

ایچ ایس ای بلٹن نمبر ۲۶ ڈینگلی بخار۔۔۔۔۔ احتیاط کیجئے

حفاظتی ویکسین

ابھی تک ڈینگلی بخار سے بچاؤ کی کوئی ویکسین یا حفاظتی ٹیکہ ایجاد نہیں ہوا۔

مریضوں کے خاندان کیلئے ہدایات

مریض کا نمبر پچر 102F سے کم رکھیں۔ مریض کو پیراسیٹامول دیں مگر 24 گھنٹے میں 4 دفعہ سے زیادہ نہیں۔

یاد رہے کہ:

☆ مریض کو اسپرین یا بروفن ہرگز نہ دیں۔

☆ مریض کو اس کی نادرل خوراک کے ساتھ ساتھ زیادہ مقدار میں پانی، جوس، سوپ اور 1000 دیں۔

☆ مریض کو آرام مہیا کریں۔

☆ مریض کو پورے جسم پر بخار کی صورت میں ٹھنڈے پانی کی چھیاں کریں۔

تعارف:

انسانوں میں ڈینگلی بخار ایک مخصوص قسم کے مچھر کے کاٹنے سے منتقل ہونے والے وائرس کی وجہ سے ہوتا ہے۔
حالیہ برسوں میں ڈینگلی بخار ملکی اور بین الاقوامی سطح پر صحت عامہ کا ایک بہت تشویشناک مسئلہ بن گیا ہے۔

ڈینگلی بخار کیسے پھیلتا ہے؟

ڈینگلی بخار کا وائرس ایک مادہ مچھرائیڈز الیکٹری کے کاٹنے سے پھیلتا ہے۔ یہ مچھر ایک متاثرہ انسان کو کاٹ کر ڈینگلی وائرس حاصل کرتا ہے۔ اور جب یہ مچھر کسی صحت مند آدمی کو کاٹتا ہے تو اس انسان میں ڈینگلی کا وائرس منتقل کر دیتا ہے اور نئے متاثرہ شخص میں مچھر کے کاٹنے کے 5 سے 7 دن بعد بیماری کی علامات ظاہر ہوتی ہیں۔

مچھر کہاں رہتا ہے؟

یہ مچھر گھر کے اندر اور دوسری تاریک جگہوں پر رہتا ہے۔ گھروں سے باہر یہ ان جگہوں پر رہتا ہے جہاں ڈرائی، ٹھنڈک اور تاریکی ہو۔ مادہ مچھر مختلف جگہوں، گھروں، سکولوں وغیرہ میں رکھے پانی کے برتن (پانی کی ٹینگی، ہالٹی، گمزا وغیرہ) میں اٹھ سے دہائی ہے جو 10 دن میں مکمل مچھر بن جاتے ہیں۔

مچھر کی افزائش کہاں ہوتی ہے؟

ڈینگلی مچھر جمع کیے گئے صاف پانی میں افزائش پاتے ہیں۔ ان کی پسندیدہ جگہوں میں ڈرم، مرتبان، برتن پالٹیاں، گیلے ٹینکیاں، استعمال شدہ بوتلیں، نائرز، واٹر کولرز اور وہ تمام جگہیں جہاں بارش کا پانی جمع ہو سکتا ہو شامل ہیں۔



ایچ ایس ای پلین نمبر ۲۶ ڈینگی بخار۔۔۔۔۔ احتیاط کیجئے

کیا نہیں کرنا چاہیے

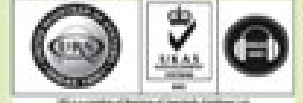
- کھلی نندا میں بغیر حفاظت مت سوئیں۔
- گھر اور دفاتر میں گندگی نہ پھیلنے دیں۔
- دروازے اور کھڑکیوں پر جالی نہ لگی ہو تو انھیں ہرگز کھلا مت چھوڑیں۔
- ڈینگی بخار اور وٹائی یا چھوٹے کامرض نہیں ہے لہذا امراض کی تناداری سے احتیاط مت کریں۔
- علامات ظاہر ہونے پر قریبی ہسپتال سے رجوع کرنے میں ہرگز دیر نہ کریں۔
- احتیاطی تدابیر پر ہرگز سمجھوتہ نہ کریں۔

کیا کرنا چاہیے

- ڈینگی قابل علاج ہے تاہم بروقت تشخیص اور علاج نہایت ضروری ہے
- گھر میں صاف پانی کو ذخیرہ کرنے والے برتنوں مثلاً بائی یا کنسرو فیرو، پھولدان، کھلے کے پچر کے ہوئے برتن اور پانی کی ٹینگی کو ڈھانپ کر رکھیں۔
- پھروں سے بچاؤ کے لئے دروازے اور کھڑکیوں پر جالی لگوائیں۔
- پوری آستین اور لمبی شلوار پہنیں جو ٹخنوں کو ڈھانپ سکے۔
- پھر بھگانے کے لیے تمام طریقے مثلاً لگنے والی کوگی، میٹ، ہیرے، تیل اور لوشن وغیرہ استعمال کریں۔
- گھروں اور دفاتر میں پھر مار سپرے کریں۔
- طلوع آفتاب اور فروغ آفتاب کے وقت میں جسم کے کھلے حصوں پر پھر بچاؤ تیل یا لوشن لگائیں۔
- پھر دانی کا استعمال خاص کر متاثرہ افراد اور وہ تمام افراد جنہیں دن میں آرام کی ضرورت ہوتی ہے مثلاً بچے، حاملہ خواتین اور مریدہ افراد کیلئے ضروری ہے۔
- تلف شدہ اشیاء یا برتن جن میں پانی ٹھہرے کا خدشہ ہو مثلاً پانی کی استعمال شدہ بوتلیں، پلاسٹک بیگ، ٹین، جانر وغیرہ کو اکٹھا کر کے مناسب طریقے سے لٹکانے لگادیں۔
- ڈینگی بخار کی علامات ظاہر ہونے کی صورت میں فوراً قریبی ہسپتال سے رجوع کریں۔



ISO 14001
REGISTERED FIRM



ایچ ایس ای بلٹن نمبر ۲۶ ڈیٹنگلی بخار۔۔۔۔۔ احتیاط کیجئے



پلٹے میں دو سے تین ہارنگر دفا تر اور دو کانوں میں صفائی کر کے گھر
بار بار دیات کا پیر سے کریں اور دروازے ایک گھنٹہ کے لیے بند رکھیں۔



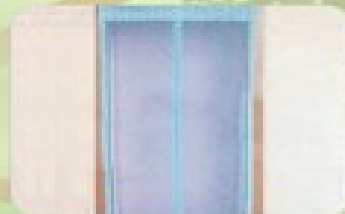
اسے ہی سے متاثر نہ ہونے والا پانی لڑی اور وہ پیر کھڑا نہ رہے اور
فریج کی کمرے میں موجود پانی صاف کر دیں۔



قبرستان میں قبروں پر رکھے پانی کے برتن
صاف کر کے خشک کر دیں۔



بچوں کو سکول بھیجنے وقت غسل آستین والی قمیض اور گھٹ پانچوں والی چٹوٹی یا شلوار پہنا دیں اور
جسم کے کھلے حصوں پر گھسیر کا ڈکوشن لگا دیں



دور از دور اور کھڑکیوں پر باریک جالی لگوائیں اور
ان کو ہر وقت بند رکھیں۔



گھروں کے اندر اور گردہ چھڑوں پر پودوں کی کھاریوں، گھلوں،
پرانے برتنوں اور نائروں وغیرہ میں پانی جمع نہ ہونے دیں۔



گھروں میں موجود ڈھاروں، پتھروں اور سائنگ پول وغیرہ میں
پانی جمع نہ ہونے دیں۔ اگی یا حادہ صفائی کروائیں اور فلٹ کریں۔



گلیز کے دھکن پر بننے سوراخوں میں پانی کھڑا نہ ہونے دیں۔

**Health, Safety & Environment Department
Sui Northern Gas Pipelines Limited**