

MRSA، مریض کے لئے معلومات

مجھے یہ معلومات کیوں ملی ہیں؟

ٹیسٹوں سے پتہ چلا ہے کہ آپ میں ایک بیکٹیریا ہے جو اینٹی بائیوٹکس کے خلاف (مزاحم) ہے اور اسے MRSA کہا جاتا ہے۔ آپ اس معلوماتی شیٹ میں اس بارے میں مزید پڑھ سکتے ہیں کہ اس کا کیا مطلب ہے اور دوسروں کو متاثر نہ کرنے کے لیے آپ کو کیا سوچنا چاہیے۔

MRSA کیا ہے؟

MRSA کا مطلب ہے methicillin-resistant Staphylococcus aureus اور یہ Staphylococcus بیکٹیریا کی ایک قسم ہے جو بعض اینٹی بائیوٹکس کے خلاف مزاحم ہو گئی ہے۔

MRSA بغیر بیمار ہوئے جلد یا چیچیا جھلیوں پر موجود ہو سکتا ہے، اور اسے کیریئر کہا جاتا ہے۔ بالکل عام Staphylococci کی طرح، MRSA بعض اوقات انفیکشن کا سبب بن سکتا ہے، جیسے زخم کے انفیکشن۔

MRSA عام Staphylococci کے مقابلے میں زیادہ یا زیادہ سنگین انفیکشن کا سبب نہیں بنتا، لیکن انفیکشن کا علاج کرتے وقت، آپ کو خاص قسم کی اینٹی بائیوٹکس استعمال کرنے کی ضرورت ہوتی ہے۔

MRSA کیسے منتقل ہوتا ہے؟

MRSA لوگوں کے درمیان بنیادی طور پر جلد کے رابطے کے ذریعے منتقل ہوتا ہے، مثال کے طور پر ہاتھوں کے ذریعے۔ بیکٹیریا ماحول میں موجود چیزوں سے بھی چپک سکتے ہیں، مثال کے طور پر ورزش کا سامان، اور وہاں سے مزید پھیل سکتا ہے۔

ایک شخص جو صرف MRSA کا کیریئر ہے شاذ و نادر ہی دوسروں کو متاثر کرتا ہے۔ بعض حالات میں بیکٹیریا کی مقدار بڑھ جاتی ہے اور انفیکشن پھیلنے کا خطرہ بھی بڑھ جاتا ہے۔ یہ انفیکشن کے پھیلاؤ کے خطرے والے عوامل کہلاتے ہیں۔

مثال کے طور پر یہ چیزیں انفیکشن کے پھیلاؤ کے خطرے کے عوامل ہو سکتے ہیں۔

- جلد کے انفیکشن، جیسے متاثرہ زخم، پھوڑے یا امپیٹیگو (سوائن پوکس)
- کھلے زخم
- کان کی نالی میں ایگزایما/ایگزایما کا خراب ہونا یا نکلنا
- بعض دائمی جلد کی بیماریاں
- کینتھیٹرز یا سٹوماس

کیا آپ MRSA سے چھٹکارا پا سکتے ہیں؟

MRSA عام طور پر خود ہی ٹھیک ہو جاتا ہے۔ اس کو ٹھیک ہونے میں مہینوں سے لے کر سالوں تک مختلف وقت لگ سکتا ہے۔ اس کا فیصلہ MRSA کے لیے ذمہ دار ڈاکٹر کرتے ہیں کہ ذیل میں بیان کردہ چیکس اور قواعد و ضوابط کی مزید ضرورت نہیں ہے۔ جب کم از کم تین مہینوں سے لگاتار دو نمونوں میں MRSA نہیں پایا جائے تو آپ اکثر بیلتھ کنٹرول ختم کر سکتے ہیں۔

مجھے کونسے احتیاطی تدابیر برتنے چاہئے تاکہ میں کسی اور کو اس مرض میں مبتلا نہ کروں؟

سب سے اہم چیز جو آپ کر سکتے ہیں وہ یہ ہے کہ اپنے ہاتھوں کو مکمل حفظان صحت رکھیں۔ اگر آپ میں خطرے کے عوامل موجود نہیں ہیں، تو آپ معمول کے مطابق زندگی گزار سکتے ہیں اور انفیکشن پھیلنے کا خطرہ کم ہوتا ہے۔

اس میں مبتلا بچے پری اسکول اور اسکول جا سکتی ہیں اور تمام سرگرمیوں میں حصہ لے سکتے ہیں۔ سرپرستوں کو پری اسکول اور اسکول کو یہ بتانے کی ضرورت نہیں ہے کہ بچہ MRSA کا کیریئر ہے۔ پری اسکول کے بچوں کو بعض اوقات گھر میں رہنے کی ضرورت پڑ سکتی ہے، ذیل میں ضابطے دیکھیں۔

اگر آپ کا جانوروں کے ساتھ پیشہ ورانہ کام ہے، تو آپ اس بارے میں خصوصی مشورہ حاصل کر سکتے ہیں۔

طرز عمل کے قواعد

انفیکشن کنٹرول ایکٹ کے مطابق MRSA عام طور پر ایک خطرناک بیماری ہے۔ اس لیے آپ کو کچھ اصولوں پر عمل کرنا چاہیے جو آپ کا ڈاکٹر آپ کو دیتا ہے، نام نہاد طرز عمل کے اصول:

- اگر آپ کو انفیکشن کے پھیلاؤ کے خطرے کے عوامل ہیں، تو آپ کو ذیل میں بیان کردہ خصوصی حفظان صحت کے معمولات پر عمل کرنا چاہیے۔
- اگر آپ کو جلد کا انفیکشن جاری ہے، کھلے زخم یا خارج ہونے والا ایکزیما ہے، تو آپ کو ایسے کھیلوں میں حصہ نہیں لینا چاہیے جس میں بہت زیادہ جسمانی رابطے ہوں یا یہ کہ عام ٹریننگ روم یا جم استعمال نہ کریں۔
- پری اسکول کے بچوں کو گھر میں ہی رہنا چاہیے اگر ان کے زخموں میں امپیٹیگ (سوائن پوکس) یا بگڑتے ہوئے، خارج ہونے والے ایکزیما ہیں۔
- اگر آپ کو جلد کا انفیکشن، کھلے زخم یا خارج ہونے والا ایکزیما ہے، تو آپ کو ہمیں چھیدنے، ٹیٹو بنانے، مساج کرنے، پیروں کی غیر طبی دیکھ بھال اور جلد یا چھپچھا جھلیوں کے کسی طرح کے علاج کے دوران یہ بتانا ہوگا کہ آپ MRSA کے حامل ہیں۔
- جب آپ طبی دیکھ بھال، دانتوں کی دیکھ بھال اور پاؤں کی طبی دیکھ بھال حاصل کرتے ہیں تو آپ کو یہ بتانا چاہیے کہ آپ MRSA کے کیریئر ہیں۔ یہ شرط اس صورت میں بھی لاگو ہوتا ہے کہ جب آپ رہائش یا گھر میں دیکھ بھال یا نرسنگ کیئر حاصل کرتے ہیں۔ اگر آپ کو صرف خریداری، صفائی ستھرائی، دوائیاں بانٹنے یا چہل قدمی کرنے میں مدد ملتی ہے، تو آپ کو انہیں یہ بتانے کی ضرورت نہیں ہے کہ آپ MRSA کے کیریئر ہیں۔
- آپ جو تعلیم حاصل کرتے ہیں یا ہیلتھ کنیر میں کام کرتے ہیں انہیں ہیلتھ کنیر میں حصہ نہیں لینا چاہیے اس صورت میں اگر آپ کا ڈاکٹر یہ اندازہ لگاتا ہے کہ آپ کو انفیکشن کے پھیلاؤ کے خطرے کے عامل ہیں۔
- آپ کو اپنے ڈاکٹر سے رابطے میں رہنا چاہیے اور ضروری ٹیسٹ فراہم کرنا چاہیے۔

اگر آپ کو ایسا ضابطہ موصول ہوا ہے جو آپ کے خیال میں غلط ہے، تو آپ اپنے علاقے میں متعدی امراض کے ڈاکٹر سے رابطہ کر سکتے ہیں۔

خطرے کے عوامل کے ساتھ آپ کے لیے حفظان صحت کے خصوصی معمولات
اگر آپ خطرے کے حامل ہیں تو، انفیکشن پھیلنے کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔ پھر اس صورت میں آپ کو مندرجہ ذیل نقاط کے بارے میں سوچنا چاہئے:

- اپنے ہاتھ دھونا یقینی بنائیں۔ اپنا تولیہ اور بیت الخلاء استعمال کریں۔
- پول میں ایک ہی وقت میں دوسروں کی طرح تیراکی نہ کریں۔
- زخموں کو پٹیوں سے ڈھانپیں اور اگر پٹی نکل جائے تو اسے تبدیل کریں۔
- اگر آپ کے پاس کیتھیٹر ہے، تو آپ کو اسے اپنے کپڑوں کے نیچے پھینا چاہیے۔
- زخم، ڈریسنگ یا کیتھیٹر کے ساتھ رابطے میں رہنے کے بعد اپنے ہاتھ دھوئے۔

انفیکشن ٹریکنگ

انفیکشن پروٹیکشن ایکٹ کے مطابق، آپ کو انفیکشن ٹریسنگ میں حصہ لینا چاہیے۔ اس کا مطلب ہے کہ آپ کو ہیلہ کنیر میں کام کرنے والے پیشہ ور افراد کو معلومات فراہم کرنا ہے تاکہ وہ یہ جان سکیں کہ آپ کب، کہاں اور کیسے متاثر ہوئے ہیں اور اگر آپ نے دوسروں کو بھی متاثر کیا ہے۔

آپ جو کچھ بتاتے ہیں وہ رازدارانہ (خفیہ) ہوتا ہے اور جن لوگوں کے بارے میں آپ بتاتے ہیں انہیں پتہ نہیں چلتا کہ آپ کون ہیں۔

انفیکشن سے بچاؤ کے شیٹ کے بارے میں

انفیکشن سے بچاؤ کا کتابچہ انفیکشن پریوینشن میڈیکل ایسوسی ایشن کے ذریعہ تیار کیا جاتا ہے اور قومی سطح پر لاگو ہوتا ہے۔