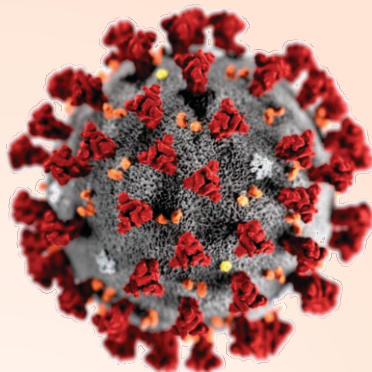




NAF
COVID-19

کرونا سره د مبارزې ملي اتحاد
اتحاد ملی مبارزه علیه کرونا



کرونا ویروس:

د رواني مرستې لارښود

د کرونا سره د مبارزې ملي اتحاد

National Alliance to Fight COVID-19

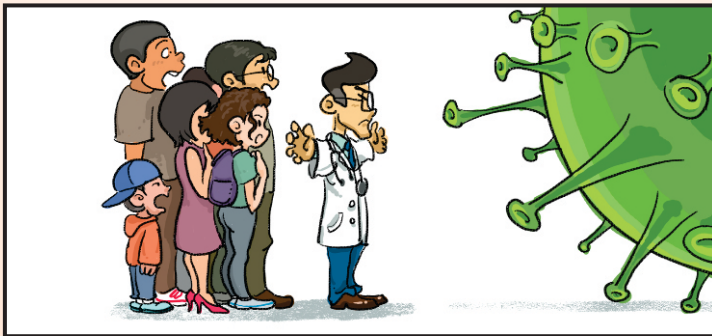
NAF Covid-19

لومړۍ خبره :

مه ویریزئ پر تقدیر باور ولری خو چمتو والی مو بشپړ کړئ!

په دې لارښود کې ټول هغه لازم او اړین معلومات
راجمع شوي دي، چې ستاسې د پوښتنو او د کرونا په
اړه د غیر ضروري وېرې، تشویش، او فکر په اړه پکې
سپیناوی شوی دی.

دا ټولګه زموږ د تخنیکي او مسلکي ټیم په مرسته د معتبرو
دیني مراجعو او باوري نړیوالو ادارو لخوا د خپرو شوو معلوماتو
مجموعه ده. لکه WHO , CDC



دوهمه خبره :

کرونا هم یو ناروغي ده او الله جل شانہ د هرې ناروغي لپاره دوا پیدا کړې ده .

د اسلام سپیڅلی پیغمبر صلی الله علیه وسلم فرمایي :
ما انزل الله داءً الا انزل له شفاء (بخاري)
لوی الله داسې ناروغي نه ده پیدا کړې چې هغې لپاره
یې درمل او دوا نه وي رالېږلې
Covid-19 یو التهابي عملیه ده، چې مستقیماً او غیر
مستقیم ډول باندې د یو انسان څخه بل انسان ته
انتقالیږي.

کرونا دد تنفسي سیستم پاسنۍ برخه کې مشکل رامنځته
کوي.

د Covid 19 لپاره هم د واکسینو ازمیښتی پړاو روان
دی او هیله ده ژر بازار ته راووځي.

دریمه خبره :

کرونا څومره مرګونې ده؟

په کرونا کې د خپریدو خطر زیات دی خو د مرګ خطر کم دی نو ځکه هڅه وکړئ چې نیغ په نیغه مو تماسونه راکم کړئ

کرونا څخه د مرګ فیصدي یوازې او یوازې د ۲-۳٪ پوري ده، سارس SARS چې په ۲۰۰۳ کې رامنځ ته شوی وو مړینه یې لس سلنه وه.

میرس MERS چې په ۲۰۱۲ کې رامنځته شوې وه، د مړینه یې پنځه دیرش سلنه وه.

کرونا Covid-19 څخه د مړینې کچه یواځې د ۶۰ کلنو عمر لرونکي خلکو او مزمنو ناروغانو کې تر اوسه تثبیت شوي ده.

ايا زمونږ اوسنۍ ويره سمه ده ؟

نه خير ! د ويري اوسنۍ كچه سمه نه ده ، مونږ بايد كره او سم معلومات ترلاسه كړو او خپل تدابير سم ونيسو

د سمو او مسلکي طبي معلوماتو نشتون ، د ناسمو ، دروغجنو اوازو ، افواهاتو او غير رسمي معلومات خپراوي او دباوري سرچينو نه پيژندل د دې لامل شوی دی چې خلکو کې ډيره ويره او وارخطايی خپره کړې.

مونږ بايد د عامې روغتيا د وزارت ، روغتيا د نړيوالې ټولنې او نورو باوري سرچينو لکه د کرونا سره د مبارزې د ملي اتحاد له صفحو د خپرو شوو معلوماتو څخه گټه واخلو.

پردي خبره ايمان درلودل چې هېڅ مصيبت د الله جل شانه د خوښې څخه پرته نه راځي.

ايا له کرونا ناروغۍ به بيرته روغ شوم؟

هو ! ددغه ناروغۍ څخه د بيخي جوړيدو امکان ۸۰ سلنه دی په ځانگړی ډول هغوي چې لومړنی او عادي نښې نښانې ولري.

د نړيوالو ارقامو سره سم تر اوسه ۸۰ سلنه مريضان جوړ شوي دي، چې ابتدايي علامات او نښې يې لرلي.

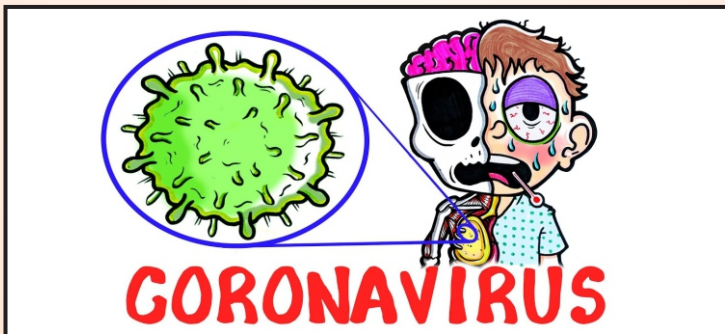
په اخته شويو کسانو کې د بيا رغيدلو فيصدي ۸۰ ده. سره له دې چې د کرونا لپاره دوا تر اوسه بازار ته نه ده راغلې او له ازمينښتې پړاو څخه تيرېږي خو وځايوی او ملاتړی تدابيرو سره ۸۰ سلنه خلک بيرته روغ رمټ شوي دي.

خوگ او څنگه ناروغه کيدلای شي؟

يوازی هغه خلگ چې د کرونا د مريض سره په تماس کې راغلي وي، د اخته کيدلو چانس لري.

له خارج څخه د راتلونکو خلگو سره د تماس نه پس تاسي پدې ناروغۍ اخته کيدلای شئ. خو که چيری دغه کس پخپله په کرونا اخته وي.

د ځان ساتنې احتياطي تدابير پر کرونا د اخته کيدو ستاسې خطر راکموي .



آيا ماشومان هم په خطر کې دي؟

په کوچنيانو کې ددغه ناروغۍ پېښې ډيرې کمې دي.



تر اوسه Covid-19 په ماشومانو کې خورا کم ثبت شوی دی. فقط ۲ سلنه ثبت شوي واقعي ښايي چې عمرونه يې له ۱۸ ټيټ وو. د ۲ سلنه اخته شويو کسانو څخه فقط څو کسانو ته شديد مشکل پيدا شوی دی.

بنا، نو کرونا څنگه انتقاليري؟

فقط په کرونا اخته شوی کس کولای شي یو روغ کس ته کرونا ویروس انتقال کړي.

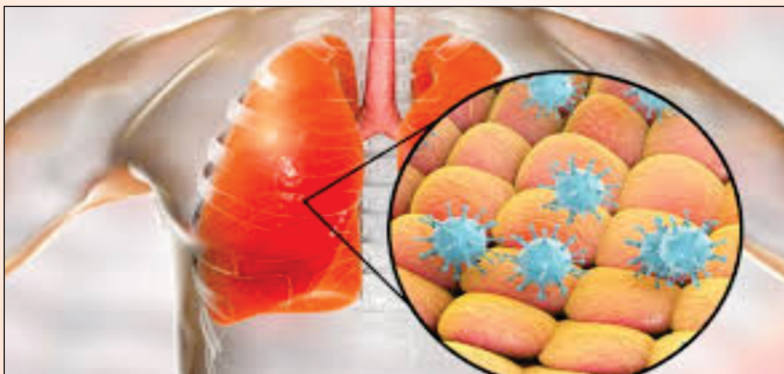
د ټوخي او پرنجې په واسطه د ناروغ انسان څخه د خارجیدونکیو مایع لرونکو ذراتو پواسطه کرونا روغ انسان ته د خولې، پوزې او سترگې د لاری ورته داخليري.

د کرونا ناروغ سره ډیر نږدې تماس. د کرونا د ناروغ لخوا ککړ شوی سطحی، شیان او د شخصی استعمال توکو پواسطه کرونا د یو روغ انسان بدن ته داخلیدلی شي.

ايا کرونا د خوراکي توکو لکه هګۍ او چرګ غوښې څخه هم انتقاليدلای شي؟

تر اوسه پدې اړه کره معلومات نشته، خو مونږ بايد خپل خواړه خصوصا غوښه او هګۍ په ښه توګه پاخه کړو او بيا يې وخورو.

د خوراکي توکو ښه پخول د وایرسونو او نورو میکروبونو د منځه تګ لامل ګرځي نو ښه خبره داده چې ټول غذايي توکي ښه پاخه کړل شي.



که چېرې ټوخیرم او پرنجی کوم نو آیا زه کرونا باندې اخته یم؟

نه، دا اړینه نه ده چې ټوخي او پرنجي کونکي ټول

خلک په کرونا اخته وي خو

تاسو هر هاغه څوک چې وچ ټوخی، تبه، او تنفسي

مشکلات ولری، د دې ترڅنگ لاندې خبرې یې په اړه

هم مثبت وي نو د کرونا یو مشکوکه واقعه کیدلای شي

• سفري تاریخچه (چین، ایران، ایتالیا، کوریا، او

داسی نور..)

• د کرونا مریض سره تماس کې راتلل او یا هم د کرونا

د مریضانو لپاره مختص شوي ځای یا روغتون ته

ورنگ

که چیری یوازی تبه، زکام، او د ستونې درد لرئ، نو مه وارخطاء کیرئ! ځکه چې کرونا نلرئ.

د کرونا مهمې نښې: وچ ټوخی، تنفسي مشکلات، او تبه
د دې علاماتو سره د بدن دردونه، ستونې درد، د پوزې
بهیدل او بلنې سترگې هم په ځینې صورتونو کې
موجودي وي.

د زکام مهمې نښې: تبه، د پوزې بهیدل، او بلنې او
سری سترگې، د بدن لږزه، ټوخی او ورسره د بدن
دردونه هم وجود لري.

حساسیت / الرجی: د پوزې او سترگو خارش او سره
کیدل، د پوزې بهیدل او ورسره د سترگو بهیدل.

د کرونا ناروغۍ د نښو نښانو په شتون کې پخپله خوښه معاینات وکړو؟

نه، هېڅکله هم نه!

که چېرې تاسې خپل بدن کې د کرونا مرض علامات
وینئ، نو نږدې ډاکټر ته ولاړ شئ. تر څو هغه مو وگوري
او فیصله وکړي. ځکه چې کرونا، زکام، او حساسیت
ځینې مشترک علامات لري.



آيا گرم موسم به د کرونا مخنوي وکړي؟

لاتراوسه دقیقه نه ده

ساينسپوهان په دې نظر دي چې ويروسونه په گرم موسم کې خپل فعاليت نشي کولاي، او ځيني يې له منځه ځي، خو د کرونا د مسلسل جوړښتي تغير له امله تر اوسه د کرونا په اړه څه کره معلومات نشته.



کوم ماسک باید وکاروئ؟

عام ماسک چې دواخانو کې پیدا کېږي، کارولی شئ. خو د لاسونو پاک وینځل، ورسره خورا اړین دي. د ټوکر یا د ټوټې ماسک هم کارولی شئ. خو چې د استعمال څخه وروسته یې پاک ووينځئ.

N-95 ماسک تر ټولو ښه ماسک دی، خو فقط هغه خلکو ته چې د کرونا د ناروغ سره په تماس کې راتللی شي. لکه: صحي کار کوونکي، دریوران، د لابرتوار پرسونل، او د ناروغ سره نږدی کسان.



ايا کرونا د الله عذاب دی ؟

مونږ نه پوهیږو !

الله جل شانہ چې ناروغی راوړي نو دوه سببه لري ،

- يا يې د یو قوم او ولس د اعمالو د سزا په توګه راوړي
خو خپلو کړنو ته پام وکړي او بیرته له گناهونو راستانه شي

- او یا هم د ازمیښت او امتحان لپاره چې وګوري څوک پرمصایبو صبر او کوي

نو ځکه !

په هرحالت کې الله جل شانہ ته چې د ټولو کائناتو خالق دی رجوع په کار ده

شپاړسمه خبره :

څرنگه کولای شو د داسې وباگانو څخه خلاصون ومومو ؟

د وباگانو او مصائبو څخه د خلاصون دوه لارې دي

لومړي : د اسبابو سم او صحیح استعمال لکه د خلاصون

او نجات وسایل ، شخصی او محیطی حفظ الصحې ته

پاملرنه ، د دواگانو او درملو استعمال

دوهم : معنوي او روحي علاج او وقایه چې د قرآن کریم

تلاوت ، د نبی کریم صلی الله علیه وسلم څخه ثابتي

ماثوره دعاگانې لوستل او د الله جل شانہ سره ټینګه او

محکمه اړیکه .

