

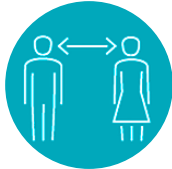
## I-MASK+ – کوویڈ-19 کے لیے احتیاط اور ابتدائی آؤٹ پیشنٹ ٹریٹمنٹ سے متعلق پروٹوکول

### سلوک والا پروفیلیکسس



#### ماسک پہنیں

اہل خانہ کے علاوہ افراد کے ساتھ، ملاقات کرنے پر گھر کے اندرونی جگہوں پر کپڑا، جراحی لباس یا این 95 ماسک (بغیر سوراخ والا) پہننا چاہیے۔ کسی محدود، ناقص ہوادار علاقے میں گھر کے افراد کے علاوہ کے ساتھ دیر تک ملاقات کے دوران این 95 ماسک (بغیر سوراخ والا) پہننا چاہیے۔



#### فاصلہ رکھیں

کوویڈ 19 کے بحران کے خاتمے تک، ہم تجویز کرتے ہیں کہ گھر کے باہر کے افراد کے ساتھ ملاقات کے دوران کم سے کم 2 میٹر / 6 فٹ کی دوری بنائے رکھیں۔



#### ہاتھ دھوئیں

ہم تجویز کرتے ہیں کہ گھر سے باہر جانے کے بعد (خریداری، سب وے وغیرہ) میں قیام کے بعد، ہاتھوں کی مکمل صفائی (20-30 سیکنڈ صابن سے) کریں، یا اس کے درمیان ہاتھ پر جراثیم کش دوا استعمال کریں۔

### پروفیلیکس پروٹوکول

آئیورمیکٹن* (Ivermectin)	انتہائی خطرے والے افراد کے لیے پروفیلیکسس 0.2 ملی گرام / کلوگرام فی خوراک (کھانے کے ساتھ یا کھانا کھانے کے بعد لیں) — آج ایک خوراک، 48 گھنٹوں بعد دہرائیں، اس کے بعد ہفتے میں ایک خوراک** پوسٹ COVID-19 ایکسپوزر پروفیلیکسس*** 0.2 ملی گرام / کلوگرام فی خوراک (کھانے کے ساتھ یا کھانا کھانے کے بعد لیں) — ایک خوراک آج اور 2 خوراک 48 گھنٹے میں**
وٹامن ڈی 3	1000-3000 IU/دن
وٹامن سی	500-1,000 ملی گرام دن میں دو بار
کوئیرسٹین	250 ملی گرام / دن
زنک	30-40 ملی گرام / دن
میلٹونن	سونے سے پہلے 6 ملی گرام (اونگھ اٹے گی)

### ابتدائی آؤٹ پیشنٹ پروٹوکول\*\*\*

آئیورمیکٹن* (Ivermectin)	0.4-0.2 ملی گرام / کلوگرام فی خوراک (کھانے کے ساتھ یا کھانا کھانے کے بعد لیں) — روزانہ ایک خوراک، 5 دنوں تک یا صحت یاب ہونے تک لیں** درج ذیل صورتوں میں اوپر والی خوراک کی حد استعمال کریں: (1) مرض کی زیادہ جارحانہ اقسام والے علاقوں میں؛ (2) علاج علامتوں کے ظاہر ہونے یا پھیپھڑوں کے مرحلے میں داخل ہونے کے 5 ویں دن یا اس کے بعد شروع کیا گیا ہو؛ یا (3) متعدد ملحق بیماریاں/خطرے کے عوامل۔
فلو ویکسامین (Fluvoxamine)	50 ملی گرام روزانہ دوبار 10 تا 14 دنوں تک آئیورمیکٹن (Ivermectin) میں شامل کریں، اگر: (1) اگر آئیورمیکٹن (Ivermectin) کے استعمال کے 2 دنوں بعد کم از کم تاثر ہو؛ (2) مرض کی زیادہ جارحانہ اقسام والے علاقوں میں؛ (3) علاج علامتوں کے ظاہر ہونے یا پھیپھڑوں کے مرحلے میں داخل ہونے کے 5 ویں دن یا اس کے بعد شروع کیا گیا ہو؛ یا (4) بے شمار ملحق بیماریاں/خطرے کے عوامل۔ اگر مریض پہلے ہی SSRI پر تو پریزی کریں۔
بلعوم (حلق) کے حصے کی صفائی	بھاپ کے ذریعے ایسینٹیل آئیل کا بھپارہ ایک دن میں 3 مرتبہ (جیسے "VapoRub") اور/یا کلوریکزائیڈ/بینزیڈامائن (chlorhexidine/benzylamine) کے استعمال سے منہ کی صفائی والا غرغره اور بیٹا ڈائن (Betadine) ناک میں اسپرے ایک دن میں 2-3 بار
وٹامن ڈی 3	4000 IU/دن
وٹامن سی	500-1,000 ملی گرام دن میں دو بار
کوئیرسٹین	250 ملی گرام دن میں دو بار
زنک	100 ملی گرام / دن
میلٹونن	10 ملی گرام سونے سے پہلے (اونگھ کا سبب بن سکتی ہے)
اسپائرین	325 ملی گرام / دن (جب تک کہ معکوسی علامت ظاہر نہ ہو)
پلس آکسی میٹر	اکسیجن کے کثافت کی نگرانی کی صلاح دی جاتی ہے (ہدایات کے لئے براہ کرم اس فائل کا صفحہ 2 ملاحظہ کریں)

اختیاری ادویات اور احتیاط اور COVID-19 کی روک تھام اور اس میں ہونے والی پیش رفت کے جائزہ کے لئے براہ کرم وزٹ کریں: [flccc.net/optional-medicines](http://flccc.net/optional-medicines)

- \* حمل میں آئیورمیکٹن کا محفوظ ہونا ثابت نہیں ہوسکا ہے۔ لہذا استعمال سے قبل اس کے فائدہ اور جوکھم کے بارے میں اپنے فراہم کنندہ کے ساتھ بات چیت کریں، خاص طور پر 1 ٹرائی میسٹر میں ضرور چیک کریں۔
- \*\* مزید سائنسی تحقیقات سامنے آنے پر اس مقدار میں تازہ کاری ہوسکتی ہے۔
- \*\*\* اگر گھر کا کوئی ممبر COVID-19 پازیٹو ہے، یا ماسک پہنے بغیر COVID-19 پازیٹو مریض سے طویل عرصے تک آپ کا سامنا رہے تو استعمال کریں۔
- \*\*\*\* دیگر مرحلے کے لیے - اسپتال میں داخل مریضوں کے لیے - [www.flccc.net](http://www.flccc.net) پر COVID-19 کے لیے FLCCC's MATH+ ہسپتال علاج پروٹوکول کو ملاحظہ کریں

برائے کرم اس دستاویز کے صفحہ 2 پر ہمارے دستبرداری اعلامیہ اور مزید معلومات پر غور کریں۔

صفحہ 1

ورژن 10 - 26 اپریل 2021

## I-MASK+ - کوویڈ-19 کے لیے احتیاط اور ابتدائی آؤٹ پیشمنٹ ٹریٹمنٹ سے متعلق پروٹوکول

جسم کے وزن میں تبدیلیوں (کلو / ایل بی) - آئیورمیکٹین ڈوزس کے ل	
خوراک	بدن کا وزن
0.2 ملی گرام / کلوگرام ≈ 0.09 ملی گرام / ایل بی (پر گولی = 3 ملی گرام تقریباً نصف سے زیادہ گولی خوراک کی مقدار)	تبادلہ (1 کلوگرام ≈ 2.2 ایل بی ایس) (وزن کی حد سے اوپری کی آخری حساب سے خوراک)
8 ملی گرام	32-40 کلوگرام
10 ملی گرام	41-50 کلوگرام
12 ملی گرام	51-59 کلوگرام
13.5 ملی گرام	60-68 کلوگرام
15 ملی گرام	69-77 کلوگرام
16 ملی گرام	78-86 کلوگرام
18 ملی گرام	87-95 کلوگرام
20 ملی گرام	96-104 کلوگرام
22 ملی گرام	105-113 کلوگرام
24 ملی گرام	114-122 کلوگرام
26 ملی گرام	123-131 کلوگرام
28 ملی گرام	132-140 کلوگرام
3 گولیاں = 9 ملی گرام	70-90 ایل بی ایس
3.5 گولیاں	91-110 ایل بی ایس
4 گولیاں	111-130 ایل بی ایس
4.5 گولیاں	131-150 ایل بی ایس
5 گولیاں	151-170 ایل بی ایس
5.5 گولیاں	171-190 ایل بی ایس
6 گولیاں	191-210 ایل بی ایس
7 گولیاں = 21 ملی گرام	211-230 ایل بی ایس
7.5 گولیاں = 22.5 ملی گرام	231-250 ایل بی ایس
8 گولیاں	251-270 ایل بی ایس
9 گولیاں = 27 ملی گرام	271-290 ایل بی ایس
9.5 گولیاں = 28.5 ملی گرام	291-310 ایل بی ایس

COVID-19 میں آئیورمیکٹین کے کلینیکل ٹرائلس کے ثبوت کا لب لباب

آئیورمیکٹین، ایک اینٹی پاراسیٹک دوا ہے جس کی دریافت پر 2015 میں نوبل انعام دیا گیا تھا، لیبارٹری مطالعات میں ثابت ہوا ہے کہ، یہ انتہائی قوی، اینٹی وائرل اور اینٹی سوزش والی خصوصیات رکھتی ہے۔ پچھلے 4 مہینوں میں، متعدد مراکز اور دنیا بھر کے ممالک سے لاتعداد، کنٹرول شدہ کلینیکل ٹرائلز میں، آئیورمیکٹین سے علاج سے COVID-19 مریضوں کے نتائج میں مستقل، بڑی مثبت اصلاحات ملی ہیں۔ آئیورمیکٹین پر ان حوالہ جاتی آزمائشوں کا ہمارا جامع سائنسی جائزہ اس ویب سائٹ پر دیکھا جاسکتا ہے

<http://www.flccc.net/flccc-ivermectin-in-the-prophylaxis-and-treatment-of-covid-19>

آئیورمیکٹین پر ہمارے جائزے کا ایک صفحے کا خلاصہ اس ویب سائٹ پر دیکھا جاسکتا ہے

[www.flccc.net/one-page-summary-of-the-clinical-trials-evidence-for-ivermectin-in-covid-19](http://www.flccc.net/one-page-summary-of-the-clinical-trials-evidence-for-ivermectin-in-covid-19)

**دستبرداری کا اعلامیہ**

COVID-19 کے لیے I-MASK+ پروفیلیکسس اور ابتدائی آؤٹ پیشمنٹ ٹریٹمنٹ پروٹوکول اور COVID-19 کے لیے MATH+ ہسپتال علاج پروٹوکول مکمل طور پر COVID-19 کے لیے ممکنہ طور پر فائدہ مند طریقہ سے علاج سے متعلق تعلیمی مقاصد کے لیے تیار کیا گیا ہے۔ آپ نے ہماری ویب سائٹ اور ریلیز پر جو کچھ پڑھا ہے اس کی وجہ سے پیشہ ورانہ طبی مشورے کو کبھی بھی نظر انداز نہ کریں۔ یہ کسی بھی مریض کے سلسلے میں پیشہ ورانہ طبی مشورے، تشخیص یا علاج کا متبادل نہیں ہے۔ ایک مریض کے علاج کے لیے اس کے معالج یا صحت کی خدمات فراہم کرنے والے حضرات کے فیصلے پر انحصار کرنا چاہیے۔ اپنی صحت یا طبی حالت سے متعلق اپنے سوالات کے لیے ہمیشہ ان کے مشورے پر عمل کریں۔

**پلس آکسیمیٹر (استعمال کی ہدایات)**

سمٹومیٹک مریضوں میں ہوم پلس آکسیمیٹری سے نگرانی کی صلاح دی جاتی ہے (اے سمٹومیٹک ہائیوکسیا کی وجہ سے)۔ ہوم پلس آکسیمیٹر تسلیم شدہ اور توثیق شدہ آلات کو ترجیح دی جانی چاہئے۔ دن میں متعدد ریڈنگ لینی چاہئے اور نچے کی طرف رجحان کو غیر افاقہ کا رجحان سمجھنا چاہئے۔ بیس لائن یا ایمبولیٹری سیری رباتی %94 < فوراً اسپتال میں بھرتی کرنا چاہئے۔ درج ذیل ہدایات کی صلاح دی جاتی ہے:

- انڈیکس یا بیج والی انگلی استعمال کریں؛ انگوٹھے یا کان کی لو کے استعمال سے پرہیز کریں
- مضبوط پلس سگنل سے منسلک ویلوز کو ہی تسلیم کریں
- ریڈنگ کو 60-30 سکینٹز کے لئے مشاہدہ کریں تاکہ سب سے عالم ویلو کی شناخت کر سکیں
- جس پر پیمائش کی جا رہی ہو اس انگوٹھے میں لگی نیل پالش کو ہٹائیں
- پیمائش سے قبل شدید ٹھنڈ کو تھوڑا گرم کریں

ہمارے I-MASK+ پروٹوکول میں آئیورمیکٹین کے استعمال کے اصول کی حمایت کرنے والے شائع شدہ اعداد و شمار کا خلاصہ [www.flccc.net/flccc-ivermectin-smmary](http://www.flccc.net/flccc-ivermectin-smmary) سے ڈاؤن لوڈ کیا جاسکتا ہے۔

اختیاری دوائیں اور COVID-19 کی روک تھام اور علاج میں ہونے والی پیشرفتوں کے جائزہ کے لئے، براہ کرم [flccc.net/optional-medicines](http://flccc.net/optional-medicines) ملاحظہ کریں