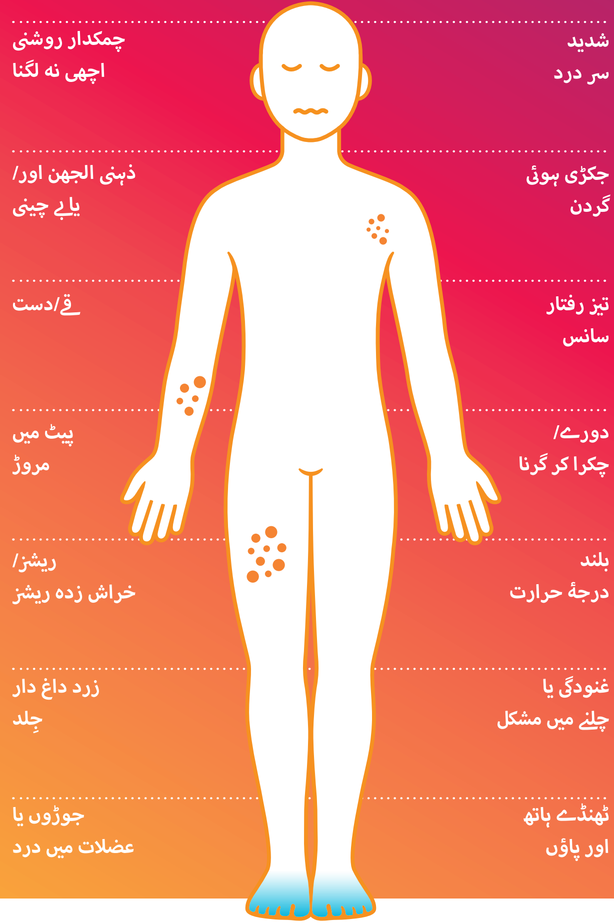
مینںجائٹس اور سیپٹیسیمیا

علامات کو نظرانداز نہ کریں



Immunisation
the safest way to protect your health

نشانیاں اور علامات

مینںجائٹس:

- بخار
- شدید سر درد
- قے
- جکڑی ہوئی گردن
- چمکدار روشنیوں کا اچھا نہ لگنا
- ریشز
- ذہنی الجھن، ذہنی اضطراب (ڈیلیریئم)
- شدید غنودگی، غیر شعوری کیفیت
- دورے

خون کی زہریت (سیپٹیسیمیا):

- بخار اور کپکپی
- قے
- ہاتھوں پیروں اور جوڑوں میں شدید درد
- بہت ٹھنڈے ہاتھ اور پاؤں
- زرد یا دھبے دار جِلد
- تیز رفتار سانس
- دست اور مروڑ
- سرخ یا جامنی 'خراش زدہ' یا داغ دار ریشز جس پر ایسے دھبے ہوں جو دباؤ ڈالنے پر دھندلے نہ پڑیں - صفحے کے دوسری جانب دیا گیا گلاس ٹیسٹ انجام دیں۔ گہرے رنگ کی جلد پر، آنکھ کے پپوٹوں یا منہ کے اندر تالُو کو چیک کریں جہاں دھبے زیادہ نمایاں ہو سکتے ہیں
- چلنے یا کھڑے ہونے میں مشکل
- شدید غنودگی، غیر شعوری کیفیت

ہر شخص میں یہ علامات پیدا نہیں ہوں گی - یہ کسی بھی ترتیب میں ظاہر ہو سکتی ہیں اور دو امراض میں خلط ملط بھی ہو سکتی ہیں۔ اگر آپ یا آپ کے کسی دوست میں تشویشناک علامات پیدا ہوں یا تیزی سے بگڑتے ہوئے عارضے کا شکار ہوں، تو ابتدا ہی میں طبی مشورہ کرلینا ضروری ہے۔

یہ یقینی بنائیں کہ آپ، آپ کی فیملی اور آپ کے دوست ایک دوسرے کی علامات پر نظر رکھیں اور اگر کسی کو معلوم ہو کہ آپ بیمار ہیں تو وہ آپ کی نگرانی کرسکیں۔ یہ زندگی بچانے والا اقدام ہوسکتا ہے!

مزید معلومات کے لیے رابطہ کریں:

مینںجائٹس ریسرچ فاؤنڈیشن
مفت ہیلپ لائن0808 80 03 344
www.meningitis.org

مینںجائٹس ناؤ
24 گھنٹے کی ہیلپ لائن
0808 80 10 388
www.meningitisnow.org

کارآمد لنکس:

- www.nhs.uk/conditions/meningitis
- www.nhs.uk/vaccinations
- www.nhs.uk/conditions/vaccinations/men-acwy-vaccine

NHS
UK Health Security Agency

© Crown copyright 2023
Product code IM23DISL1UR Urdu. 1P 30k AUG 2023 (APS)
UK Health Security Agency gateway number: 2023-390

یہ کتابچہ بطور بریل، ایزی ریِڈ، سادہ متن، آڈیو، BSL ویڈیو اور 28 زبانوں میں ترجمے کے ساتھ دستیاب ہے۔ آج ہی اپنی کاپیوں کا آرڈر کرنے کے لیے براہِ کرم **www.healthpublications.gov.uk** وزٹ کریں یا 0300 123 1002 پر کال کریں

آگاہ رہیں، تیار رہیں

مینجوکوکل مینجائٹس (دماغ اور ریڑھ کی ہڈی کے گرد حفاظتی جھلیوں کی سوزش) اور سیپٹیسیما (خون کی زہریت) شاذو نادر ہونے والی لیکن خطرناک بیماریاں ہیں جو لوگوں کو ہلاک یا پھر زندگی بدل دینے والی معذوریوں اور صحت کے مسائل میں مبتلا کرسکتی ہیں۔ مینجائٹس اور سیپٹیسیما دونوں سیپسس تک پہنچا سکتی ہیں۔

ٹین ایجرز اور یونیورسٹی کے طلبہ خاص طور پر زیادہ خطرے کی زد میں ہوتے ہیں۔ لیکن آپ اپنی مفت MenACWY ویکسین لے کر مینجوکوکل عارضے کی چار اقسام سے خود کو بچا سکتے ہیں۔

MenACWY ویکسین کے ذریعے خود کو محفوظ بنائیں

UK میں ستمبر 1996 سے پیدا ہونے والے زیادہ تر ٹین ایجرز اور نوجوانوں کو اسکول میں زیرِ تعلیم ہونے کے دوران MenACWY دی جائے گی لیکن وہ 25ویں سالگرہ تک اہل رہتے ہیں۔ UK یونیورسٹی میں پہلی مرتبہ آنے والے ایسے غیر ملکی طلبہ جنہیں MenACWY ویکسین نہیں دی گئی ہے، وہ بھی اپنی 25ویں سالگرہ تک اہل ہیں۔ اگر آپ کا شمار ان میں سے کسی گروپ میں ہوتا ہے اور آپ کو ابھی تک ویکسین نہیں لگی ہے تو ابھی اپنے GP پریکٹس کے پاس اپائنٹمنٹ بک کروائیں۔ اگر آپ بے یقینی کا شکار ہوں تو اس حوالے سے اپنے GP پریکٹس سے بات کریں۔

MenACWY ویکسین MenA، MenC، MenW اور MenY کے باعث پیدا ہونے والے مینجوکوکل مینجائٹس اور سیپٹیسیما کی روک تھام کے لیے بہت مؤثر ہے۔

لیکن یاد رکھیں کہ یہ **ویکسین ہر قسم کے مینجائٹس اور سیپٹیسیما کی روک تھام نہیں کرتی**۔ لہٰذا یہ بہت اہم ہے کہ آپ نشانیوں اور علامات سے آگاہ رہیں۔

اگر کسی کی طبیعت ناساز ہو تو باقاعدگی سے اس کا معائنہ کریں، آپ کسی کی زندگی بچا سکتے ہیں

مینجائٹس اور سیپٹیسیما کی نشانیوں اور علامات کو جانیں

گلاس ٹیسٹ

گلاس کے ایک طرف کے حصے کو ریشز پر سختی سے دبائیں تاکہ آپ دیکھ سکیں کہ آیا یہ دباؤ پڑنے پر دھندلے ہوئے یا نہیں۔ اگر یہ دھندلے نہ ہوں، تو فوری طور پر طبی مدد حاصل کریں۔ اگر آپ بہت زیادہ بیمار محسوس کر رہے ہوں، تو ہر صورت میں مدد حاصل کریں، خواہ ریشز دھندلا جائیں یا بالکل ہی نظر نہ آئیں۔

نشانیاں اور علامات کیا ہیں؟

بہت سی ابتدائی علامات - قے، بخار، درد، عمومی تھکن اور سر درد - کم سنگین امراض جیسے کہ نزلہ زکام کی علامات بھی ہوتی ہیں۔ لیکن مینجائٹس یا سیپٹیسیما میں مبتلا شخص عموماً چند گھنٹوں میں ہی شدید بیمار ہو جاتا ہے۔

اسی لیے کسی بیمار شخص کا معائنہ کرتے رہنا بہت اہم ہے تاکہ آپ یہ جان سکیں کہ آیا ان کی طبیعت تیزی سے بگڑ تو نہیں رہی اور آپ نشانیوں اور علامات کی نگرانی کرسکیں۔ اگر آپ ان کی یا اپنی صحت کے حوالے سے تشویش کا شکار ہوں تو فوری طور پر طبی مدد حاصل کریں۔

ٹھنڈے ہاتھ اور پاؤں، ہاتھوں پیروں میں شدید درد، اور زرد اور داغ دار جلد کی نگرانی کرنا بھی اہم ہے، کیونکہ یہ علامات مرض کی ابتدا میں نمودار ہوتی ہیں۔ علامات جیسے کہ نہ دھندلانے والے ریشز (پیچھے دیا گیا گلاس ٹیسٹ انجام دیں)، ذہنی الجھن یا اضطراب کا شکار ہونا، یا اتنی غنودگی کہ جاگنا مشکل ہو، بہت سنگین علامات ہیں۔

مینجائٹس کیسے پھیلتا ہے؟

ان امراض کا سبب بننے والے بیکٹیریا عموماً قربت کے حامل یا طویل رابطوں کے ذریعے پھیلتے ہیں۔ زیادہ تر کیسز انفرادی سطح پر ہوتے ہیں لیکن بعض اوقات اسکولوں یا اجتماع گاہوں جیسے کہ یونیورسٹی ہالز میں یہ وبائی صورت بھی اختیار کرلیتے ہیں۔

اپنے GP پریکٹس سے اپنی MenACWY ویکسین لگوائیں۔ بعض علاقوں میں یہ آپ کی فارمیسی میں دستیاب ہوسکتی ہے۔