

متعدی امراض کے اسباب اور روک تھام

(Infectious Diseases & its Remedies)

وہ بیماریاں جو کہ ایک شخص سے دوسرے شخص تک مختلف ذرائع سے منتقل ہو جاتی ہوں، "متعدی امراض" کہلاتی ہیں۔ یہ امر مسلّمہ ہے کہ متعدی بیماریوں کے پھیلنے میں باہمی میل جول سرفہرست ہے۔ یعنی ایک شخص سے دوسرے شخص تک بیماری کے جراثیم کا پہنچنا خواہ براہ راست میل جول یا کسی دوسرے ذریعے سے۔ چنانچہ متعدی امراض کے پھیلنے کے اسباب مندرجہ ذیل حصوں میں تقسیم کیے جاسکتے ہیں۔

1- زندہ جراثیم کے ذریعے۔

2- خوراک اور پانی کے ذریعے۔

3- جلد کے زخم کے ذریعے۔

4- مختلف اشیاء کے ذریعے۔

1- زندہ جراثیم کے ذریعے:

مریض کے کھانسنے، چھینکنے اور بولنے سے جراثیم دوسرے انسان کے جسم میں ناک، منہ وغیرہ کے ذریعے داخل ہو جاتے ہیں۔ اس طرح انفوائسز، خسرہ، کالی کھانسی وغیرہ پھیلتی ہیں۔ مریض کے ناک یا گلے کی رطوبتیں بعض اوقات زمین پر گر جاتی ہیں اور وہ خشک ہونے پر مٹی میں مل کر ہوا میں اُڑتی رہتی ہیں۔ چونکہ یہ گرد جراثیم آلود ہوتی ہے لہذا جو شخص اس میں سانس لیتا ہے بیمار ہو جاتا ہے۔ اسی طرح سے یہ گرد گھلی خوراک پر گر کر اسے جراثیم آلود کر دیتی ہے یا جلد کے زخم پر پڑتی ہے اور زخم کے ذریعے جراثیم بدن میں داخل ہو جاتے ہیں۔

2- خوراک اور پانی کے ذریعے:

ہیضہ، تپ محرقہ اور کئی قسم کے چیچش خوراک اور پانی کے ذریعے پھیلتے ہیں نیز بیمار گائے کے دودھ کے استعمال سے دق کا مرض لاحق ہو جاتا ہے۔

3- جلد کے زخم کے ذریعے:

بعض اوقات جلد میں زخم ہونے کی وجہ سے جراثیم جسم میں داخل ہو کر بیماری کا باعث بن جاتے ہیں اور کئی دفعہ جراثیم ہال کی گھٹی (Hair Follicles) کے ذریعے بھی جسم میں داخل ہو جاتے ہیں۔ حالانکہ جلد پر کوئی زخم نہیں ہوتا۔ کئی بیماریاں کینڑوں کے ذریعے پھیلتی ہیں۔ جسے مادہ چھریا کاٹنے والی مکھی خون چوستے وقت انسانی جسم میں جراثیم منتقل کر دیتی ہے۔

4- مختلف اشیاء کے ذریعے:

طلبا و طالبات کی قیام گاہوں میں کھانے کے برتن، تولیہ وغیرہ کے مشترکہ استعمال سے متعدی بیماریاں پھیلتی ہیں۔ اس طرح

مریض کی رطوبت سے آلودہ بستر کا تدرست انسان کے لیے استعمال کرنا بھی خطرے سے خالی نہیں ہے۔ مرض کے جراثیم ہر اس چیز میں موجود ہوتے ہیں جسے مریض نے استعمال کیا ہو، مثلاً دروازے کے دستے، قلم، پنسل وغیرہ۔
مندرجہ بالا عنوانات کے تحت چند متعدی بیماریوں کا ذکر حسب ذیل ہے۔

چچک (Small Pox):

یہ ایک خطرناک متعدی بیماری ہے جو ایک خاص وائرس سے پھیلتی ہے۔ یہ اگر کسی کو ایک دفعہ ہو جائے تو تمام عمر یہ بیماری اسے دوبارہ نہیں ہوتی۔ پاکستان کے علاوہ بہت سے ممالک میں یہ بیماری ناپید ہو چکی ہے۔

مرض پھیلنے کے اسباب:

- 1- چچک کے جراثیم مریض کے ناک اور گلے کی رطوبتوں اور سانس میں ہوتے ہیں اور مریض کے آس پاس رہنے والے لوگوں کو ہوا کے ذریعے اس بیماری میں مبتلا کر دیتے ہیں۔
- 2- مریض کے جسم سے جو پھلکے اترتے ہیں وہ بھی جراثیم سے بھرپور ہوتے ہیں اور مرض پھیلانے کا سبب بنتے ہیں۔
- 3- مریض کے کپڑے اور بستر جراثیم سے آلودہ ہونے کی وجہ سے بیماری پھیلانے میں معاون ثابت ہوتے ہیں۔

علامات (Indications)

بیماری کی ابتدا میں متلی آنا، سردی لگنا، سر اور کمر میں درد، گلے کی خراش اور کھانسی ہوتی ہے۔ تیسرے دن جلد پر سرخ بندکی (Rash) نکل آتی ہے جو دھڑکی نسبت چہرے کے اوپر والے حصے اور بازوؤں پر زیادہ ہوتی ہے جو اگلے ہی دن سیاہی مائل سرخ دانوں میں تبدیل ہو جاتی ہے۔ پھر اس کے بعد کے 2 دنوں میں ان میں پانی بھر جانے سے چھالے بن جاتے ہیں اور ساتویں سے دسویں دن ان میں پیپ پڑ جاتی ہے۔ اگلے 2 دنوں کے دوران یہ خشک ہو کر سیاہ کھرنڈوں میں تبدیل ہو جاتے ہیں جو پندرہویں سولہویں دن تک اتر جاتے ہیں مگر یہ گہرے اور بدنماداغ عمر بھر کے لیے جسم پر نشان چھوڑ جاتے ہیں۔

روک تھام:

- 1- بچے کو پیدائش سے چھ ماہ کے اندر چچک کا ابتدائی ٹیکہ لگوانا چاہیے۔
- 2- مریض کو اگر گھر میں رکھنا مقصود ہو تو بالکل الگ کمرے میں رکھا جائے۔ بصورت دیگر مریض کو فوری طور پر واپسی امراتھ کے ہسپتال میں منتقل کر دیا جائے۔
- 3- مریض کی تیماردگی کے لیے کم سے کم لوگ جائیں۔
- 4- کنبہ اور پڑوس کے تمام افراد کو چچک کا ٹیکہ لگوانا چاہیے۔
- 5- مریض کے تیماردار کو چاہیے کہ تیماردگی کے بعد فوراً کپڑے تبدیل کر لے۔
- 6- مریض کے تدرست ہونے یا مرنے کے بعد کمرے میں جراثیم کش دوا چھڑکنی چاہیے۔ فرش اور سامان کو گرم پانی اور صابن یا

جراثیم کش محلول سے دھونا چاہیے نیز مریض کے کپڑوں اور بستر کو جلا دینا چاہیے۔

7- جب بھی کسی کو چھچک لاحق ہو تو فوراً احکام صحت کو اطلاع دینی چاہیے۔

لاکڑا کا کڑا (Chicken Pox):

یہ وائرس سے ہونے والی متعدی بیماری ہے اگر کسی کو ایک بار ہو جائے تو وہ پھر عمر بھر کے لیے اس سے منع ہو جاتا ہے۔ یہ عام طور پر 12 سال سے کم عمر بچوں کو ہوتی ہے۔ یہ مریض کے منہ اور ناک سے نکلنے والی پھوار یا وائرس آلودہ اشیاء کے استعمال کے ذریعے پھیلتی ہے۔ اس کا انکوبیشن پریڈ (Incubation Period) 14 سے 21 دن کا ہوتا ہے۔

علامات (Indications):

لاکڑا کا کڑا معمولی بخار سے شروع ہوتا ہے اور اس کی بندگی (Rash) پہلے دن ہی ظاہر ہو جاتی ہے جو ایک ہی دن میں دانوں میں تبدیل ہو جاتی ہے۔ یہ دانے تیسرے یا چوتھے دن چھالوں میں تبدیل ہو جاتے ہیں اور پانچویں سے آٹھویں دن تک ان میں پیپ پڑ جاتی ہے جو اگلے ایک دو دن میں سوکھ کر کھر و نڈوں میں تبدیل ہو جاتے ہیں۔ جب یہ کھر و نڈ اتر جاتے ہیں تو جلد پر ہلکے گلابی رنگ کے دھبے رہ جاتے ہیں۔ لیکن چھچک کی طرح کوئی گہرا نشان نہیں پڑتا۔ اس بیماری میں سب دانے ایک ساتھ نہیں نکلتے بلکہ تسطوں میں نکلتے ہیں۔ اس لیے دانے، آبلے اور پیپ آلودہ چھالے ایک ساتھ دیکھے جاسکتے ہیں۔ اس کے دانے چہرے، بازوؤں اور ٹانگوں کی نسبت جسم کے دھڑ (Centri-Petal) پر زیادہ ہوتے ہیں، جب کہ اس کے برعکس چھچک میں دانے دھڑ کی بجائے چہرے، بازوؤں اور ٹانگوں پر زیادہ ہوتے ہیں۔

حفاظتی تدابیر:

بیماری کے دوران منہ، ناک اور بندگی کے مواد سے آلودہ کپڑوں اور دیگر اشیاء کی روزانہ جراثیم کش کریں اور مریض کو علیحدہ کمرے میں رکھیں، بندگی کے نکلنے سے ایک ہفتہ بعد تک بچے کو سکول نہیں جانا چاہیے (ابھی تک اس کی کوئی ویکسین (Vaccine) تیار نہیں ہوئی)۔

خسرہ (Measles):

یہ بھی وائرس (Virus) سے ہونے والی ایک متعدی بیماری ہے جو عام طور پر سردیوں میں چھوٹی عمر کے بچوں کو لاحق ہوتا ہے۔

مرض پھیلنے کے اسباب:

- 1- اس مرض کے جراثیم ناک اور گلے کی رطوبتوں میں پائے جاتے ہیں اور کھانسی کے ذریعے دوسرے بچوں میں پھیلتے ہیں۔
- 2- مریض کے لعاب سے آلودہ کپڑے اور دیگر زیر استعمال اشیاء سے مرض پھیلتا ہے۔

علامات (Indications):

اس بیماری کے لاحق ہونے کے شروع میں جھینگیں آنا، ناک اور آنکھوں سے پانی بہنا، گلے میں سوزش اور کھانسی کے ساتھ ساتھ 100 درجے "فارن ہائیت" کے قریب بخار ہو جاتا ہے جو صبح کے وقت کم اور شام کو زیادہ ہو جاتا ہے۔ چوتھے دن گلابی بند کی نکل آتی ہے جو پہلے ماتھے اور کانوں کے پیچھے ظاہر ہوتی ہے، مگر چند ہی گھنٹوں میں پورے جسم پر پھیل جاتی ہے اور بخار تیز ہو جاتا ہے۔ قریباً دوویں دن نہایت باریک جھلکے اتر جاتے ہیں۔

روک تھام:

- 1- مریض کو علیحدہ کمرے میں رکھا جائے۔
- 2- مریض بچے کو چودھ دن تک کے لیے سکول نہ جانے دیا جائے تاکہ یہ مرض دوسرے تندرست بچوں میں نہ پھیل جائے۔
- 3- وبا کی صورت میں سکول بند کر دیئے جائیں۔
- 4- مریض کے تندرست ہونے کے بعد اس کے استعمال کی ہر چیز کی جراثیم کشی ضروری ہے۔
- 5- خسرے کی "ویکسین" (Vaccine) کا ٹیکہ ایک سال کی عمر میں ہر بچے کو لگوانا چاہیے۔

ہینضہ (Cholera):

عموماً یہ مہلک مرض پانی اور کھانے پینے کی چیزوں کے ذریعے پھیلتا ہے۔

- 1- اس مرض کے جراثیم مریض کی آنٹوں اور پاخانے میں ہوتے ہیں۔ کھیاں مریض کی تہ اور فضلے سے جراثیم اٹھا کر خوردنی اشیا کو آلودہ کر دیتی ہیں اور تندرست انسان جراثیم آلودہ اشیا کھا کر مرض کا شکار ہو جاتا ہے۔
- 2- صاف پانی مہیا نہ ہونے کی صورت میں جراثیم آلودہ پانی سے یہ مرض تیزی سے پھیل جاتا ہے۔

علامات (Indications):

اس بیماری کے جراثیم جسم میں داخل ہونے کے بعد مرض کی پہلی علامت چند گھنٹوں سے لے کر پانچ دنوں میں ظاہر ہوتی ہے۔ مریض کا سردرد ہونے کے ساتھ ساتھ جی مٹلانے لگتا ہے۔ جلد ہی وہ وقفہ وقفہ سے اُلٹیاں اور پاخانے کرنے لگ جاتا ہے۔ دست بالکل چاولوں کی بیج کی مانند ہوتے ہیں۔ جن سے اس کے جسم میں پانی کی کمی ہو جاتی ہے اور اس میں عضلاتی تناؤ (Cramps) پیدا ہونے شروع ہو جاتے ہیں۔ اس کے جسم کا درجہ حرارت معمول سے کم ہو جاتا ہے اگر جسم میں پانی کی کمی کو پورا نہ کیا جائے تو موت واقع ہو سکتی ہے۔

روک تھام:

- 1- اپنے گھروں کو خوب صاف ستھرا رکھنا چاہیے۔
- 2- گھیاں یا کھلی جگہ، رفع حاجت کے لیے استعمال نہیں کرنی چاہیے۔
- 3- بیت الخلاء میں جراثیم کش دوا کا استعمال کرنا چاہیے۔
- 4- کھانے پینے کی اشیا کو ڈھانپ کر رکھنا چاہیے۔

- 5- دودھ اُبال کر پینا چاہیے۔
6- برف کے استعمال سے پرہیز کرنا چاہیے۔
7- مرض میں مبتلا ہونے پر جلاب ہرگز نہیں دینا چاہیے۔

تپ محرقہ (Typhoid):

یہ متعدی مرض، حرقہ تپ کے جراثیم سے پھیلتا ہے۔ اس کے جراثیم پانی اور خوراک کے ذریعے جسم میں داخل ہو کر چھوٹی آنت میں پائی جانے والی بافتوں (Lymphoid Tissues) میں داخل ہو جاتے ہیں۔ اس کے جراثیم جسم میں داخل ہونے سے لے کر مرض کی پہلی علامت ظاہر ہونے تک کا عرصہ یا انکوبیشن پیریڈ (Incubation Period) 10 سے 14 دن کا ہوتا ہے۔

مرض پھیلنے کے اسباب:

- 1- مریض کے ساتھ بالواسطہ یا بلاواسطہ ملاپ۔
- 2- پانی اور خوراک کے ذریعے اور بعض اوقات دودھ کے ذریعے۔
- 3- کھیاں بھی اس مرض کو پھیلانے میں معاون ہیں۔
- 4- مرض کے جراثیم سے آلودہ گردوغبار، غذا کو آلودہ کر دیتے ہیں۔

علامات (Indications):

اس بیماری میں پہلے دو تین دنوں میں بخار معمولی نوعیت کا ہوتا ہے جو چوتھے روز 100 درجے "فارن ہائیٹ" تک پہنچ جاتا ہے۔ اس کے علاوہ سر درد بھی ہوتا ہے۔ بخار متواتر کئی دنوں تک اسی سطح پر رہتا ہے، لیکن صبح کے وقت اس میں کچھ کمی آ جاتی ہے۔ اس میں قبض ہو جاتی ہے یا پاخانہ مڑوں کے شوربے کی طرح آتا ہے۔ جس میں جراثیم کی کثیر تعداد ہوتی ہے۔ یہ بخار قریباً تین ہفتوں میں اتر جاتا ہے، لیکن مریض کے پاخانے اور پیشاب میں کافی عرصہ بعد تک بیماری کے جراثیم خارج ہوتے رہتے ہیں۔

روک تھام:

- 1- ہر سال نیکہ لگوانا چاہیے۔
- 2- خوراک کو کھیبوں سے محفوظ رکھا جائے۔
- 3- مریض کے بول و براز کے دفعیہ کا خاص انتظام کیا جائے۔
- 4- مریض کے کپڑے اور بستر جراثیم کش دوائی میں بھگونے کے بعد اُلٹے پانی سے دھونے چاہیے۔
- 5- ذرائع آب رسانی کی خاص طور پر حفاظت کی جائے اور پانی میں جراثیم کش دوائی ڈالی جائے۔
- 6- سبزیاں وغیرہ جراثیم کش محلول میں دھوئے بغیر نہ کھائی جائیں۔
- 7- دودھ کو اُبال کر یا "پیسٹرائزیشن" (Pasteurization) کے طریقے سے جراثیموں سے پاک کر کے استعمال کریں۔

متعدی انتقال غیر بیماریاں

بیماری	علامت و نشانات	نظامی	انتقال کا رویہ	ریش سے عرصہ تک	نظامی جسم میں	نظامی جسم سے	نظامی جسم سے	نظامی جسم سے	نظامی جسم سے	نظامی جسم سے
شہرہ	شہرہ کا پیکر گھبراہٹ میں رہنے کے استعمال کی تمام بیماریاں کی جانچ گئی۔	نظامی جسم میں	نظامی جسم سے	نظامی جسم سے	نظامی جسم سے	نظامی جسم سے	نظامی جسم سے	نظامی جسم سے	نظامی جسم سے	نظامی جسم سے
جیک	اس کے بعد پیکر بر سال بعد گھبراہٹ میں رہنے کے استعمال کی تمام بیماریاں کی جانچ گئی۔	نظامی جسم میں	نظامی جسم سے	نظامی جسم سے	نظامی جسم سے	نظامی جسم سے	نظامی جسم سے	نظامی جسم سے	نظامی جسم سے	نظامی جسم سے
کارا	اس کے استعمال کی تمام بیماریاں کی جانچ گئی۔	نظامی جسم میں	نظامی جسم سے	نظامی جسم سے	نظامی جسم سے	نظامی جسم سے	نظامی جسم سے	نظامی جسم سے	نظامی جسم سے	نظامی جسم سے
سپ	نظامی جسم سے	نظامی جسم میں	نظامی جسم سے	نظامی جسم سے	نظامی جسم سے	نظامی جسم سے	نظامی جسم سے	نظامی جسم سے	نظامی جسم سے	نظامی جسم سے
عوز	نظامی جسم سے	نظامی جسم میں	نظامی جسم سے	نظامی جسم سے	نظامی جسم سے	نظامی جسم سے	نظامی جسم سے	نظامی جسم سے	نظامی جسم سے	نظامی جسم سے

<p>متعلق نگر گورنہ اور متعلقہ ذیل میں۔</p>	<p>222</p>	<p>222</p>	<p>222</p>	<p>222</p>	<p>222</p>	<p>222</p>	<p>متعلق نگر گورنہ اور متعلقہ ذیل میں۔</p>	<p>متعلق نگر گورنہ اور متعلقہ ذیل میں۔</p>	<p>متعلق نگر گورنہ اور متعلقہ ذیل میں۔</p>	<p>متعلق نگر گورنہ اور متعلقہ ذیل میں۔</p>	<p>متعلق نگر گورنہ اور متعلقہ ذیل میں۔</p>	<p>متعلق نگر گورنہ اور متعلقہ ذیل میں۔</p>	<p>متعلق نگر گورنہ اور متعلقہ ذیل میں۔</p>	<p>متعلق نگر گورنہ اور متعلقہ ذیل میں۔</p>	<p>متعلق نگر گورنہ اور متعلقہ ذیل میں۔</p>
<p>متعلق نگر گورنہ اور متعلقہ ذیل میں۔</p>	<p>222</p>	<p>222</p>	<p>222</p>	<p>222</p>	<p>222</p>	<p>222</p>	<p>متعلق نگر گورنہ اور متعلقہ ذیل میں۔</p>	<p>متعلق نگر گورنہ اور متعلقہ ذیل میں۔</p>	<p>متعلق نگر گورنہ اور متعلقہ ذیل میں۔</p>	<p>متعلق نگر گورنہ اور متعلقہ ذیل میں۔</p>	<p>متعلق نگر گورنہ اور متعلقہ ذیل میں۔</p>	<p>متعلق نگر گورنہ اور متعلقہ ذیل میں۔</p>	<p>متعلق نگر گورنہ اور متعلقہ ذیل میں۔</p>	<p>متعلق نگر گورنہ اور متعلقہ ذیل میں۔</p>	