

ہیپاٹائٹس A EPATITE A

ہیپاٹائٹس اے ایک بہت خطرناک متعدی مرض ہے جو کہ جگر پر حملہ کرتا ہے یہ ایک چھوٹے سے جراثیم سے ہوتا ہے جس کو ہیپاٹائٹس کا وائرس کہتے ہیں۔ اکثر کیمز میں ایسی اشیاء کھانے سے پورے پینے سے ہوتی ہیں جن میں یہ وائرس موجود ہو، اس کے علاوہ ایسی ٹیلی، ایسے سکول اور ایسی جگہ جہاں لوگوں کے درمیان ایسا مریض موجود ہو جس کو یہ مرض ہو تو یہ متعدی مرض دوسروں میں بھی پھیل جاتا ہے

ترقی پر یہ ممالک میں یہ بیماری بہت عام ہے اور زیادہ تر بچے اس کا شکار ہوتے ہیں، اس کے برعکس ترقی یافتہ ممالک میں یہ بیماری کم ہے اور اس کا شکار بزرگ پیدائش یافتہ افراد ہوتے ہیں

بیماری کیسے ظاہر ہوتی ہے

افسوس ہو جانے کے مختلف عرصے تقریباً پندرہ سے پچیس دنوں کے بعد اس کی مختلف علامات ظاہر ہوتی ہیں جو یہ ہیں: تھکاوٹ، بھوک کی کمی، بطن، پیشاب کا رنگ زرد ہو جانا، پانخانے کا رنگ ہلکا ہو جانا، اور حار

لوہمائی نئی علامات ہیپاٹائٹس اے کی خاص علامات ہیں، لیکن یہ اس کے علاوہ بھی اس سے ہلکی علامات (جو کہ اکثر بچوں میں ظاہر ہوتی ہیں) ظاہر ہو سکتی ہیں، بہت ہی کم کیمز میں جگر کو بہت زیادہ حد تک بھی نقصان پہنچا سکتی ہے

ہیپاٹائٹس اے کا مرض عام طور پر ٹھیک ہو جاتا ہے یہ سدا کا مرض نہیں رہتا اور اس سے چھٹکارا ساری زندگی کے لئے ہو جاتا ہے (یعنی دوسری دفعہ یہ بیماری نہیں لگتی) ہیپاٹائٹس اے کے مریض چاہے وہ ہلکی قسم کا ہو یا پھر خطرناک قسم کا اپنے پانخانے سے کئی ہفتوں تک اس کا وائرس خارج کرتے ہیں جن سے دوسرے لوگ بھی بیمار ہو سکتے ہیں

ہیپاٹائٹس اے سے بچنے کے لئے کیا کیا جائے

ہیپاٹائٹس اے سے بچنے کے لئے کھانے پینے کی چیزوں کے بارے خصوصی احتیاط، صفائی کا خاص خیال اور انجکشن بہت ضروری ہے (۱) پہلی چیز کھانے کے بارے اس وقت بہت احتیاط ضروری ہے جب ایسے علاقوں میں جانا ہو جہاں اس بیماری کا خطرہ زیادہ ہو کیونکہ یہ اس کے علاوہ بھی دوسری متعدی بیماریوں جیسا کہ ٹائفاؤڈ، ہیضہ، اور ایسی دوسری بیماریوں سے بھی محفوظ رکھتی ہے

جن میں شامل ہیں

۔ کئی ہوئی اشیاء کھانا (تمام کھانے اچھی طرح کپے ہوئے اور پکنے کے فوری بعد کھانا، موسمی بنیر کھانا، بنیریاں صاف پانی سے اچھی طرح دھلی ہوئیں، خالص دودھ، فروٹ ذاتی طور پر دھلا ہو اور خود کاٹا ہو)

۔ صاف پانی پینا اور اگر میسر نہیں تو اس کو بال کر پینا، ایسے مشروب کا پینا جو کہ اچھی بینک میں بند ہو اور اوپر کسی اچھی کپنی کی گارنٹی کی مرثبت ہو۔ ایسے پینے والوں سے شائینگ کرنا جو چیز کی صفائی اور خالص ہونے کی ضمانت مہیا کریں

۔ چیزوں کو کھانے سے پہلے اپنے ہاتھوں کو اچھی طرح دھونا

(۲) ہیپاٹائٹس اے کے لئے انسجیل انجکشن بھی موجود ہیں، ایسے تمام لوگ جو ایسے علاقوں میں سفر کرنے والے ہیں جہاں اس بیماری کا زیادہ خطرہ ہے اور خاص طور پر اگر ان کے ساتھ بچے بھی ہیں جو پہلی دفعہ اس سفر پر جا رہے ہیں تو ان کے لئے یہ ضروری ہے کہ وہ یہ انجکشن ضرور لگوائیں چھ سال کی عمر تک کے بچوں کو یہ انجکشن مفت لگتا ہے

اگر آپ اپنے ملک کا سفر کرنے والے ہیں اور خاص طور پر آپ کے ساتھ بچے بھی ہیں تو آپ اپنے قریبی سروس ایجنسیں پبلیک سے رابطہ کر سکتے ہیں اپنا سفر شروع کرنے سے ایک مہینہ پہلے

ہیپاٹائٹس اے کے باری اضافی معلومات آپ کو بہم پہنچائی جائیں گی اور اس کے علاوہ آپ اس بیماری کے خلاف ٹیکہ بھی لگوا سکتے ہیں

Aggiornato al Giugno 2003

Tradotto da Cooperativa INTEGRA

Con il contributo della Provincia di Modena

Per saperne di più rivolgersi a: