زیکا (ZIKA): آپ کو کیا جاننے کی ضرورت ہے۔

ہمیں زیکا کے بارے میں کیا معلوم ہے

ایڈیس البوپیکٹس، یا جنوبی ورجینیا میں عام ہیں

- زیکا ایک وائرل بیماری ہے جو لوگوں میں زیادہ تر آلودہ مچھر کے کاٹنے سے ہوتا ہے۔ اس کی ترسیل بنیادی طور پر پیلے بخار والے مچھر (ایڈیس ایجپٹی)کے ذریعہ ہوتی ہے۔ ایشیائی (ایڈیس البوپیکٹس)، بھی اس وائرس کو پھیلا سکتے ہیں، جو جنوبی ورجینیا میں عام ہیں۔ یہ دونوں کافی جارح اور دن میں کاٹنے والے مچھر ہیں۔
- زیکا کے ورجینیا میں آنے اور مقامی مچھروں میں منتقل ہونے کا خطرہ موجود ہے۔
- وہ شخص جس کے شریک حیات کو زیکا ہے اس سے جنسی تعلق قائم کرنے سے زیکا پھیل سکتا ہے اگرچہ متاثر شخص کو علامات نہ ہوں۔
- زیکا انتقال خون کے ذریعہ بھی منتقل ہوسکتا ہے۔
- زیکا حاملہ خواتین سے ان کے جنین میں منتقل ہوسکتا ہے۔
- حمل کے دوران زیکا کے انفیکشن کی وجہ سے بچوں میں پیدائشی نقص ہوسکتا ہے، بشمول میکروسفالی (ایک ایسی کیفیت جس میں بچے کا سر توقع سے چھوٹا ہوتا ہے)
- حاملہ خواتین کو زیکا سے متاثر علاقوں میں نہیں جانا چاہیے۔
- زیکا کے لیے کوئی دوا یا ویکسین نہیں ہے۔
- اس جیسے انفیکشن کے بارے میں معلومات کی بنیاد پر، جب کوئی شخص زیکا سے متاثر ہوجاتا ہے، تو اس بات کا امکان ہے کہ وہ مستقبل میں زیکا وائرس کے انفیکشن سے محفوظ رہیگا۔
- متحدہ امریکہ کے براعظم میں مقامی مچھروں سے پھیلے والے زیکا وائرس پھیلنے کی رپورٹ آئی ہے۔

زیکا کی علامات

زیکا سے متاثرہ زیادہ تر لوگوں کو معلوم نہیں ہوتا کہ انہیں یہ ہے۔ بیماری عام طور پر معتدل ہوتی ہے اور اس کی علامات متعدد دنوں سے لے کر ہفتوں تک رہتی ہیں۔
زیکا کے سب سے زیادہ عام علامات بخار، سرخ باد، جوڑوں کا درد اور آشوب چشم (سرخ آنکھیں) ہیں۔ اگر آپ کو شبہ ہو کہ آپ زیکا سے متاثر ہوسکتے/سکتی ہیں، خاص طور پر اگر آپ حاملہ ہوں تو، اپنے میڈیکل پریکٹشنر سے رابطہ کریں۔
اگرچہ آپ بیمار محسوس نہ کریں، پھر بھی تین ہفتوں تک گھروں کے اندر رہ کر یا حفاظتی لباس اور کیڑے بھگانے والی تدابیر اپنا کر مچھروں کے کاٹنے سے بچنے کے اقدامات کریں۔ اس سے آپ مچھروں کے کاٹنے اور کمیونٹی میں دوسرے لوگوں میں وائرس پھیلانے سے بچے رہیں گے۔

[Urdu]

شروع سے ہی اپنا کردار ادا کریں:
مچھروں کے کاٹنے کو روکیں اور اس کے خلاف تحفظ حاصل کریں!

اپنے صحن میں مچھروں پر قابو رکھیں۔

- ایڈس مچھر برتنوں میں انڈے دیتے ہیں۔ اپنے آنگن میں مچھروں کو روکنے کے لیے، ہر ہفتہ رکے ہوئے پانی کو ختم کردیں۔ برتنوں جیسے ٹائر، بالٹی، پھول کے گملوں، نالیوں کے پائپ، ترپال، پرندوں کے نہانے کی جگہ، کھلونوں، وغیرہ میں ٹھہرے ہوئے پانی میں مچھر نہ پیدا ہونے دیں۔
- اگر آپ کنٹینر کے پانی کو نہیں نکال سکتے تو، اس میں لاروا کش دوائیں ڈالیں جیسے Bacillus thuringiensis var. israelensis (لیبل پر درج ہدایات پر عمل کریں)۔
- اگر مچھر کاٹتے ہیں، تو ان پر قابو پانے کے لیے اپنے آنگن میں کیڑے مارنے کی دوا استعمال کریں۔ ان مقامات کی دیکھ بھال کریں جہاں وہ چھپتے ہیں جیسے کہ جھاڑی دار سبز پودے، بیلدار پودے اور بانس (ان پر لگے لیبل کی ہدایات پر عمل کریں)

مچھروں کے کاٹنے سے بچیں

- ای پی اے کے ذریعہ رجسٹر شدہ کیڑے بھگانے والی دواؤں کا استعمال کریں جس میں ڈیٹ **(DEET)**، پکاریڈین، لیموں و یوکلپٹس کے تیل یا IR3535 موجود ہوتے ہیں **(ان پر لگے لیبل کی ہدایات پر عمل کریں)۔**
- کھلی ہوئی جلد کو ڈھکیں۔ ہلکے رنگ کے، طویل آستین والے شرٹس اور لمبے پینٹ پہنیں۔
- لباس کو پرمیتھرین سے ٹریٹ کریں۔ ٹریٹ کیے ہوئے لباس متعدد بار دھونے پر بھی تحفظ فراہم کرتے رہتے ہیں۔ کبھی بھی پرمیتھرین کو جلد پر نہ لگائیں۔ (لیبل پر درج ہدایات پر عمل کریں)۔
- کھڑکیوں اور دروازے کے اسکرینوں کو اچھی مرمت شدہ حالت میں رکھیں تاکہ مچھر باہر ہی رہیں۔

وسائل

virus.htm-www.fairfaxcounty.gov/hd/westnile/zika
www.fairfaxcounty.gov/fightthebite
/http://www.vdh.virginia.gov/zika
/https://www.cdc.gov/zika

فیئر فیکس کاؤنٹی محکمۂ صحت

فیئرفیکس کاؤنٹی، وی اے۔ پبلیکیشن 02-2017۔

کسی متبادل شکل میں یہ معلومات طلب کرنے کے لیے محکمۂ صحت کو 2411-246-703 پر کال، ٹی ٹی وائی 711 کریں۔