اهو نڪتو تہ پئسي وارن ملڪن ۾ جملي ويڪسين ٿيل آباديءَ جو ڪو ٪۸۵ آهي جڏهن تہ بي پهچ ملڪن ۾ اها شرح صرف ۸ سيڪڙو آهي. جنهن جو نتيجو وائرس جي نئين شڪلين جي صورت ۾ سامهون اچي ٿو.

انهي سڀي صورتحال ۾ ملڪن کي تہ جيڪو ڪرڻو آهيءِ اهو ئي ڪندا. پر اسان انفرادي طور ڪيئن پاڻ کي هن عذاب کان بچايون. ڪيئن پنهنجي پيارن کي هن بيماريءَ کان بچايون. ان لاءِ هيٺيان اپاءَ وٺڻ گهرجن:

- پنهنجي واري تي ملڪ ۾ ميسر ويڪسين تجويز ٿيل طريقي سان لڳرايون □
- بازر ۾ هڪ ٻئي کان وٿيرڪا رهون ↔□
- ماسڪ جو استعمال ڪريون 😷
- گهرن کي هوادار رکئون. 💨
- هٿن کي صابڻ سان ڌوئي صاف ڪريون □
- ڪنگهہ يا ڇنڇ جي حالت ۾ نونٺ يا صاف ڪپڙو يا ٽشو استعمال ڪريون □

وبا ۽ افواهه

هن وقت جنهن عالمي وبا[3] مان دنيا سان گڏ اسان بہ گذري رهيا آهيون، ان ۾ هيءَ انوکي واب پنجين لهر ۾ داخل ٿي چڪي آهي.
چاڪاڻ تہ اسان جي سماج ۾ هرفن مولا هجڻ محبوب مشغلو هوندو آهي ايئن هن وبا، ان جو ڪارڻ بيماري 'ڪووڊ ـ ١٩' ان جي سبب 'سارس ـ ڪوو ـ٢' نالي واري وائرس جي قسم ۽ سندس خاندان 'ڪورونا' جي باري ۾ ڪڏهن سوچيل سمجهيل[4] ۽ ڪڏهن سَهَوَنِ مطلب اٽڪاٽائيءَ[5] ۾ سنگت اهڙي معلومات ونڊيندي آهي جيڪا اخبارن، رسالن ۽ سوشل ميڊيا تي عام جام ميسر هوندي آهي پر بنيادي طور بالڪل غلط هوندي آهي. معلومات ونڊيندڙ نالو ڪنهن بہئين سبب مستند هوندو آهي ۽

[3] pandemic
[4] disinformation
[5] misinformation

سندس وبائن[6] ، وچڙندڙ بيمارين[7] ۽ عام جي صحت[8] متعلق محدود ڄاڻ انهي غيرموضوع معلومات جو سبب بڻبي آهي. خاص ڪري جڏهن دوست دنيا جي ڪاروپاري خابرو ادارن تان نشر ٿيل خبرن جي آڌار تي مضمون لکندا آهن ۽ سماجيءَ مروج غلط العام محاورن جو ڏيان ناهن رکندا تہ صورتحال نہ رڳو منجهائيندڙ پر نقصانڪار پڻ ٿي پوندي آهي.

عام تاثر هي ابتڙ 'اوميڪران' ڪوروناوائرس جو ڪو الڳ قسم ڪونهي.

'اوميڪران' ڪوروناوائرس جو قسم تہ ڪونهي پر اهو ڪوروهاوائرسن جي خاندان جي هڪ ٻاتي يا قسم "سارس - ڪوو - ٢" جي هڪ نئين ۽ بدليل شڪل آهي.

سوشل ميڊيا توڙي اخباري مضمون جيڪي سنڌيءَ ۾ نظر مان گذرن ٿا انهن ۾ 'ڪووڊ - ١٩' جي علاج جو ذڪر عام جام ملي تو. گتي اهو واضح ڪهدو

---

[6] epidemics
[7] communicable diseases
[8] public health

هلان تہ سارس ـ ڪوو ـ ٢ پاران جيڪا بيماري برپا ڪئي وئي آهي، ان جو نالو آهي 'ڪووڊ ـ ١٩' ۽ هن بيماريءَ جو اڄ سوڌو ڪوبہ علاج دريافت ناهي ٿيو. جيڪو ڪجهہ علاج جي سري هيٺ ٻڌجي ۽ پڙهجي ٿو اهو ان يماريءَ سبب اسپتال داخل نريضن ۾ جنم وٺندڙ پيچيدگين ۽ انتهائي نگهداشت دوران ڪين آسائش پهچائڻ جي علاج جو ذڪر آهي جنهن جو بنيادي بيماريءَ جي علاج سان ڪو بہ تعلق ڪونهي.
هن وقت تائين دنيا ۾ جيڪي ڇويهہ ويڪسين استعمال هيٺ آهن انهن جو حدف 'ڪووڊ ـ ١٩' نالي واري بيماري ۽ ڪورونا خاندان جو 'سارس ـ ڪوو ـ ٢' نالي واري وائرس جو قسم آهي. اهي سڀئي ويڪسين 'سارس ـ ڪوو ـ ٢' جي مڙني 'الفا'، 'بيٽا'، 'گاما'، 'ڊيلٽا' ۽ 'اوميڪران' نالن وارين شڪلين لاءِ اڄ تائين ميسر سائنسي شاهدين پڙاندڙ مئوثر آهن.
جن فردن ويڪسين لڳرائي آهي، انهن ۾ جيڪڏهن ڪووڊ ـ ١٩ جي بيماري ٿي بہ وئي تہ ان جي شدت وڌڻ ۽ سندن اسپتال پيڙو ٿيڻ کان ويندي بيماريءَ جون شديد پيچيدگيون ٿيڻ جا امڪان نہ هجڻ برابر آهن. انڪري اسان سيني ڪي ملڪ ۾ ميسر

ويڪسين، بوسٽر سميت سيني سهولتن جو وقتائتو استعمال ڪرڻ گهرجي ۽ بچاءَ لاءِ تجويز ڪيل اپاءَ جهڙوڪ پيهه ڪان پاسو، وٿيرڪو رهڻ، هٿ ڌوئڻ، ماسڪ استعمال ڪرڻ تي پڻ عمل ڪرڻ گهرجي.

عالمي وبا ۽ سال ٢٠٢١

سن ٢٠١٩ع ۾ شروع ٿيل ڪووڊ-١٩ جي عالمي وبا سن ٢٠٢١ع جو سال به ڪائي وئي. اڄ جيڪڏهن هن عالمي وبا تي نظر وجهئون ته جيتوڻيڪ هي سال انهي معاملي ۾ ويڪسين جي تياريءَ جي وڏي خبر کڻي آيو پر جئورن واري سرمائيداري ذهنيت[9] سائنس جي ايڏي وڏي ڪارنامي کي به پنهنجا پيپ پرڻ جو ذريعو بڻائي ڇڏيو ۽ دنيا نيولبرلزم جي وبا سان گڏ ويڪسين قوم پرستي، ويڪسين زخيره اندوزي، ويڪسين اڻبرابري ۽ ويڪسين سراسري جهڙن عذابن کي پڻ پڌرو ٿيندي به ڏٺو.

ويڪسين تائين رسائيءَ جي مسئلن وائرس جون نت نيون شڪليون به نمودار ٿيندي ڏٺيون. جتي سن ٢٠٢٠ع ۾ دنيا ۾ ارڙهن لک انسان اجل جو شڪار ٿيا هئا، اتي ويڪسين هوندي سن ٢٠٢١ع ۾ اهو تعداد ٻيڻو ٿي پنجٽيهه لک ٿي ويو.

وائرس جي نئين شڪل اوميڪران هن وقت دنيا جي نوي ملڪن ۾ پهچي چڪي آهي جنهن يورپ ۾

[9] neoliberalism

آمريڪا ۾ بيماريءَ جا نوان ريڪارڊ قائم ڪيا آهن. رڳو ڊسمبر مهيني جي آخري هفتي ۾ ڪي چار هزار اڏامون منسوخ ٿيون آهن. آمريڪا ۾ ٽي لک روزانو نوان مريض ظاهر ٿين ٿا جن مان ستر سيڪڙو اوميڪران قسم سبب آهن. بيماري ٻارن ۾ پڻ وڌندي نظر پئي اچي.

اجا تائين دنيا جا ماهر ۽ صحت جو عالمي ادارو اهو ٻڌائڻ کان قاصر آهي ته اوميڪران قسم جو ڪورونا وائرس ڦهلجي ڪيئن ٿو. جڏهن ته اهڙا اهڃاڻ ملن ٿا ته هن قسم جو ڦهلاءُ ٻين قسمن کان ڪجهه سوايو آهي.

هن نئين قسم جي ڪري بيماريءَ جي شدت ڪهڙو رخ اختيار ڪندي؟

اهو اجا سوال ئي آهي پر جڏهن گهڻا فرد بيمار ٿيندا ۽ اسان اڳئين ڏيلٽا واري شرح سامهون رکئون ته صحت جون ميسر سهولتون ناڪافي نظر ٿيون اچن. اجا سوڌو اها به خبر ڪونهي ته ميسر ويڪسين ۽ علاجن جو هن نئين قسم اوميڪران خلاف مستقبل ڇا ٻيهندو. تنهن هوندي به ميسر ويڪسين ملڪي

سهولتن پٺاندڙ لڳرائڻ بهتر فيصلو رهندو ۽ ويڪسين ضرور لڳرائڻ گهرجي.

هن وبا جتي دنيا ۾ موجود طبقاتي ڦاٽن کي رياستن ۽ ملڪن اندر نروار ڪيو آهي، اتي ملڪن ۽ ڪندن جي طبقاتي بيهڪ پڻ وائکي ڪئي آهي. دنيا ۾ موجود اڻبرابرين هن عالمي وبا کي جهڙوڪر هڪ زندگي بخشي آهي جڏهن پئسي وارا ملڪ ۽ غريب ملڪ بالڪل واضح ٿي پيا آهن.

صحت جي عالمي نظام تہ خير هڪ مفروضو ٿي اڀريو آهي پر هوند وارن ملڪن ۾ نيولبرل سرمائيداري سوچ تحت قائم خانگي ۽ ٺيڪيداري صحت جي نظامن جي بہ پت وائکي ٿي آهي.

صحت جي عالمي اداري پاران پيچ ڊڪ جاري آهي تہ ڪو صحت جو عالمي نظام جوڙڻ ڏانهن قدم کڻجن جيئن عالمي وبائن کي طبقاتي متڀيد کان مٿانهون ٿي منهن ڏئي سگهجي جنهن جي سرمائيداري نواز ملڪ ڪا حمايت ڪندي ڪونہ ٿا ڏسجن.

هن عالمي وبا ملڪن ۾ موجود صحت جي نظامن جي بہ پت وائکي ڪئي آهي. هڪ پاسي نيولبرل سرمائيداري سوچ تحت عوام جي ملڪيتي صحت

جي سرڪاري ادارن کي نيڪيداري صحت جي نظامن ۾ تبديل ڪرڻ جو عمل جاري آهي تہ بئين پاسي صحت کي حق مان وڪر بڻائي خانگي سرمائيدار جي رحم و ڪرم تي پيو ڇڏيو وڃي.

اسان جهڙن ملڪن خاص ڪري سنڌ جتي عوان جي ملجيتي صحت جو هڪ مضبوط بندوبست موجود آهي. اتي نيڪيداري ۽ صحت کي خانگائڻ واري روش ترڪ ڪري، انهيءَ کي جديد سائنسي بنيادن تي بيهارڻو پوندو.

صحت کي هر شهريءَ جو بنيادي حق قرار ڏئي، اهڙي قانونسازي بہ ڪرڻي پوندي.

صحت، طب ۽ ان سان لاڳاپيل تعليم ۽ تربيت جي موجوده سهولتن تي نظرثاني ڪري انهن کي وڏن شهرن ۾ قيد ڪرڻ بدران ڊويزن، ضلعي، تعلقي ۽ يونين ڪائونسل تائين پهچائڻو پوندو.

وبا ۾ وبائون

هڪ دوست لکيو آهي تہ
"پهرين ڪورونا، پوءِ اومي ڪرون،
۽ هاڻي فلورونا"
منهنجو عرض:
ڪورونا ـ وائرس جو هڪ خاندان[10]
سارس ـ ڪوو ـ ٢ ـــ ڪورونا وائرس خاندان جو ستون پاتي.
اوميڪران ـ سارس ـ ڪوو ـ ٢ جي هڪ شڪل[11]
فلورونا ـ هڪ مفروضو[12]
فلورونا هڪ مفروضو آهي جيڪو اسرائيل تجويز ڪيو آهي. صحت جي عالمي اداري اهڙي ڪنهن بہ بيماريءَ جو اعلان ڪونہ ڪيو آهي.
ياد رهي تہ آمريڪا جون ڪجھ ڪمپنيون ڪووڊ ـ ١٩ ۽ موسمي نزلي زڪام جي گڏيل ويڪسين تيار

---

[10] a family of viruse,
[11] a variant of SARS-COV2
[12] a mixed infection of COVID19 and influenza

ڪري رهيون آهن. مونکي هيءَ ان ڏس ۾ ويڪسين وڪڻڻ جي اڳواٽ تياري لڳي رهي آهي.
سرمائيدار هن عالمي وبا کي کھڙي نموني وڪر وڪڻڻ ۽ نفعو ڪمائڻ لاءِ استعمال ڪري رهيو آهي.

علم 'نُڪَ'

علم نڪ[13] اهو علم آهي جنهن ۾ نڪ Gene جي باري ۾ معلومات پڙهي، پروڙي ۽ سمجهي ويندي آهي. اسان جي نڪ هڪ نسل کان ٻئين نسل ڏانهن اها معلونات پهچائيندي آهي جيڪو ڪجهه ان سان وهيو واپريو هوندو آهي، جنهن ۾ هانئي، قد ڪاٺ، وزن، ذهانت، رنگ، اکين جي رنگت، رت جو گروپ، وارن جي بيهڪ، جنس، بيماريون شامل آهن.

نڪ[14] ڊي اين اي[15] انسان جي هر خليئي (cell) ۾ موجود هونديون آهن. اهي ايتريون باريڪ هونديون آهن جو ڪين صرف ڪنهن طاقتور خوردبين وسيلي ڏسي سگهبو آهي. انهن جي ڪيميائي جوڙجڪ چئن ڪيميائي مادن تي ٻڌل هوندي آهي.

هر انسان ۾ ڪي ويهه هزار نڪون هونديون آهن.

---

[13] Genetics
[14] Gene
[15] DNA

لچ[16] وري هر خليئي جي ڊي اين اي ۾ موجود هوندي آهي. هر صحتمند خليئي[17] ۾ ڪي ٢٣ عدد لچن جون جوڙيون هونديون آهن. جن جو جملي تعدا چوويهه هوندو آهي.

انهن مان هر 'نر' يا 'ماديءَ' ۾ ٻاويهه جوڙيون هڪ جهڙيون هونديون آهن. جن کي آٽوسوم چئبو آهي. ٽيويهون جوڙو ماديءَ ۾ XX ۽ نر ۾ XY هوندو آهي. انهن کي جنسي لچ[18] چئبو آهي.

هڪ ٻار ۾ ماءُ هي بيدي ۽ پيءُ جي اسپرم وسيلي اهي لچون اچي گڏبيون آهن جن ۾ اڌ ماءُ طرفان ۽ اڌ پيءَ طرفان هوندو آهي. ايئن هڪ بيدو ۽ هڪ اسپرم ٻار کي اهي لچن جون ٽيويهه جوڙيون فراهم ڪنديون آهن. انهي ريت هر ٻار ۾ موجود ڊي اين اي اڌواڌ ماءُ ۽ پيءُ طرفان هوندو آهي.

جينياتي بيماري تڏهن ظاهر ٿيندي آهي جڏهن ڪنهن 'نڪ' يا نڪن ۾ ڪٿي ڪو مسئلو پيدا ٿئي ۽ سندس ڪوڊ ۾ ڦيرڦار ٿي پئي. ڪٿي وري انجو سبب

[16] Chromosome
[17] cell
[18] sex chromosomes

والدين يا انهن مان ڪنهن هڪ طرفان منتقل ڪيل نڪ ۾ اڳ ڪان ڪو مسئلو موجود هجي. ڪڏهن ڪڏهن اهو مسئلو صرف ٻار ۾ به ٿي سگهي ٿو جنهن جا مختلف ڪارڻ ٿي سگهن ٿا. جهڙوڪ:

- ڪنهن نڪ يا لڇ ۾ ڦيرڦار جنهن کي mutation چئبو آهي
- ڪنهن ڪروموزوم جي حصي جو نه هجڻ. جنهن کي مٿجي وڃڻ[19] چئبو آهي.
- ڪنهن هڪ لڇ ڪان نڪ جو ٻين لڇ ڏي ڦري وڃڻ جنهن کي translocation چئبو آهي.
- ڪا واڌاري يا ڪٽل لڇ[20]
- گهٽ وڌ جنسي ڪروموزوم.

سائنسدان علم نڪ جي باري ۾ روز نوان نوان تجربا ڪري رهيا آهن جن سان ان علم متعلق معلومات ۾ اضافو ٿي رهيو آهي.

سائنسدانن نڪ جو نقشو تيار ڪيو آهي جنهن جي مدد سان ڪنهن به فرد جي جين جو جائزو وٺي اهو ڏسي سگهجي ٿو ته ڪيس ٿيندڙ تڪليف جو ڪهڙو

[19] deletion
[20] chromosome

سبب آهي ۽ انڪي بهتر ڪرڻ جا پڻ تجربا ٿي رهيا آهن. انهن تجربن جي ڪامياببين اها اميد ڏياري آهي ته ايندڙ وقتن ۾ جينياتي بيمارين جو علاج ڪري سگهبو.

عالمي وبا ۽ جينومڪس

هن هلندڙ عالمي وبا جينومڪس ۾ ايتري جدت آندي آهي جو انسان وبائن کي هڪ بالڪل نئين ۽ سائنسي انداز سان منهن ڏئي سگهي ٿو. جينومڪس جي ڄاڻ ۾ آيل انهي جدت دنيا کي ان قابل بڻايو آهي ته اسان ڪووڊ-١٩ جو سبب وائرس کي اتي جو اتي ڏسي، پرکي ۽ سڃاڻي سگهئون ٿا جنهن ۾ نه رڳو بنيادي وائرس 'سارس - ڪوو ٢' پر انجي بدلجندڙ شڪلين کي به مختلف ملڪن ۾ سڃاڻي سگهئون ٿا. جيئڻ جا جتن ڪندڙ وائرس جو هر بهروپ سڃاڻي سگهئون ٿا. جيڪڏهن اهائي وبا ڪي ڏهاڪو سال اڳ برپا ٿي هجي ها ته سوچيو اسان ان وائرس جي ڦڙتين کي ڪيئن سڃاڻئون ها؟

اڄ اسان وٽ اها صلاحيت ميسر آهي ته اسان وائرس جي مڪمل ڇنڊڇاڻ ڪري سندس 'جينوم' ۾ ٿيندڙ تبديلين کي وقت سر سڃاڻي سگهئون، جيڪا ڏهه سال اڳ موجود ڪونه هئي.

انهي صلاحيت جي طفيل اسان وائرس تي نظر رکڻ ۾ ڪامياب ٿيا آهيون ته اهو ڪٿي مقامي طور،

ملڪي يا بين الاقوامي طور ڪيئن ڦهلجي ٿو. ڪهڙي شڪل ڪيئن پيش اچي ٿي ۽ ان معلومات جي بنياد تي سماج کي محفوظ رکڻ جون ترڪيبون پڻ مرتب ٿين ٿيون.

انهي لياقت جي طفيل دنيا هڪ سال جي قليل مدت ۾ ٽريون ساريون ويڪسين پڻ تيار ڪري ورتيون. جن جو لاڀ علاقائد سطح تي ته ضرور حاصل ڪيو ويو پر چئورن واري سرمائيداري ۽ مشهوريءَ جي متقاضي سياستدانن دنيا کي ان جو گڏيل لاڀ حاصل ڪرڻ ڪونه ڏنو. نتيجي طور اسان اڄ سوڏو وبا ۾ جڪڙيل آهيون.

وائرس جي نڪ ۾ به انسانن جي نڪ وانگر ٽيهه هزار نشانيون آهن پر سن ٢٠١٤ع ۾ آڪسفورڊ نينوپور ٽيڪنالاجيز[21] جي تيار ڪيل 'منل آن[22]' نالي واري مشين هٿ تريءَ ڪٽڻ جيتري هڪ اسٽيپلر جيتري آهي جڏهن ته ٻيون ٽيڪنالاجيز ڀاري ڀرڪم مشينن تي مشتمل آهن.

---

[21] Oxford Nanopore Technologies in (ONT)
[22] MinlON

سن ١٦-٢٠١٣ع دوران برپا ٿيندڙ 'ايبولا'[23] جي وبا ۽ سن ١٦-٢٠١٥ واري 'زيڪا'[24] جي وبا ۾ ان ننڍڙي مشين سائنسدانن کي جينوم[25] تشخيص ڪرڻ ۾ ترت سهولت فراهم ڪئي جنهن جو عالمي سطح تي استعمال هن ڪووڊ ـ ١٩ جي وبا ۾ ٿيو. ڏهاڪو سال اڳ نندي پئماني تي شروع ڪيل جينوم تحقيق اڄ هڪ مڪمل سهولت طور ميسر آهي.

ڏنو وڃي تہ هن عالمي وبا سماجن جي بنيادي هيئيتن کي لللڪاريو آهي جنهن ۾ صحت جون سهولتون، بچاءَ جو نظام، تعليم، آمدورفت، سياحت، سفر، معيشت، سياست، ملڪن جون هڪ ٻئي سان دوستيون ـ دشمنيون، سفارتڪاري، صنعت، سرمائيداريءَ جا ڦاٽ سڀ پڌرا ٿي پيا آهن.

انهي نفسانفسي ۽ افراتفريءَ جي عالم ۾ سائنسي تحقيق ۽ جديد تشخيصي سهولتن جو ڳڏيل فائدو پڻ ڏٺو ويو آهي جنهن ۾ جينياتي سائنس جو ڪردار پڻ نمايان ٿيو آهي. ضرورت انهيڳالهہ جي آهي تہ سنڌ

---

[23] Ebola
[24]Z eka
[25] Jenome

جون درسگاهون ۽ ساڃاهہ ڀرِيا ماڻهو نسلن ۾ مزارن جي مهاوريءَ ڪان ٿورو اڳتي ڏسي پنهنجي ادارن ۾ انهن نئين سهولتن ڪي جاءِ ڏئي ۽ پنهنجي ايندڙ نسلن سان گڏ هن نسل کي بہ تيار ڪري جيئن دنيا سان ڪلهو ڪلهي ملائي هلڻ جهڙا ٿي سگهئون.

وبا ۽ صحت ڪارڪن

وبا جي هن عالم ۾ جتي هرطرف ڀانت ڀانت جون ٻوليون ٻيون ٻرن، اتي ڪڏهن انهن جو ٻه سوچجو جيڪي ڏينهن ـ رات، آنڌي ـ مانجهي، گرمي ـ سردي، عيد ـ براد اسپتالن ۾ ڊيوٽين تي موجود آهن.
اسان جنهن ملڪ ۾ آهيون اتي هڪ هزار جي آباديءَ لاءِ هڪ ڊاڪٽر ۽ سورهن سئو فردن لاءِ اسپتال جو هڪ بسترو ميسر آهي.
گذريل اڌ صديءَ کان صحت جي شعبي سان لاڳاپيل ڪارڪن پنهنجي وت کان ٻيٽو، ٽيٽو ڪم ڪري رهيا آهن جنهن ڪي هن عالمي وبا ۽ ان ڏانهن اسان جي اجتماعي روئيي چئوٽو، پنجوٽو ڪري ڇڏيو آهي. اهي صحت ڪارڪن نہ صرف ڪم جي ڪري هر وقت سوڙها آهن پر عام ماڻهن جو ڏانهن روئيو بہ ڪين ٽڪايو ڇڏي. جيڪڏهن اهو عجب نظارو ڏسڻو هجي تہ ڪنهن بہ شهر جي او پي ڊي، امرجنسي يا ويم گهر ۾ وڃي ڏسو تہ ڪيئن هڪ مريض سان ڏهاڪو ماڻهو، هٿيار بند، ڪاوڙيل، صحت جي عملي سان بدتميزي ڪندي ڏسجن ٿا.

هڪ طرف اسان وٽ ڪو اهڙو پروگرام ڪونهي جو اسان گهربل افرادي قوت مهيا ڪري سگهئون يا موجود افرادي قوت کي انسان سمجهي سندن ذاتي صحت جو به ڪو خيال رکئون. مٿئون هيءَ عالمي وبا. نه رڳو ڪم جو وزن پر هر وقت پنهنجي ۽ گهر ڀاتين جي ڪووڊ سبب بيمار ٿيڻ جو خطرو به موجود هجي ته ذهني پريشاني ۽ ٿڪاوٽ جو ڪهڙو عالم هوندو.

ياد رکجو ته اسان جي ملڪ ۾ انهن صحت ڪارڪنن کي ته بنيادي سهولتون جهڙوڪ ذاتي بچاءَ جو سامان، ٽوائليٽ، نلڪن ۾ پاڻي به شازونادر ميسر هوندو آهي. پيئڻ جو پاڻي به گهرئون ڪٽي ويندا آهيون. ان سڄي صورتحال ۾ وري غيرانساني سلوڪ جي هڪ جهلڪ ڏسو جڏهن روينيو کاتي جو عملدار، ڪو پوليسوارو، فوجي، جج اچي اهو چئي ته مان اسپتال جو انتظام ڏسڻ آيو آهيان ته چا ٿا پانئيو. صحافين جي ته وري نسل ئي نرالي آهي ۽ اڄڪلهه موبائيل فون، فيس بوڪ لائيو، باقي سڀ پاڻ سمجهو آهيو. سياستدان ته وري جهڙوڪر پاڻ سڀ ڪان وڏا صحت جا ماهر هجن.

ياد رکجو هي ٿڪل صحت ڪارڪن جن جي اوهان آئي ڏينهن بيعزتي ٿا ڪريو، اهي توهان جي زندگيءَ جو فيصلو ڪرڻ مهل گومگو جو شڪار هوندا آهن. اها ذهني ڪيفيت سندن فيصلي ڪرڻ جي قوت کي بہ متاثر ڪري ٿي.

جيڪڏهن آپريشن ڪري ويم ڪرائيندا تہ ڪاسائي، جيڪڏهن هڪ ڏيان ٿي مريض ڏسندا تہ بي رحم، جيڪڏهن هجوم کي پاسي تي رکي مريض جو ڏيان ڪندا تہ مغرور. اهي صحت ڪارڪن آهن اصل ۾ مجبور.

پنڌ پري، منزل ڏور

هن غير معمولي عالمي وبا ۾ ٻن سالن کان وڌيڪ عرصو گذاريندي دنيا اندر ڪي ڪروڙ ماڻهو فوت ٿيا آهن ۽ ايڪونجاهه ڪروڙ فردن ۾ وائرس جي هجڻ جي ثابتي ملي.

وائرس جي اوميڪران قسم سان معمولي تڪليف ۽ جهجها ڪيس ظاهر ٿيا. ويڪسين واپرائڻ جو لاڀ حاصل ڪندي، وبا سبب لاڳو ڪيل بندشون ختم پيون ٿين، اجتماع، آفيسون، ڪاروبار، ماسڪ ڪانسواءِ بازر وڃڻ، سفر جون سهولتون به معمول تي اچڻ شروع ٿي ويون آهن. تشخيص ۽ نظرداريءَ[26] جو زور پڻ گهٽيوآهي. ماڻهو وبا کان تنگ ٿي پيا آهن ۽ انکي هڪ ڊيجاڙيندڙ خواب سمجهي وسارڻ جون ڪوششون پيا ڪن. جيڪا هڪ وڏي خوشفهمي هوندي.

جيڪڏهن چوڌاري نظر ڦيرائيون ته هن عالمي وبا جو ورتاءُ هر هنڌ هڪ جهڙو ڪونهي. پري چو وڃئون پاڙي ۾ چين اڄ سوڌو وبا کان ٿيندڙ حالتن

[26] Testing and surveillance

تي گهري نظر رکندي ڏاڍو محتاط آهي، تازو شهنگائيءَ ۾ مڪمل لاڪ ڊائون ڪري انهن بيماريءَ تي ضابطو آندو آهي. چينين جو چوڻ آهي ته عمر رسيده آبادي ۽ ويڪسين جو مڪمل لاڀ حاصل ڪرڻ لاءِ ڪنهن به قسم جي ڪوتاهي برداشت نه ڪبي.

ٻئين پاسي دنيا ۾ ويڪسين اڻ برابري ۽ صحت جي عالمي اداري[27] طرفان مقرر ڪيل ستر سيڪڙو آباديءَ کي ويڪسين مهيا ڪرڻ جو حدف ته جهڙوڪر خواب ئي رهجي ويو آهي. معاشي اڻ برابري، ويڪسين قوم پرستي، بوسٽر ڊوز، ٻارن کي ويڪسين، ويڪسين زخيره اندوزي ايستائين جو پئسي وارن ملڪم ويڪسين جون لکين خوراڪون مدو پورو ٿيڻ سبب ضايع ڪري ڇڏيون پر ايشيا، آفريڪا ۽ لاطيني آمريڪا جي اسرندڙ ملڪن کي ويڪسين پئسين ڳنهندي به نه ملي.

جتي دنيا جي مجموعي طور سٺ سيڪڙو بالغ آباديءَ کي ويڪسين جون ٻه خوراڪون مليون آهن. اتي

[27] World Health Organization

چاليهن اسرندڙ ملڪن ۾ اهو تناسب ويهه سيڪڙي کان بہ گهٽ آهي. انهن حالتن ۾ وائرس جون نيون شڪليون پيدا ٿيڻ جو سازگار ماحول آهي جنهن ڪري وائرس نيون نيون شڪليون مٽائي پيو.

ويڪسين اڻ برابريءَ سان گڏ علاج جي اڻ برابري پڻ هڪ وڏو مسئلو ٿي سامهون آيو آهي. جنهن مقدار ۾ پئسي وارن ملڪن دوا خريد ڪرڻ لاءِ دواساز ڪمپنيءَ سان اڳواٽ سودا ڪيا آهن ان صورتحال ۾ اسرندڙ ملڪن کي سن ٢٠٢٣ع ۾ بہ دوائون ميسر نہ هونديون. ڇاڪاڻ تہ دوا تي هڪ ڪمپنيءَ جي هڪ هٽي آهي.

هن وقت جتي ويڪسين ۽ دوائن تان سرمائيداراڻي مالڪي patent واري هڪ هٽي ختم ڪري اهي هر هنڌ نهڻ جا وسيلا پيدا ڪرڻ جي ضرورت آهي، اتي وائرس جي تشخيص، جينياتي درجا بندي ۽ نظرداريءَ جي طريقن تي پڻ ڌيان ڏيڻو آهي.

نيولبرل سرمائيداراڻين معيشتن ۾ صحت جي شعبي جي عوام جي ملڪيت مان نيڪيداري ڏانهن منتقلي، هيلٿ انشورنس، خانگي شعبي ۾ صحت هڪ ڪاروبار هجڻ هن عالمي وبا ۾ جڏهن اهو ثابت

ڪيو آهي تہ اهي پروسي جوڳا ڪونهن ۽ صحت جون سهولتون عوام جي ملڪيتي اداري طور بما معاوضي فراهم ڪرڻ جو بندوبست ئي اعتبار جوڳو طريقو آهي تہ دنيا ڪي ان طرف بہ ڌيان ڏيڻو پوندو ۽ صحت ڪي عوام جي ملڪيتي اداري طور ٻيهر تشڪيل ڏيڻو پوندو.

صحت جي شعبي ۾ سلهہ، هيپٽائيٽس، مليريا ۽ ايڊز جهڙين وچڙندڙبيمارين، ذيابطيس، غذائي ڪميءَ ۽ ويم جهڙن مسئلن ۽ بيمارين کان بچاءَ جي ٽڪن واريون صحت جون سهولتون جهڙي نموني هن عالمي وبا ۾ متاثر ٿيون، انکي سامهون رکي صحت جي سڄي نظام تي نظرثاني ڪرڻي پوندي جيئن وبا جي ڪري رهجي ويل حدف بہ حاصل ڪري سگهجن ۽ ايندڙ ڪنهن ناگهاني حالت ۾ انهن ساڳين مشڪلاتن ڪي منهن نہ ڏيڻو پئي.

صحت ڪارڪنن جي تربيت، تعداد، قابليت، استعاعت، ماهراڻي، حيثيت لاءِ پڻ ملڪي سطح تي ادارا قائم ڪرڻا پوندا جيئن انهن مسئلن ڪي منهن ڏئي سگهجي. پاڪستان جهڙن وفاقي ملڪن ۾ وحدتن جي سطح تي ادارا قائم ڪرڻا پوندا.

هن مهيني مئي سن ٢٠٢٢ع ۾ رٽيل ورلڊ هيلٿ اسيمبليءَ جي پنجهترين اجلاس جي شڪل ۾ هڪ موقعو آهي جنهن ۾ اسرندڙ ملڪن لاءِ ڪنهن معاهدي تي ڳالهه ٻولهه شروع ڪجي جيئن ويڪسين، دوا، علاج ۽ صحت جون جديد سهولتون سرمائيداراڻي مالڪيءَ جي ڪوڙڪيءَ مان آزاد هجن ۽ هر ملڪ کي پنهنجي طور مقامي پيداوار، خريداري ۽ استعمال جو حق هجي.

ملڪن کي انفرادي ۽ اجتماعي غلطين توڙي ڪوتاهين مان سکندي آئيندي لاءِ تياري ڪرڻ گهرجي جيئن ڪنهن وبا جي صورت ۾ ان کي سائنسي طريقي سان منهن ڏئي سگهجي.

صحت جي عالمي اداري کي گهرجي تہ ملڪن جي انهي سلسلي ۾ لياقت، استعاعت ۽ تياريءَ جو ششماهي وچور جاري ڪري جيئن خبر پئي تہ اسان انفرادي ۽ اجتماعي طور ڪٿي بيٺل آهيون. سرنديءَ وارن ملڪن کي اڳتي وڌي سياسي لوپ ڪانسواءِ گهرجائو ملڪن جي سهائتا ڪرڻ گهرجي.

اوميڪران جون علامتون

هن عالمي وبا ۾ هن وقت ڪوو ـ سارس ـ ٢ جي جيڪا شڪل عام آهي، اها آهي 'اوميڪران'
اڄڪلهه اوميڪران سبب پيدا ٿيندڙ ڪووڊ ـ ١٩ جون نشانيون يا علامتون جيڪي ڪنهن مريض ۾ سڀ به ظاهر ٿي سگهن ٿيون ۽ هڪ يا هڪ کان وڌيڪ به گڏ ٿي سگهن ٿيون.
ان سلسلي ۾ مان هن سڄي وبا دوران گذريل ٻن سالن کان بار بار اهو لکندو به رهيو آهيان ته جيڪڏهن اوهان کي وائرس سبب بيمار ٿيڻ جو شڪ به هجي ته مهرباني ڪري ڪنهن مستند ڊاڪٽر جي لکت ۾ ڏنل مشوري بنا پاڻ هرتو جيترو ٿي سگهي هيٺيون دوائون نه واپرايو:

- بروفين
- اسپرين
- ٿرڊ جنريشن سيفلو اسپورين
- ڪا به اينٽيبايوٽڪ

اسان وٽ هٽن تان دوائون خريد ڪري پاڻ هرتو کائڻ جو رواج عام آهي. مهرباني ڪري ڪنهن به مستند

ڊاڪٽر جي لکت ۾ تجويز ڪانسواءِ انهن مان ڪا به دوا پاڻ هرتو استعمال نه ڪريو.
اهي علامتون جن تي ڌيان ڏيڻو آهي ۽ تڪليف جي صورت ۾ ويجهي عوام جي ملڪيتي سرڪاري اسپتال مان ڪورونا جي تشخيص ڪرائڻي آهي.
اميد ته اوهان ڪووڊ ـ ١٩ کان بچاءَ جي ويڪسين جون ٻه خوراڪون ۽ ڇهن مهينن ڪانپوءِ واري اضافي خوراڪ جنهن کي بوسٽر چئون ٿا ضرور استعمال ڪئي هوندي ۽ ويڪسينيشن ڪارڊ به هٿيڪو رکيو هوندو.

- نڪ جو وهڻ[28]
- گلي ۾ خراش[29]
- ڪنگهه[30]
- ذائقو محسوس نه ٿيڻ[31]
- بوءِ محسوس نه ٿيڻ[32]

[28] Runny Nose
[29] Sore Throat
[30] Cough
[31] Loss of Taste
[32] Loss of Smell

- جسم ۾ سور[33]
- پٺن ۾ سور[34]
- ساٽائي[35]
- ٿڪاوٽ[36]

هاڻي جيڪڏهن ڏٺو وڃي ته ذائقي ۽ بوءِ ڪانسواءِ سيئي علامتون بين وائرس سبب پيدا ٿيندڙ لڳاين ۾ به هونديون آهن پر انڪري جو اسان هڪ عالمي وبا جي عالم ۾ آهيون تنهن ڪري پي سي آر ٽيسٽ ڪرائي اها پڪ ڪرڻ گهرجي ته ڪٿي اسان ڪووڊ۔ ١٩جي لڳائيءَ ۾ ته ورتل ناهيون. ايئن ڪرڻ سان اسان پنهنجي پيارن، گهر ڀاتين، سنگت ۔ ساٿ، گڏ ڪم ڪندڙ سنگين ۽ سماج ۾ ڪووڊ۔ ١٩ جي ڦهلاءَ کي روڪي سگهئون ٿا.

[33] Muscle Ache
[34] Back Ache
[35] Fatigue
[36] Tiredness

منجهائيندڙ معلومات جو مثال - ١

هي ان مهم جو بهترين مثال آهي جنهن ذريعي اصل نياپي کي ڪمزور ڪري پيش ڪيو تو وجي اهي هدايتون جن تي ڌيان ڏيڻ گهرجي

پنجن بنيادي ڳالهين تي عمل ڪريو

- هٿن کي صابڻ سان ڌوئي صاف ڪريو
- ڪنگهه يا ڇِڪ اچڻ وقت نڪ ۽ وات کي ٽشو پيپر يا نونٺ سان ڍڪيو
- ساهه ۾ تڪليف ٿئي ته معالج سان مشورو ڪريو
- اکين، نڪ ۽ وات ۾ هرو ڀرو آڱريون نه وجهو
- هڪ ٻئي کان وٿيرڪا ٿي رهو

انهن مان پنجئي هتي موجود آهن

پر' ٿي 'عدد غير مطعلق هدايتون شامل ڪري' نياپي ' کي ڪمزور ڪيو ويو آهي

منجهائيندڙ معلومات جو مثال ۔ ٢

ڪجھ تہ ماڻھن تي رحم ڪريو

جيڪا تصويريا الگورڊم يا سوالنامو سوشل ميڊيا تي وڊيو ويو آهي، اهو ڪنهن بہ صورت ۾ هدو يا ڪوارنٽائين ڪونهي
اهو سماج ۾ هڪ ٻئيڪا لتيرڪو رهڻ يا سوشل ڊسٽنسنگ جو هڪ مثال آهي

منجهائيندڙ معلومات جو مثال . ٣

هي ان مهم جو بهترين مثال آهي جنهن ذريعي اصل نياپي کي ڪمزور ڪري پيش ڪيو ته وجي اهي هدايتون جن تي ڌيان ڏيڻ گهرجي

پنجن بنيادي ڳالهين تي عمل ڪريو

- هٿن کي صابڻ سان ڌوئي صاف ڪريو

- ڪنگهہ يا ڇنڪ اچڻ وقت نڪ ۽ وات کي ٽشو پيپر يا ٺونٺ سان ڍڪيو
- ساهہ ۾ تڪليف ٿئي تہ معالج سان مشورو ڪريو
- اکين، نڪ ۽ وات ۾ هرويرو آڱريون نہ وجهو
- هڪ ٻئي کان وٿيرڪا ٿي رهو

انهن مان صرف 'ٻہ'عدد هتي موجود آهن

پر انهن سان گڏ 'ٿي 'عدد غيرضروري هدايتون شامل ڪري' نياپي 'کي ڪمزور ڪيو ويو آهي

منجهائيندڙ معلومات جو مثال ـ ۴

ڪجهه ته رحم ڪريو

Fahad Hyder Abbasi ▶ COVID-19 Emergency Updates Pakistan
7 mins ·

As Forwarded from the Agha Khan Hospital' doctors:

Dear All

Corona Virus (COVID-19) don't attack those people who have strong immune system. For example, they say it mostly attacks children of 5 years age and older people above 50 years of age.

Why China?: Because Chinese frequently (almost every day) eat rice with dirty animal's meat, like dogs, cats, rats, etc. ,

Why Italy?: Because Italians only and only eat Pizza ! They don't eat any other food except Pizza only!

To make your immune system stronger, please do and eat all kinds of food items on the different days and different times,

ڪنهن، ڪٿي ۽ ڪڏهن اها دعوا ڪئي
بالڪل اخلاق کان عاري ڳالهيون ڪنهن معتبر
تعليمي اداري سان منسوب ڪرڻ غيرذميواري ۽
غلط بياني آهي

منجهائيندڙ معلومات جو مثال ـ ۵

هيٺ ڏنل تصوير سنڌ سرڪار ۽ يونيسيف جي گڏيل تعاون سان جاري ڪئي آهي

هن تصويري معلومات ۾ جملي ڇهه عدد نياپا ڏنا ويا آهن .جن جو مقصد ڪورونا جي ڪووڊ ـ ١٩ قسم

جي سبب ڦهليل عالمي وبا کان بچڻ لاءِ عام کي
آگاهي آهي
انهن ڇهن نياپن ۾ آخري نياپو ڪنهن شامل ڪيو
۽ ڇو شامل ڪيو؟ لاڳاپيل اختيارين کي وقت سر
ان جو پير ڪڻڻ گهرجي جيئن اڳتي اهڙيون غلطيون
نہ ٿين
اهو سوال ڪنهن کان پڇئون؟
"ساهہ جي وسيلي ڦهلجندڙ بيماريءَ "کان بچاءَ لاءِ
"پيٽ وسيلي ڦهلجڻ جو شڪ "جاٽائڻ جو ڪهڙو
مطلب
رابطي جي سائنس ۾ ان کي" نياپو ڪمزور ڪرڻ "
چوندا آهيون .جيئن پڙهندڙ کي شڪ پئي تہ ڪٿي
سيئي نياپا غير متعلق تہ ڪونهن

منجهائيندڙ معلومات جو مثال - ٦

ڪجھ تہ رحم ڪريو

Abdullah Arijo
11 mins ·

ANTI-MALARIA COMPOUND (CHLORIQUIE) DRUG OF CHOICE AGAINST CORONA VIRUS....US SCIENTISTS SUGGEST
Is Game over?

ڪنهن، ڪٿي ۽ ڪڏهن اها دعوا ڪئي تہ ڄاٽايل دوا ڪورونا جي ڪووڊ۔ ١٩ قسم جو علاج آهي
آمريڪي صدر پريس ڪانفرنس دوران آمريڪا جي فوڊ اينڊ ڊرگ ايڊمنسٽريشن کي انهن ٻن دوائن جي ڪلينيڪل ٽرائل ڪرڻ جي اجازت ڏيڻ جي ڳالھ ڪئي، جنهن کي فوڊ اينڊ ڊرگ ايڊمنسٽريشن جي ڊائريڪٽر اتي جو اتي ساڳي پريس ڪانفرنس ۾ اهو چئي رد ڪيو تہ ان جو فيصلو فوڊ اينڊ ڊرگ ايڊمنسٽريشن جو بورڊ ڪندو
معلومات عام ڪندڙ شخص جانورن جي بيمارين ۾ پي ايچ ڊي ۽ سنڌ زرعي يونيورسٽيءَ ۾ پروفيسر آهي.

منجهائيندڙ معلومات جو مثال ـ ٧

"نہ سڄڻ کي آسرو

نہ دشمن کي پيئو"

موروم ڪنهن کي ب ماسڪ ڪپي اهي درزي
مارڪيٽ مورو مان لڪي استار ٽيلر تان مفت ۾
ڪٽي سگهن ٿا سنگت کي گذارش آ هي پوسٽ
شيئر ڪن ۽ ماڻهن تائين پڄائن

انهن ٻوٽاڙن يا ماسڪ سان وائرس ڪووڊ کي وڏيڪ ڦهلائي ٿـ سگھجي ٿو پر ڪڏهن بہ روڪي نٿو سگھجي
"نادان دوست کان دانائُ دشمن ڀلو"

منجهائيندڙ معلومات جو مثال ـ ٨

سائنس ۽ ريسرچ جو ڪاروباري انداز ۾ استعمال

وبا ۾ لاپرواهيءَ جو انت

هن وقت بہ اسان هڪ عالمي وبا ۾ ورتل آهيون. ان سلسلي ۾ انفرادي يا سماجي لاپرواهيءَ جون هيٺيون ست شڪليون جنم وٺي سگهن ٿيون

١ - صحت جي نظام تي منفي اثر. ڪنهن بہ وبا جي صورت ۾ جيڪڏهن سماج اجتماعي طور ۽ فرد، انفرادي طور پنهنجي بچاءَ جو بندوبست نٿو ڪري ۽ ان ڏس ۾ لاپرواهيءَ جو مظاهرو ڪري ٿو تہ ملڪ جي صحت جي سهولتن وارو سرشتو پلي ڪيترو بہ جديد هجي ان تي ناڪاري اثر ٿيندا جنهن جا مثال ڪووڊ - ١٩ جي هن عالمي وبا ۾ برطانيا کان آمريڪا تائين دنيا ڏسي چڪي آهي. اسان جو صحت جي سهولتن جو موجود نظام تہ ڪنهن ڪاتي ۾ ئي ڪونهي.

٢ - جن کي ويڪسين ٿيل ڪونهي، اهي خطري ۾ آهن .جيڪڏهن رڳو ڪووڊ - ١٩ تان ٿوري نظر هٽائي پنهنجي سماج ۾ چئوماسي پڄاڻان پيدا ٿيل صورتحال کي ڏسئون تہ 'هٿ ڪنگڻ ۽ آرسيءَ' وارو محاورو سمجهڻ سولو ٿي پوندو جنهن اسان وٽ

ڪرٿيو ۽ خناق جهڙيون بيماريون وري ورائي پڌريون ڪيون آهن جيڪي ڏهاڪن کان جهڙوڪر ختم ٿي چڪيون هيون. ايستائين جو اسانجو اڄ جو صحت ڪارڪن انهن کان اڻ واقف آهي.

٣ - بيماريءَ جو انديشو ـ وبا جي حالت ۾ لاپرواهيءَ سبب بيمار ٿيڻ جو انديشو وڌي وجي ٿو. انڪري پنهنجي ۽ پنهنجي پيارن جي صحت جو خيال ڪرڻ ضروري آهي.

٤ - اوهان ڪي پلي ڪو خاص بيناريءَ جو اثر نہ هجي ۽ معمولي علامتن واري هلڪي زڪام واري ڪووڊ ـ ١٩ هجي يا ڪا، ٻي وچڙندڙ بيماريپر اوهان هي بداحتياطيءَ سبب اوڳان مان ڪوڙ ماڻهو ونجي سگهن ٿا جن ۾ ٻار، ڳورهاريون، اڳي بيمار ۽ وڏي عمر جا ماڻهو شامل آهن.

٥ - شديد بيماريءَ جو خطرو ـ اوهانڪي پلي ويڪسين بہ ٿيل هجي پرجيڪڏهن هروڀرو بي احتياطي ڪندا تہ مختلف وائرس وسيلي وچڙندڙ بيماريون اوهانڪي نہ رڳو بيهر پر وري وري بيمار ڪري سگهن ٿيون.

٦ - اهو بہ ممڪن آهي تہ اوهانڪي ڊگهي مدي واري ڪووڊ ٿي وجي.

٧ - سڀ کان وڏيڪ پريشانيءَ جي ڳالهه اها آهي تہ رڳو ڪووڊ جي بيماري تہ ڪونهي، يانت يانت جا وائرس، وچڙندڙ بيماريون خاص ڪريا رڙي، مليريا، سلهہ، جگر جي سوزش يا ڪاري ڪامڻ، ايڊز جهڙيون بيماريون بہ هتي عام جام آهن.

انڪري احتياط سڀ کان بهتر آهي.

بوسٽر ڪان پهريون ٽڪو پلو

هن وقت سڄي دنيا ۾ ڪووڊ - ١٩ ويڪسين جي بوسٽر جي سهولت موجود آهي. پر ان ڪان پهريون ٽڪو پلو آهي چو تہ اڄ بہ دنيا ۾ ڪي ساڍا ٽي ارب ماڻهو اهڙا آهن جن کي ڪنهن سبب پهريون ٽڪو ميسر ڪونهي. ياد رهي تہ هن عالمي وبا نان نڪرڻ جو صرف هڪ ڏگ آهي، اهو آهي دنيا جي هر ملڪ ۾ پنجاسي سيڪڙو آباديءَ کي پهريون ٽڪو لڳائڻ. اهو صرف تڏهن ممڪن آهي جڏهن سرمائيداريءَ جي بنيادي بيماري جيڪا هن وبا جو سبب آهي، ان تي ڪو ضابطو اچي.

لينسٽ[37] مطابق آفريڪا کنڊ ۾ ڪووڊ - ١٩ جو پهريون ٽڪو صرف ويهہ سيڪڙو آباديءَ کي ميسر ٿي سگهيو آهي. ڏنو وڃي تہ وائرس جون بدليل شڪليون منڊ ۾ تہ انهن ملڪن منجهان ظاهر ٿيون جتي گهٽي تعداد ۾ ماڻهو بيمارٿيا پر اوميڪران آفريڪا کنڊ مان نمودار ٿيو ۽ جيڪڏهن ويڪسين جي پهرين ٽڪي جي رفتار اها ساڳي رهي تہ اسان

[37] Lancet

جھڙن نلڪن جتي بوسٽر ھڪ نہ پر ٻہ دفعا ميسر ٿيو آھي، اتي بہ خطرو اوترو ئي آھي ھيترو آفريڪا کنڊ ۾ موجود آھي.

پلي بوسٽر سٺ سالن ڪان وڏي ڄمار جي ماڻھن، اڳ ڪان ڪنھن متعدي يا غيرمتعدي بيماريءَ جي مريضن ۽ بيماريءَ جي شدت گھٽائڻ لاءِ ڪارگر ھجي پر تنھن ھوندي بہ عالمي وبا جو خطرو برقراررھندو.

پھرين خوراڪ يا ٽڪي جا فائدا پلي ڪيترا بہ گھٽ ڪري ٻڌايا وڃن پر اھي فرد جن ڪي بيماري ٿي چڪي آھي يا انھن کي پھريون ٽڪو لڳايو ويو آھي، انھن جي اسپتال ۾ داخل ٿي صحت جي نظام تي بار تيڻ جا، امڪان نہ ھجڻ جي برابر آھن. ان ڪري جي ايئن چئجي تہ پھريون ٽڪو نہ رڳو فردن پر سماجن ۽ صحت جي نظام جو پرجھلو آھي تہ وڏاءُ نہ ٿيندو.

ھتي جيڪڏھن ٻئي ٽڪي ۽ بوسٽر جي، افاديت تي نظر وجھجي تہ ان صورت ۾ بہ ٻيو ٽڪو، بوسٽر ڪان وڌيڪ ڪارائتو ليکبو.

وائرس جي ديلتا شڪل ڪان ويندي اوميڪران تائين جيڪڏھن ڌيان ڏبو تہ اسانکي خبر پوندي تہ

ويڪسين جي سراسري[38] طور سھولت جو انھن حالتن پيدا ٿيڻ ۾ وڏو ڪردار آھي.
ويڪسين جي عدم فراھمي سارس ـ ڪوو ـ ٢ وائرس کي جيئڻ جا جتن ڪندي شڪليون مٽائڻ[39] جو موقعو فراھم ڪيو آھي. دنيا ۾ ھر فرد کي سندس طبقاتي حيثيت ۽ شھريت کان مٿانھون ٿي جيڪڏھن پھريون ٽڪو فراھم نہ ڪيو ويو تہ وائرس شڪليون مٽائيندو رھندو ۽ دنيا ھن عالمي وبا ھي پنجوڙ ۾ ڦاٿل رھندي.

[38] equity
[39] mutation