

# شرکت کننده کی معلومات کی شیٹ

>>Indeklima og Sundhed på Bellahøj (ISB) – 2.0<< (ڈنمارکی)

مکمل عنوان

'Indeklima og Sundhed på Bellahøj – en spørgeskemabaseret befolkningsundersøgelse med selvrapporterede data, indeklimamålinger og kviktest'

آپ ہماری مدد کر سکتے ہیں کہ ہم اندرونی بوا کے معیار اور صحت کے بارے میں زیادہ علم حاصل کریں۔ آپ کی شراکت ابھی رکھتی ہے۔

میں آپ کو (ISB) Indeklima og Sundhed på Bellahøj منصوبے میں حصہ لینے کی دعوت دینے کے لیے لکھ رہا ہوں۔ شرکت رضاکارانہ ہے اور آپ کسی بھی وقت اپنی رضامندی و اپس لے سکتے ہیں۔ آپ کے جوابات کو رازداری کے ساتھ رکھا جائے گا۔ اس کا مطلب ہے کہ آپ کے جوابات منصوبے کے علاوہ کسی اور کے ساتھ شیئر نہیں کیے جائیں گے (جیسے رہائشی ایسوسی ایشن، میونسپلٹی وغیرہ)

یہ منصوبہ کس مقصد کے حصول کے لیے بنایا گیا ہے؟

ہم رہائش اور صحت پر تحقیق کرتے ہیں، اس میں خاص توجہ رہائشیوں کی صحت میں اختلافات اور ابھی تک مرمت نہ شدہ اور مرمت شدہ اپارٹمنٹس میں اندرونی آب و بوا اور اندرونی بوا کے معیار پر دی جاتی ہے۔

کون شرکت کر سکتا ہے؟

آپ شرکت کر سکتے ہیں، اگر آپ کی عمر 18 سال ہو اور آپ Bellahøj میں رہائش پذیر ہوں۔ اس میں کوئی عمر کی حد نہیں ہے۔ آپ کو بس یہ ابل بونا چاہیے کہ آپ اپنی رائے سے شرکت کرنے کا باخبر فیصلہ کر سکیں اور انٹرویو یا سوالنامہ مکمل کر سکیں۔ چھوٹے بچے (عمر 0 سے 10 سال) بھی اپنے والدین کی رضامندی کے ساتھ شرکت کر سکتے ہیں۔ ہم سب کچھ ڈنمارکی، انگریزی، اردو، صومالی، ترکی اور عربی میں پیش کرتے ہیں۔

کیا میں آن لائن یا فون کے ذریعے شرکت کر سکتا ہوں؟

جی ہاں، زیادہ تر سرگرمیوں میں آپ آن لائن یا فون کے ذریعے شرکت کر سکتے ہیں۔ اگر آپ آن لائن یا فون کے ذریعے شرکت کرتے ہیں تو آپ تمام اندرونی آب و بوا اور اندرونی بوا کے معیار کی پیمائش میں حصہ نہیں لے سکیں گے۔ ان متبادلات کے ساتھ، ہم صرف پہنچنے کی پیمائش پیش کر سکتے ہیں اور کچھ نہیں۔

**Jonathan Groot (جوناٹھن گروٹ)**

ISB منصوبے کے رہنماء، پی ایچ ڈی، سینٹر محقق

ڈنمارک کی بھروسے دمہ کا مرکز

رابطے کی معلومات

ایمیل: [jonathan.groot@regionh.dk](mailto:jonathan.groot@regionh.dk)

فون نمبر: 38 39 41 67 68 (پیر تا جمعہ: صبح 8 بجے سے شام 6 بجے، اتوار: دوپر 1 بجے سے 3 بجے)

داخلہ/رجسٹریشن کیسے کام کرتا ہے؟



یا



1

1. کال کریں: 39 41 67 38
2. براہ راست ملاقات کے لیے وقت طے کریں
3. تحریری رضامندی فارم پر دستخط کریں
4. پہلے انٹرویو/سوالنامے میں شرکت کریں یا جواب دیں
5. لذک پر جائیں: <https://bornogastma.dk/isp>

2. رجسٹریشن فارم مکمل کریں\*

3. آپ سے براہ راست ملاقات کے بارے میں رابطہ کیا جائے گا۔

4. تحریری رضامندی فارم پر دستخط کریں اور پہلے انٹرویو/سوالنامے میں شرکت کریں یا جواب دیں۔

\*رجسٹریشن فارم میں یہ بھی ممکن ہے کہ تحریری رضامندی فارم کو الیکٹرانک طور پر مستخط کریں اور آن لائن شرکت کریں۔

## ISB منصوبے کا مقصد

پچھلی تحقیق سے یہ ثابت ہوا ہے کہ گھر کے اندر وی آب و ہوا اور ہوا کا معیار دمہ، الرجی اور انفیکشنز کے خطرات پر اثر انداز ہو سکتا ہے۔ اگر گھر میں پھیوندی اور نمی ہو، تو آپ کو ناک، گلے اور پھیپھڑوں میں علامات محسوس ہو سکتی ہیں، اور بیماریوں میں فرق کرنا مشکل ہو سکتا ہے۔ یہ جانتا بھی مشکل ہو سکتا ہے کہ اندر وی آب اور ناچس بیماریوں پر اثر انداز ہو رہا ہے۔ پھیوندی اور نم تمام عمارتوں اور گھروں میں ہو سکتی ہے لیکن یہ اکثر پرانی اور ناچس موصليت والی عمارتوں میں پائی جاتی ہے۔ اسی لیے ہم یہ جانچنا چاہتے ہیں کہ جب عمارتوں کی مرمت کی جاتی ہے اور اندر وی آب و ہوا اور اندر وی آب کا معیار بہتر ہونے کا امکان ہوتا ہے تو کیا ہوتا ہے۔ ہم اس بات میں بھی دلچسپی رکھتے ہیں کہ حالات اب کیسے ہیں، چاہے آپ کے اپارٹمنٹ کا مرمت کا کوئی منصوبہ ہو یا نہ ہو۔

ہم غیر منافع بخش رہائش کے ربانیوں، اس معاملے میں Bellahøj میں، گھر کے اندر وی آب و ہوا، اندر وی آب کے معیار اور صحت پر زیادہ توجہ مبذول کرانا چاہتے ہیں۔

## اس میں کیا شامل ہے؟

کتنی بار؟	کتنا وقت لگے گا؟	کہاں؟	سوالنامہ یا انٹرویو (دن 1)
عام طور پر، ایک بار۔ آپ سے یہ بھی پوچھا جا سکتا ہے کہ آیا آپ اگلے سال دوبارہ شرکت کرنا چاہیں گے (مثلاً اگر آپ کے اپارٹمنٹ کی مرمت ہو جاتی ہے)۔	پہلا بالغ، (20-30 منٹ) دوسرा بالغ (15-10 منٹ) بچے (5 منٹ)	آپ کے گھر میں، ہمارے دفتر/کسی اور جگہ پر، آن لائن یا فون کے ذریعے	اندر وی آب و ہوا اور اندر وی آب کے معیار کے لائق، اور ایک گرد جمع کرنے والا آہ جو پھیوندی اور دیگر چیزوں کی پیمانش کرتا ہے (2-4 ہفتون کے لیے)
عام طور پر، صرف ایک بار 4 ہفتون کے لیے۔	پہلا بالغ (نصب کرنے اور جمع کرنے کے لیے 5 منٹ)+ اگر آپ نتائج دیکھنا چاہیں تو (15-10 منٹ)	آپ کے گھر میں آپ کے لیے یہ ممکن ہے کہ آپ گرد جمع کرنے والا آہ خود نصب کریں (لاگر ز پر لاگو نہیں ہوتا)	مختصر سوالنامہ یا انٹرویو (دن 56)
اگر آپ جاری رکھتے ہیں تو اگلے سال دبرا یا جائے گا	بالغ (5-10 منٹ) بچے (5 منٹ)	آپ کے گھر میں، ہمارے دفتر/کسی اور جگہ پر، آن لائن یا فون کے ذریعے	مختصر سوالنامہ یا انٹرویو (دن 112)
اگر آپ جاری رکھتے ہیں تو اگلے سال دبرا یا جائے گا	بالغ (5-10 منٹ) بچے (5 منٹ)	آپ کے گھر میں، ہمارے دفتر/کسی اور جگہ پر، آن لائن یا فون کے ذریعے	ریپڈ اینٹی جن ٹیسٹ (دن 1-112)
جب بھی آپ تھوڑا بیمار محسوس کریں یا زکام جیسا محسوس ہو	صرف بالغ (نتائج 15 منٹ کے بعد)	خود سے، مثال کے طور پر گھر میں	

## 1) رہائش اور صحت کے بارے میں سوالنامہ/انٹرویو

ہمارے انٹرویو سوالنامہ پر مبنی ہیں۔ اس کا مطلب ہے کہ ہم ہر کسی سے ایک بھی سوالات ایک بھی طریقے سے پوچھنے کی کوشش کرتے ہیں۔ لہذا، آپ یہ بھی منتخب کر سکتے ہیں کہ سوالنامے کے جوابات خود دیں۔ اس صورت میں، آپ کو سوالنامے کا لئک موصول ہونا چاہیے یا ایک پرنٹ شدہ کاپی جو آپ بمیں واپس بھیج سکیں۔

پہلا انٹرویو عام طور پر آپ کے گھر میں ہوگا اور اس میں تقریباً 20–30 منٹ لگیں گے، لیکن آپ آن لائن، فون کے ذریعے، یا کسی اور جگہ پر بھی جواب دے سکتے ہیں۔ آپ بھیشہ ڈنمارکی، انگریزی، اردو، عربی، صومالی، یا ترکی میں شرکت کر سکتے ہیں۔ سوالنامہ آپ کے رہائش اور صحت کے بارے میں عمومی معلومات اور دیگر موضوعات سے متعلق ہے۔

رہائشی ایسوسی ایشنز یا ان کے مقامی دفاتر سے، یا عوامی طور پر دستیاب ٹیٹا سے ہم آپ کے اپارٹمنٹ کے بارے میں معلومات حاصل کریں گے (مثلاً اس کا سائز، کمروں کی تعداد، کس قسم کی مرمت کی گئی ہے، اگر آپ کے اپارٹمنٹ میں رہنے سے پہلے یا اس دوران پہنچوندی کی تدارک یا پانی سے ہونے والے نقصان کی مرمت کی گئی ہے، اور اپارٹمنٹ میں منتقل ہونے اور چھوڑنے کی تاریخیں)۔ تاہم، ہم رہائشی ایسوسی ایشنز یا رہائشی ایسوسی ایشن کے مقامی دفاتر سے کوئی بھی ذاتی طور پر قابل شناخت معلومات اکٹھا نہیں کریں گے (جیسے آپ یا دوسروں کی طرف سے ذاتی شکایات)۔

منصوبے میں شامل بچوں کو خود سے کچھ جواب دینے کی ضرورت نہیں ہوگی، لیکن وہ سوالات کے جواب دیتے وقت موجود رہ سکتے ہیں۔ یہ بچے کی صحت کے بارے میں ایک مختصر سوالنامہ پر مبنی انٹرویو ہے، جو آپ کے انٹرویو کے دوران بھرا جاتا ہے۔

اندرونی آب و بہوا اور  
اندرونی بہوا کے معیار کے  
آلات زیادہ جگہ نہیں لیتے۔

## 2) اندرونی آب و بہوا اور اندرونی بہوا کے معیار کی پیمائشیں

ہم آپ کے گھر میں گرد اکٹھا کرنے کے لیے ایک گرد جمع کرنے والا آلة استعمال کریں گے۔ گرد جمع کرنے والا آلے کو لگانے کے لیے آپ کے گھر تک رسائی کی ضرورت ہوتی ہے، لیکن صرف بیٹھک تک۔ اگر آپ اس پر رضامند ہو جاتے ہیں، تو اسے بیٹھک کے علاقے (باورچی خانہ، بیٹھک، یا کھانے کے کمرے) میں 1.5 میٹر کی اونچائی پر رکھا جائے گا۔ اگر اسے بیڈ روم یا کسی اور جگہ پر رکھا جاتا ہے، تو آپ کو ہدایات ملنے کے بعد اس کا خیال خود رکھنے کی اجازت دی جائے گی۔ ہم آپ کو ہدایات بھی دے سکتے ہیں تاکہ آپ اسے اپنے گھر میں خود نصب کر سکیں، بغیر ہمارے اندر آنے کی ضرورت کے۔ ہم 2–4 بفتوں کے بعد گرد جمع کرنے والا آلے کو واپس لیں گے اور اسے پہلے Herlev یا Gentofte بسپتال میں واقع COPSAC کے فریزر میں محفوظ کریں گے۔ اس کے بعد اسے آرپس یونیورسٹی بھیجا جائے گا، جہاں اسے فنگن، بیکٹیریا اور دیگر چیزوں کے تجزیے نکل محفوظ رکھا جائے گا۔ مستقبل میں، یہ گرد جمع کرنے والے آلات زیادہ جگہ نہیں لیتے۔



گھر کی گرد میں موجود چھوٹے حشرات کی موجودگی کا پتہ لگانے کے لیے بھی استعمال کیے جا سکتے ہیں (یہ بہت چھوٹے جاندار ہیں جو انکھ سے نظر نہیں آتے لیکن الرجی اور خارش کا باعث بن سکتے ہیں)۔

درجہ حرارت، بہوا کی نمی، اور کاربن ڈائی اکسائیٹ کی مقدار کی پیمائش کے لیے ایک اندرونی درجہ حرارت ریکارڈ کرنے والے آلے استعمال کیے جائے گے جسے بیٹھک یا کھانے کے کمرے میں ایک ساکٹ میں لگایا جائے گا اور اسے 4–2 بفتوں تک وہیں لگا رہنے دیا جائے گا۔ یہ عمل ترجیحی طور پر انہی بفتوں میں ہوگا جن میں گرد جمع کرنے والے آلات گرد اکٹھی کریں گے۔ اندرونی درجہ حرارت ریکارڈ کرنے والے آلات کا بعد میں تجزیہ کیا جائے گا اور وہ آپ کے گھر کی اندرونی آب و بہوا اور اندرونی بہوا کے معیار کو بہتر طور پر سمجھنے میں معاون ثابت ہو سکتے ہیں۔

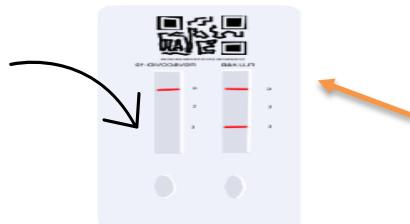
## 3) انفیکشنز اور علامات کے لیے ریڈ اینٹی جن ٹیسٹ اور ڈائئری

منصوبے کے دوران ہم آپ سے علامات کے بارے میں انٹرویو کریں گے۔ ان انٹرویو میں، ہم پوچھیں گے کہ کیا آپ نے پچھلے دو مہینوں میں کوئی بیماری یا علامات محسوس کی ہیں۔ آپ کو ایک کیلنٹر/ڈائئری دی جائے گی تاکہ آپ تقریباً اگلے 4 ماہ کے دوران کسی بھی علامات کو درج کر سکیں۔ پہلے انٹرویو کے بعد ہم آپ سے دو بار انٹرویو کریں گے تاکہ سانس کی

نالی کے انفیکشن اور سانس کی علامات کو دستاویزی شکل دی جا سکے۔ ہم آپ سے پوچھیں گے کہ کیا آپ بیمار رہے ہیں یا کسی علامات کا سامنا کیا ہے۔

اس کے علاوہ، ہم آپ سے یہ بھی پوچھیں گے کہ آپ نے اپنی بائیوٹیکس لی ہیں، ڈاکٹر کے پاس گئے ہیں، یا درج ذیل علامات کا سامنا کیا ہے:

یہ ریپڈ اینٹی جن ٹیسٹ آپ کو دکھا سکتا ہے کہ آپ آپ کو، مثال کے طور پر، وباً زکام ہے



ویری  
ریپڈ

- سر درد
- عام نزلہ
- کھانسی
- ناک کا بند ہونا
- چھینکنا
- گلے کی سوزش

اپنی علامات کو ہمارے دی  
گئے کیلنڈر میں نوٹ کریں  
(مثلاً کھانسی اور چھینکیں)

آپ کو کچھ ریپڈ اینٹی جن ٹیسٹ دیے جائیں گے جو دکھا سکتے ہیں کہ آپ آپ کو وباً زکام، کویڈ 19، یا RSV ہے (تیسرا والیل انفیکشن جس سے بہت سے لوگ بیمار ہو جاتے ہیں)۔ آپ یہ ٹیسٹ اپنے لیے استعمال کر سکتے ہیں اگر آپ کو علامات ظاہر ہوں۔ آپ کو دکھایا جائے گا کہ ان کا استعمال اور نتائج کی تشریح کیسے کی جاتی ہے۔ مائع کو بچوں اور پالتو جانوروں کی پہنچ سے دور رکھنا چاہیے، اور ٹیسٹ صرف ساتھ دی گئی ہدایات کے مطابق استعمال کیے جائے چاہیں۔ یہ صرف بالغ افراد کے لیے ہیں۔

DECEMBER							
Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag	Uge
1	2	3	4	5	6	7	49
8	9	10	11	12	13	14	50
15	16	17	18	19	20	21	51
22	23	24	25	26	27	28	52
29	30	31					1

اگر آپ ریپڈ اینٹی جن ٹیسٹ استعمال نہیں کرنا چاہتے تو بھی آپ بیماری اور علامات سے متعلق سوالات کے جواب دے سکتے ہیں۔

اگر آپ کے بچے منصوبے میں شامل ہیں، تو ہم آپ سے یہ بھی کہیں گے کہ بچے/بچوں میں ممکنہ علامات اور بیماریوں کو نوٹ کریں۔ بیماری اور علامات کے بارے میں پوچھا جائے گا، لیکن ریپڈ اینٹی جن ٹیسٹ کے استعمال کے بارے میں نہیں۔

### ڈیٹا کی پروسیسنج

تمام ڈیٹا کو رازداری اور محفوظ طریقے سے پروسیس کیا جائے گا، اور آپ مطالعے کے نتائج میں اپنی شناخت نہیں کر سکیں گے۔ یہ منصوبہ ذاتی ڈیٹا کی پروسیسنج سے متعلق قابل اطلاق قوانین کی تعمیل کرتا ہے، جیسا کہ ڈیٹا کے تحفظ کے ضوابط اور ڈیٹا کے تحفظ کے قوانین کے تحت (ڈینش میں دیکھیں: "Lov om behandling af sundhedsoplysninger" ، "Databeskyttelsesforordningen" اور "Databeskyttelsesloven")۔

### رجسٹری کا ڈیٹا

اگر آپ اپنا سی پی آر نمبر فراہم کرتے ہیں، تو ہم ISB ڈیٹا کو ایک رجسٹر پراجیکٹ سے منسلک کرنے کا موقع چاہتے ہیں، جو ایسے ڈیٹا کا استعمال کرتا ہے جو ڈنمارک کے رجسٹر میں موجود ہوتا ہے، جیسے کہ جب آپ کسی ہسپتال میں وباً زکام

کی وجہ سے داخل ہوتے ہیں۔ رجسٹری ڈیٹا گمنام شدہ ڈیٹا ہوتا ہے، اور نتائج صرف گروبی سطح پر دکھائے جا سکتے ہیں، تاکہ کسی بھی تجزیاتی نتیجے میں افراد کی شناخت نہ کی جاسکے۔ رجسٹر پراجیکٹ میں، ہم اس طرح کے تجزیے کر سکتے ہیں کہ کیا مرمت کے دوران صحت کی دیکھ بھال کے رابطوں با صحت کی خدمات میں کوئی تبدیلی آئی ہے۔ ان تجزیوں میں ڈنمارک کی قومی نسخے کا رجسٹر، ڈنمارک کی قومی مریض کا رجسٹر، ڈنمارک کی آبادی کا رجسٹر، ڈنمارک کی تعلیمی رجسٹر، سی پی آر رجسٹر اور ڈنمارک کی مائکرو بایولوچی ڈیٹا بیس جیسے رجسٹرز کو ممکنہ طور پر شامل کیا جائے گا۔ رجسٹر پراجیکٹ ایک الگ منصوبہ ہے جو کوپن بیگن یونیورسٹی میں بنایا جائے گا، اور اگر آپ ISBN میں حصہ لیتے ہیں، تب بھی آپ ہم سے اپنے ڈیٹا کو رجسٹر پراجیکٹ سے منسلک نہ کرنے کی درخواست کر سکتے ہیں۔

## مالی تعلقات کے بارے میں معلومات

اس منصوبے کو Realdania، Landsbyggefonden اور Helsefonden کی طرف سے بالترتیب (زیادہ سے زیادہ 450,000 ڈینش کرون کے گرانٹ سے سپورٹ حاصل ہے (جس میں سینٹر محقق جو ناٹھن گروٹ گرانٹ وصول کننہ ہیں)۔

## مطالعے سے اخراج اور دستبرداری

آپ اپنی اور اپنے بچے کی جانب سے کسی بھی وقت اپنی رضامندی واپس لے سکتے ہیں، اور درخواست کر سکتے ہیں کہ آپ کا یا آپ کے بچے کا ڈیٹا حذف کر دیا جائے۔ بر بار جب آپ کسی انثرویو یا ڈیٹا اکٹھا کرنے میں حصہ لیتے ہیں، تو آپ کے پاس بعد میں یہ خوابش ظاہر کرنے کا اختیار بھی ہوتا ہے کہ آپ مزید حصہ نہیں لینا چاہتے لیکن آپ کا ڈیٹا حذف نہ کیا جائے۔ اگر آپ یہ اختیار منتخب کرتے ہیں، تو اس کا مطلب ہے کہ اگر چل کر ہم نئے انثرویو اور ڈیٹا اکٹھا کرنے میں شرکت کے حوالے سے آپ سے سوبارہ رابطہ نہیں کریں گے، لیکن ہم آپ کا ڈیٹا تجزیوں کے لیے رکھیں گے۔

## خطرات، تکالیف اور فوائد

شرکت کرنے میں وقت لگتا ہے، اور ریپڈ اینٹی جن ٹیسٹ کو بچوں اور پالتو جانوروں سے دور رکھنا چاہیے، کیونکہ مائع کے غلط استعمال سے خطرات لاحق ہو سکتے ہیں۔ آپ کو پہلے انثرویو میں شرکت کرنے پر شکریہ کے طور پر ایک آرٹ پوسٹر اور چاکلیٹ دی جائے گی۔ بر بائشی ایسوسی ایشن میں ایک قرعہ اندازی بوجی جس میں وہ لوگ حصہ لے سکیں گے جو مطالعے کے تمام حصوں میں شرکت کرتے ہیں، تاکہ Birdie جیت سکیں (اس وقت کی قیمت 1,499 ڈینش کرون)۔ آپ کو اپنے گھر کے اندر وہی آب و بوا اور اندر وہی بوا کے معیار کے بارے میں معلومات حاصل ہوں گی۔ ساتھ ہی، آپ اندر وہی آب و بوا، اندر وہی بوا کے معیار، اور صحت سے متعلق اہم تحقیق میں اپنا حصہ ڈال رہے ہوں گے۔

## نتائج تک رسائی

منصوبے کے نتائج بنیادی طور پر سائنسی جرائد میں شائع کیے جائیں گے اور آپ کو بطور رہائشی براہ راست بھی شیئر کیے جائیں گے (مثلاً ملacaTin، نیوز لیٹرز اور دبگر ذرائع کے ذریعے)۔ ہم اپنی ویب سائٹ پر سائنسی مضامین کے لنکس بھی شیئر کریں گے جن تک آپ ہمیشہ رسائی حاصل کر سکتے ہیں جب بھی یہ آپ ڈیٹ ہوں: <https://bornogastma.dk/isp>