کنولیسنٹ پلازمہ سے متعلق پوچھے جانے والے عمومی سوالات اور اُن کے جوابات

بریگیڈیئر نزہت مشاہد - پروفیسر سید محمد عرفان
Pakistan Society of Haematology (PSH)

سوال نمبر ۱: **کنولیسنٹ پلازمہ (سی۔پی) کیا ہے؟**

جواب: پلازمہ انسانی خون کے پانی نما پیلے حصے کو کہتے ہیں اور اگر یہ کورونا کے صحت یاب ہونے والے شخص سے حاصل کیا جائے تو اسے کنولیسنٹ پلازمہ یا سی۔پی کہتے ہیں۔

سوال نمبر ۲: **سی۔پی کورونا مریض کے علاج میں کتنا موئثر ہوتا ہے؟**

جواب: اس سوال کا حتمی جواب فی الوقت معلوم نہیں یہ طریقہ اپنے ارتقائی عمل سے گزر رہا ہے اور دنیا بھر میں اسے تجرباتی علاج تصّور کیا جاتا ہے۔ ابھی تک یہ بھی معلوم نہیں کہ کون سے مریض اس سے صحیح استفادہ حاصل کر سکتے ہیں۔ چونکہ کورونا کے لئے کوئی بھی دوا مکمل طور پر کارآمد ثابت نہیں چنانچہ سی۔پی کے ستعمال کو بھی تجرباتی طور پر کیا جاتا رہا ہے۔ اس کو پزیرائی دینے کی وجہ یہ ہے کہ تاریخ میں جب بھی کوئی وبا جس کے لئے موثر دوا موجود نہ ہو اُس کیلئے سی۔پی سے علاج کا تجربہ کیا جاتا رہا ہے۔ اگر تاریخ میں اس قسم کے علاج کے بہترین فوائد حاصل ہوئے ہوتے تو آج اس کو تجرباتی علاج نہ کہا جاتا۔ امید کی جاتی ہے کہ مستقبل قریب میں کورونا کے خلاف کوئی موئثر دوا سامنے آجائے گی اور سی۔پی جیسے علاج سے بہت بہتر ہوگی۔

سوال نمبر ۳: **ڈاکٹر یا سائنس دان کسی علاج کے موئثر ہونے کو کیسے ثابت کرتے ہیں؟**

جواب: ڈاکٹر اور سائنس دان کسی بھی بیماری میں کوئی بھی طریقہ علاج موئثر اور محفوظ ثابت کرنے کے لئے رینڈومائزڈ کنٹرولڈ ٹرائل یا آر۔سی۔ٹی کا سہارا لیتے ہیں یہ وہ تجربات ہوتے ہیں جن کے کافی مراحل ہوتے ہیں اور ان کو مکمل کئے بغیر دنیا میں کوئی بھی دوا کسی بھی علاج کے لئے رجسٹر اور استعمال نہیں ہو سکتی۔ اس قسم کے ٹرائل کے بغیر کسی طریقہ علاج کو پرموٹ کرنا غیر اخلاقی اور خطرناک تصّور کیا جاتا ہے۔ اس کے نتیجہ میں ان کے مریض کو نقصان بھی ہو سکتا ہے۔ یہ آدھا سچ ہونے کے مترادف ہے۔

سوال نمبر ۴: **کیا دنیا میں سی۔پی کیلئے کوئی آر۔سی۔ٹی ہو رہے ہیں؟ اور اُن کے نتائج کیا ہیں؟**

جواب: دنیا میں بہت سے ممالک میں آر۔سی۔ٹی ہو رہے ہیں مگر اُن کے نتائج ابھی سامنے نہیں آئے۔ البتہ اس طرح کا ایک چھوٹا ٹرائل چین میں مکمل ہوا ہے۔ اس کے نتائج کے مطابق یہ طریقہ علاج معجزاتی قسم کے نتائج سامنے نہیں لایا۔ اس میں یہ بات کھل کر سامنے آئی ہے کہ بہت شدید بیمار مریض جو وینٹی لیٹر پر ہوں اُن میں اس کا بالکل کوئی فائدہ نہیں۔ امریکہ کے ایک قابل قدر ہسپتال ماونٹ سینائی کے نتائج نے یہ بتایا کہ یہ درمیانی نوعیت کے مریضوں کو شدید بیماری تک پہنچنے سے بچا سکتا

ہے مگر وینٹی لیٹر پر جانے کے بعد اس کا کوئی فائدہ ثابت نہیں۔ اب یہ ایک معمہ ہے کہ پھر وینٹی لیٹر سے پہلے کون سے مریض سی۔پی سے سب سے زیادہ استفادہ حاصل کر سکتے ہیں؟ اور کون سا وقت سب سے زیادہ موزوں ہے؟ اور آیا پلازہ کے نقصانات کو اسکے فائدے کے مقابل رکھ کر فیصلہ کیا جا سکتا ہے اور کیا کوئی لیبارٹری ٹیسٹ فائدہ اُٹھانے والے مریض کی نشاندہی کر سکتا ہے کہ نہیں؟ یہ وہ تمام سوال ہیں جن کا جواب کسی کے پاس موجود نہیں اور ماہرین دنیا کے ٹرائلز کا بے چینی سے انتظار کر رہے ہیں۔ اسی صورت حال کو تفصیل سے مریض اور رشتہ داروں کو بتانا علاج کرنے والوں کی اوّلین ذمہ داری ہے۔ ایسا نہ کرنا اپنے شعبے سے غیر مخلص ہونے کے مترادف ہے۔

سوال نمبر ۵: پاکستان میں اس وقت کیا ہو رہا ہے؟

جواب: ابھی تک یہ معلوم ہوا ہے کہ آغا خان ہسپتال والے ایک آر۔سی۔ٹی کر رہے ہیں باقی ملک میں جو بھی پروٹوکول متعارف کئے گئے ہیں وہ آر۔سی۔ٹی نہیں ہیں۔ اس لئے ان کے نتائج آر۔سی۔ٹی کے نتائج جتنے معتبر نہیں ٹھہرائے جا سکتے۔ یہ دوسرے یا تیسرے درجے کے ٹرائل انفرادی انسانی ہمدردی کے زمرے میں آتے ہیں۔ اسی لئے ان کیلئے گورنمنٹ کے ریگولیٹری اداروں اور اخلاقی پہلوؤں کی جانچ پڑتال کرنے والے اداروں کی اجازت ضروری ہوتی ہے۔ قومی ادارہِ صحت نے حال ہی میں سی۔پی کے متعلق جامع ہدایات جاری کی ہیں۔ برائے مہربانی اُن کو ضرور پڑھیں۔

سوال نمبر ۶: میرے جیسا عام آدمی ان معلومات کا کیا نتیجہ اخذ کرے؟ کیا اس کا مطلب یہ ہے کہ سی۔پی کوئی بھی استعمال نہ کرے؟ میڈیا اور سیاست دانوں سے اس کے لئے بہت کچھ سنا ہے؟ میں کنفیوژ ہو گیا ہوں۔

جواب: کوئی ڈاکٹر یا سائنس دان اس کو قطعی طور پر مسترد نہیں کر رہا۔ یہ طریقہ علاج صرف تسلیم شدہ ادارے اور ہسپتال کو ہی کرنا چاہیے جن کے پاس کوئی پروٹوکول موجود ہو اور ہر قسم کے متعلقہ ماہرین موجود ہوں۔ ان سب کو اچھی طرح معلوم ہو سی۔پی کس کو دینا ہے، کب دینا ہے اور کتنا دینا ہے اور پلازمہ کو محفوظ بنانے کے لئے تمام بیماریاں جو انتقالِ خون سے ہو سکتی ہیں اُن کا ٹیسٹ ہو چکا ہے۔ ان بیماریوں میں ہیپاٹائٹس اور ایڈز کی بیماریاں شامل ہیں اگر یہ ٹیسٹ غیر معیاری اور غیر تسلی شدہ جگہوں پر ہو رہے ہیں تو فائدے کی بجائے نقصان کا زیادہ احتمال ہے۔

سوال نمبر ۷: **پلازمہ میں کون سے اجزاء کورونا مریض کے لئے مفید تصوّر کئے جاسکتے ہیں؟**

جواب: سی۔پی میں کورونا کے خلاف مدافعتی اجزاء کو اینٹی باڈیز کہتے ہیں خاص طور پر جن کو مفید سمجھا جاتا ہے اُن کو نیوٹرلائزنگ اینٹی باڈیز کہتے ہیں۔ اس قسم کی اینٹی باڈیز وائرس کو نشو نما سے روکتی ہیں اور اسی دوران مریض کو کورونا کے خلاف اپنی قوتِ مدافعت کو مضبوط بنانے کا موقع مل جاتا ہے۔

سوال نمبر ۸: **کیا ڈونر کے پلازمہ کی افادیت کا اندازہ لگایا جاسکتا ہے؟**

جواب: جی ہاں! ڈونر کے خون میں کورونا کے خلاف موجود اینٹی باڈیز کہتے ہیں۔ ان کی مقدار کا تعین کرنے سے ہمیں اس امر کی تسلی ہوتی ہے کہ اس ڈونر کا پلازمہ مریض کے لئے مفید ہو سکتا ہے یہ لیبارٹری میں پیتھالوجسٹ کی ذمہ داری ہے کہ وہ اینٹی باڈیز کا ٹیسٹ صحیح طریقہ کار کے ساتھ معیاری کٹوں کے استعمال سے کرے۔ اگر عام لوگوں کو قابل اعتماد رزلٹ میسّر نہ ہوں تو پلازمہ لینے کا کوئی فائدہ نہیں۔

سوال نمبر ۹: **مجھے یہ تو معلوم ہے کہ انتقال خون سے بیماریوں کے ہونے کا احتمال ہے مگر ان سے بچاؤ کا کیا طریقہ کار ہے تاکہ سی۔پی سے ہونے والی بیماریوں سے محفوظ ہوا جاسکے؟**

جواب: آپ بالکل درست فرمارہے ہیں۔ انتقال خون سے ہیپا ٹائیٹس بی، ہیپا ٹائیٹس سی، ایڈز اور آتشک جیسی بیماریوں کے ہونے کا خطرہ ہوتا ہے۔ چنانچہ سی۔پی کے ڈونر میں ان تمام بیماریوں کے ٹیسٹ معیاری طریقہ کار سے ہونے چاہیں۔ ان ٹیسٹوں کو ELISA اور NAT کہتے ہیں۔ مگر یہ واضح رہے کہ تمام بلڈ بینک اور ہسپتالوں میں ان ٹیسٹوں کی سہولت موجود نہیں۔ ان کی غیر موجودگی میں بیماریوں کے منتقل ہونے کا خطرہ موجود ہے۔ یہاں ایک اور امر کی نشاندہی کی بھی ضرورت ہے وہ یہ کہ جو ڈونر پلازمہ کو قیمتاً فروخت کرنے کا خواہشمند ہے وہ بلڈ بینک میں اپنی صحت کے متعلق معلومات دیانت داری سے دینے سے گریز کرے گا اور اس سے بیماریوں کے متعلق جاننے میں مشکل ہوگی۔ کئی سی۔پی کے لئے آنے والے ڈونر اگر ہسپتال میں زیر علاج رہے ہیں تو اُن میں بیماریوں کے ہونے کا چانس بھی زیادہ ہوتا ہے۔

سوال نمبر۱۰: سی۔پی پلازمہ کون عطیہ کر سکتا ہے؟

جواب: کوئی بھی شخص جس میں دو ہفتے پہلے کورونا ٹھیک ہو چکا ہو اور اب پی۔سی۔آر نیگیٹو ہو چکا ہو۔اگر صحت یابی کے لئے دوسرا پی۔سی۔آر نہ ہوا ہو تو پھر پہلے پی۔سی۔آر کے 28 دن بعد اس شخص سے پلازمہ لیا جاسکتا ہے مگر اس کے لئے ڈونر کا اینٹی باڈیز کا ٹیسٹ کرنا لازمی ہے۔

سوال نمبر۱۱: یہ سی۔پی پلازمہ کتنی دفعہ اور کتنی مقدار میں دینا چاہیے؟

جواب: سب سے پہلے یہ واضح کرنے کی ضرورت ہے کہ سی۔پی کی مقدار کا تعین پروٹوکول میں پہلے سے کر لیا جاتا ہے ڈاکٹر اور ماہرین اس پر عمل کرنے کے پابند ہوتے ہیں۔آپکو ان کا جواب مریض کے انچارج ڈاکٹر صاحبان ہی دے سکے گیں۔البتہ اس امر کی وضاحت ضروری ہے کہ پلازمہ کا بندوبست ڈاکٹروں, بلڈ بینک اور ہسپتال کی ذمہ داری ہوتی ہے۔

سوال نمبر۱۲: کون سے ایسے مریض ہیں اور کس سٹیج پر سی۔پی اُن کی سب سے زیادہ مدد کر سکتا ہے؟

جواب: ابھی تک کورونا میں سی۔پی کے جو نتائج سامنے آئے ہیں اُن سے یہ تو پتہ چل گیا ہے کہ مریض وینٹی لیٹر پر جانے کے بعد پلازمہ سے استفادہ حاصل نہیں کر سکتا۔خاص طور پر اگر سات دن سے زیادہ عرصہ ہو چکا ہے۔یہ اس لئے بھی ہے کہ کورونا کے مریضوں کی موت کی وجہ وائرس کے ساتھ ساتھ مریض کے اپنے اِمیون سسٹم یا مدافعتی صلاحیت کا غیر مناسب ہو جانا ہے اور اپنا مدافعتی نظام ہی جسم کو نقصان پہنچانا شروع ہو جاتا ہے۔اس لئے ایسی صورت حال میں پلازمہ جلتی پر تیل کا کام کر سکتا ہے۔اسی وجہ سے جب تک آر۔سی۔ٹی کے نتائج سامنے نہ آئیں یہ کہنا مشکل ہے کہ کس سٹیج کے مریض سی۔پی سے فائدہ اُٹھا سکیں گے۔فی الوقت پلازمہ کے ساتھ بہت زیادہ اُمیدیں وابستہ رکھنی یا بہت زیادہ مایوس ہونا مناسب نہیں۔البتہ یہ ضروری ہے کہ ڈاکٹر صاحبان اخلاقی طور پر اس چیز کے پابند ہوں کہ وہ مریض اور لواحقین کو حقیقت سے آگاہ کر کے انہیں یہ طریقہ علاج تجویز کریں۔ایسے میں اپنے کسی ذاتی مقصد کے لئے اُن کو غیر حقیقی امیدیں دلوانا اُن کی موجودہ تکلیف کو بڑھانے کے مترادف ہے۔

سوال نمبر۱۳: کیا وہ مریض جو پہلے ہی کسی وجہ سے کرونا کے ساتھ لڑنے کے قابل نہیں، اُن میں پلازمہ زیادہ کارآمد ثابت ہو سکتا ہے؟

جواب: اس کا بھی حتمی جواب کسی کے پاس نہیں مگر چند دوسری بیماریوں کے مریضوں میں سی۔پی کی افادیت شاید بہتر ہو مثلاً شوگر کے، کینسر کے، بلڈ پریشر کے اور دل کے مریض وغیرہ ٹرانسپلانٹ کے مریض بھی شامل ہیں۔

سوال نمبر ۱۴: سی۔پی پلازمہ کو ڈونر سے حاصل کرنے پر کتنی لاگت آتی ہے؟

جواب: کچھ ادارے مریض سے کوئی قیمت وصول نہیں کر رہے اور اُن کے لئے دعا گو ہیں خاص طور پر اگر وہ اس کام کو حکومت کے دیے گئے میعار کے مطابق کر رہے ہیں۔ تمام کٹ، ٹیسٹ وغیرہ کی قیمت تقریباً تیس یا بتیس ہزار کے برابر ہوتی ہے۔ خاص طور پر اگر اس کو آٹو میٹک مشینوں سے حاصل کیا جائے اور پلازمہ پر NAT ٹیسٹ کیا جائے۔ مگر سی۔پی زیادہ مقدار میں حاصل کیا جائے اور اُس کی دو یا تین حصے بنائے جائیں تو اس کی قیمت دو تہائی یا ایک تہائی ہو جانی چاہیے۔ اس انفارمیشن کے ساتھ یہ بھی سمجھنا ضروری ہے کہ سی۔پی کے ڈونر کو رضاکارانہ طور پر اپنا پلازمہ کا عطیہ دینا چاہیے کسی کو اس کی وہ قیمت نہیں دینی چاہیے جیسے کچھ لوگ ڈیمانڈ کر رہے ہیں۔ چونکہ یہ تجرباتی علاج ہے اور اس کے متعلق مکمل معلومات موجود نہیں اس لئے سی۔پی کو حاصل کرنے کے لئے حد سے گزر جانا اور اپنا اور اپنے خاندان اور مریض کے استحصال کرنا جائز نہیں۔ خدارا حقیقت کو ٹھنڈے دل سے سمجھنے کی ضرورت ہے اس کو جذباتی انداز سے نہ دیکھا جائے اور زندگی اور موت کا مسئلہ نہ بنایا جائے۔

سوال نمبر ۱۵: کیا پلازمہ لگانے کے کوئی نقصانات بھی ہو سکتے ہیں؟

جواب: جی پلازمہ کبھی بھی سو فیصد محفوظ نہیں ہو سکتا اس جو مضر اثرات ہو سکتے ہیں اُن میں الرجی، بخار ہو سکتا ہے جو کہ آسانی سے قابو ہو سکتے ہیں۔ مگر جان لیوا اثرات میں ٹرالی (TRALI) اور ٹیکو (TACO) شامل ہیں۔ یہ پھیپڑوں کو بری طرح متاثر کر سکتے ہیں جبکہ کورونا تو پہلے ہی پھیپڑوں کو متاثر کر چکا ہوتا ہے۔ اس کے علاوہ ہیپاٹائیٹس اور ایڈز جیسے جراثیم کے انتقال کا بھی خدشہ رہتا ہے۔

سوال نمبر ۱۶: ہمیں کیسے معلوم ہوتا ہے کہ مریض سی پی ملنے کے بعد بہتر ہو گیا ہے؟

جواب: کورونا مریضوں کے معالجین اور ماہرین ایک پہلے سے طے شدہ پروٹوکول اور طریقہ کار کو اختیار کرتے ہیں وہ ہی اس کے متعلق بہتر معلومات فراہم کر سکتے ہیں۔ براہ مہربانی اپنے مریض کے معالج سے معلومات حاصل کریں۔ یہ بھی ممکن ہو سکتا ہے کہ مریض سی پی کے ساتھ ساتھ دوسری دوائیوں کی وجہ سے بہتر ہوا ہو ہمارے پاس فی الوقت اس امر کی تصدیق کے لیے کوئی ٹیسٹ موجود نہیں۔

سوال نمبر ۱۷: ایک سی پی ڈونر سے ایک وقت میں کتنا پلازمہ حاصل کیا جاسکتا ہے؟

جواب: عام طور پر یہ 400 سے 800 ملی لیٹر پلازمہ ایک وقت میں حاصل کیا جاسکتا ہے۔اس کا طریقہ کار اور مقدار کا تعین بلڈ بینک کا عملہ کرتا ہے۔ مگر اہم بات یہ ہے کہ ڈونر ہر لحاظ سے تمام شرائط کو پورا کرتا ہو۔

سوال نمبر ۱۸: پلازمہ کو ڈونر سے حاصل کرنے کے طریقہ کار کی تفصیل کیا ہے؟

جواب: جب ڈونر تمام شرائط میں فٹ ہو جاتا ہے تو اسے ایک آرام دہ کوچ پر لٹا کر پروسیجر سمجھا دیا جاتا ہے۔اس کے بازو کی شریان میں ایک سوئی لگا کر اُس کا خون ایک مشین کی کٹ میں گردش کرتا رہتا ہے۔اسی دوران میں اُس کا پلازمہ الگ اور باقی بخلیے الگ کر لیے جاتے ہیں۔ سرخ خلیے اُس کے جسم میں واپس کر دیئے جاتے ہیں اور پلازمہ کو الگ بیگ میں منتقل کر دیا جاتا ہے۔اس سارے عمل میں تقریباً دو گھنٹہ لگ جاتے ہیں۔

سوال نمبر ۱۹: سی پی والا ڈونر کتنی مرتبہ یہ پلازمہ عطیہ کر سکتا ہے؟

جواب: ڈونر کی رضا مندی پر منحصر ہے مگر سائنسی طور پر وہ ہر 28 دن بعد پلازمہ کا عطیہ دے سکتا ہے۔کچھ ممالک اس سے کم مدّت میں بھی عطیہ لینے کی اجازت دیتے ہیں۔

سوال نمبر ۲۰: کیا ڈونر کے لیے یہ پروسیجر مکمل طور پر محفوظ ہے؟

جواب: جی بالکل کبھی کبھار ڈونر تھوڑا نروس ہوتا ہے اور عطیہ کے دوران اُس کے خون کو جمنے سے روکنے والا پانی کیلشیم کو عارضی طور پر کم کر سکتا ہے مگر اُس کی کوئی خاص پریشانی نہیں ہوتی اور بلڈ بینک کا عملہ اُس کا سدِ باب کر لیتا ہے۔

سوال نمبر ۲۱: کیا ڈونر کو کوئی خاص ریسٹ یا اور احتیاطی تدابیر اختیار کرنے کی ضرورت ہوتی ہے؟

جواب: کوئی خاص احتیاط نہیں ہوتی۔ڈونر کو عطیہ دینے سے پہلے وافر مقدار میں پانی، جوس وغیرہ لینے چاہیں اور اس کے ساتھ بلڈ بینک کے عملے کی ہدایات پر عمل کرنا چاہیے۔

سوال نمبر ۲۲: کیا مریض کو اُس کے گروپ ہی کا پلازمہ لگانا ضرور ہے؟ لوگ نیگیٹو گروپ کے لیے بہت پریشان ہیں؟

جواب: اگرچہ خون کے گروپ کا پلازمہ دینا ہی بہتر سمجھا جاتا ہے مگر سائنسی اصولوں کے مطابق اور گروپ کے پلازمے کو بھی اچھے طریقے سے دیا جاسکتا ہے۔ خوش قسمتی سے پلازمہ کے لیے نیگیٹو یا پازیٹیو کی بالکل کوئی پریشانی نہیں ہوتی اور صرف AB, A, B, یا O کو مدِّ نظر رکھنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ یہاں یہ واضح کردوں کہ AB پلازمہ کسی بھی گروپ کو بلاخوف لگایا جا سکتا ہے اور باقی تفصیلات خون کے ماہر بلڈ بینک کے انچارج مہیا کر سکتے ہیں۔

سوال نمبر ۲۳: اگر کوئی مریض صرف قرنطینہ میں رہا ہو تو وہ بھی پلازمہ دے سکتا ہے؟

جواب: بالکل! اگر وہ سی۔پی پلازمہ کے لیے بنائے گئے معیار پر پورا اترتا ہو تو وہ بھی پلازمہ دے سکتا ہے۔

سوال نمبر ۲۴: کیا پلازمہ صرف خاندان کے لوگوں کو دینا چاہیے؟

جواب: جی نہیں اس کی کوئی پابندی نہیں البتہ وہ خواتین جن کے بچے ہوں اُن کا پلازمہ نہ لینا بہتر ہے کیونکہ اُن کے پلازمہ سے TRALI کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔

سوال نمبر ۲۵: ہم سی پی پلازمہ کو کتنی دیر کیلئے محفوظ رکھ سکتے ہیں؟

جواب: کورونا کے لیے پلازمہ 4 ڈگری کے بلڈ بینک میں 24 گھنٹے تک رکھا جاسکتا ہے۔ اگر اس سے زیادہ وقفہ ہو تو پھر اسے فریز کر لینا چاہیے۔ پلازمہ منفی 30 ڈگری پر 3 سال کے لیے محفوظ کیا جاسکتا ہے۔

سوال نمبر ۲۶: کیا پلازمہ کو حاصل کرنے کا صرف ایک ہی طریقہ کار ہے یعنی خودکار مشینوں سے؟

جواب: جی نہیں، عام طریقے سے خون کا عطیہ دینے سے بھی تھوڑی مقدار میں پلازمہ حاصل کیا جاسکتا ہے مگر اس کے بعد ڈونر 3 مہینے تک عطیہ نہیں دے سکتا۔

سوال نمبر ۲۷: **ڈونر کے لیے کورونا اینٹی باڈیز موجود ہونے اور بیماریوں سے پاک ہونے کے علاوہ کیا شرائط ہیں؟**

جواب: ڈونر کی رضامندی, بلڈ بینک کے سوالات کا جواب دینا اور وزن کا کم سے کم 50 کلو گرام ہونا لازمی ہے۔

سوال نمبر ۲۸: **میں سی پی پلازمہ کے بارے میں مزید معلومات کہاں سے حاصل کر سکتا ہوں؟**

جواب: آپ حکومتِ پاکستان کی ویب سائٹ covid.gov.pk پر جا کر ہر قسم کی معلومات حاصل کر سکتے ہیں اور اُن کی ہیلپ لائن سے بھی رابطہ کر سکتے ہیں۔