آغا خان یونیورسٹی ہسپتال
The Aga Khan University Hospital

ایم پاکس

معلومات برائے مریض/تیماردار

CAP ACCREDITED
COLLEGE of AMERICAN PATHOLOGISTS

ایم پاکس کیا ہے؟

ایم پاکس ایک وائرل بیماری ہے (جو پہلے مونکی پاکس کے نام سے مشہور ہے)۔ یہ بیماری بخار، جلد پر خارش، اور گلٹیوں کی سوجن کا سبب بن سکتی ہے۔ اس بیماری کا اثر عام طور پر دو سے چار ہفتے تک برقرار رہتا ہے۔ زیادہ تر لوگ بغیر کسی خاص علاج کے مکمل طور پر صحتیاب ہو جاتے ہیں۔

تاہم، چھوٹے بچے، حاملہ خواتین، اور ایسے لوگ جن کی قوت مدافعت کم ہے وہ اس سے شدید بیمار ہو سکتے ہیں۔

ایم پاکس کیسے پھیلتی ہے؟

ایم پاکس بنیادی طور پر متاثرہ شخص کے ساتھ قریبی جسمانی رابطے سے پھیلتی ہے۔ جس میں متاثرہ شخص کے دانوں، چھالوں، یا زخموں وغیرہ کو چھونا بھی شامل ہے۔

یہ بیماری متاثرہ شخص کے استعمال کی چیزوں، جیسے کہ اس کے کپڑے، بستر، یا تولیے کو چھونے سے بھی پھیل سکتی ہے۔ یہ وائرس آمنے سامنے یا قریبی رابطے کے وقت کھانسنے، چھینکنے، یا بات کرنے کے دوران نکلنے والے قطروں اور جسمانی رطوبتوں کے ذریعے بھی پھیل سکتا ہے۔ ایم پاکس میں مبتلا حاملہ خاتون حمل کے دوران یا پیدائش کے وقت اپنے بچے کو یہ انفیکشن منتقل کر سکتی ہے۔

مختصر، عام رابطے سے یہ وائرس آسانی سے نہیں پھیلتا۔

کیا ایم پاکس پاکستان میں بھی پھیل رہی ہے؟

جی ہاں۔ پہلے، پاکستان میں دیگر ممالک سے آنے والے مسافروں میں زیادہ تر کیسز پائے گئے تھے۔ اب، ان لوگوں میں بھی ایسے کیسز مل رہے ہیں جنہوں نے ملک سے باہر سفر نہیں کیا۔ اس سے یہ ظاہر ہوتا ہے کہ اب کمیونٹی کے اندر یہ وائرس پھیل رہا ہے۔ بچے اور نوزائیدہ بھی اس سے متاثر ہوئے ہیں۔

اس کی علامات کیا ہیں؟

عام طور پر وائرس سے رابطے کے ایک سے دو ہفتے کے بعد اس کی علامات ظاہر ہوتی ہیں۔ آپ کو درج ذیل میں سے ایک یا زیادہ علامات ہو سکتی ہیں:

- بخار اور کپکپی
- سر اور جسم میں درد
- گردن، بغلوں، یا ران کے جوڑوں میں موجود گلٹیوں (لمف نوڈز) میں سوجن
- تھکاوٹ
- ایک ایسا دانہ جو چپٹے دھبوں سے شروع ہوتا ہے، پھر مسوں اور چھالوں میں بدل جاتا ہے، اور بعد میں کھرنڈ یا زخم بن جاتا ہے۔

یہ دانے یا زخم چہرے، ہاتھوں، پاؤں، سینے، یا جسم کے دیگر حصوں پر ظاہر ہو سکتے ہیں۔ ان میں درد یا خارش بھی ہو سکتی ہے۔ ایک متاثرہ شخص اس وقت تک انفیکشن پھیلا سکتا ہے جب تک تمام کھرنڈ جھڑ نہ جائیں اور نئی جلد نہ بن جائے۔

ایم پاکس کس طرح چکن پاکس سے مختلف ہے؟

ایم پاکس اور چکن پاکس ایک جیسے لگتے ہیں، لیکن ایم پاکس میں عام طور پر ایک ہی مرحلے میں دانے نکلتے ہیں اور زیادہ تکلیف دہ ہوتے ہیں۔ سوجی ہوئی گلٹیاں ایم پاکس کی ایک اہم علامت ہیں لیکن چکن پاکس میں ایسا نہیں ہوتا۔

کس کو شدید بیماری کا زیادہ خطرہ ہے؟

- چھوٹے بچے اور نوزائیدہ
- حاملہ خواتین
- کمزور قوت مدافعت والے افراد، خاص طور پر ایسے لوگ جو ایچ آئی وی کے ساتھ بغیر علاج کے زندگی گزارتے ہیں

کیا ایم پاکس کا کوئی علاج ہے؟

ایم پاکس کی کوئی خاص دوا موجود نہیں ہے۔ علاج میں فقط علامات کی شدت کو کم کیا جاتا ہے۔ جس میں بخار اور درد کو کم کرنا، جلد کو صاف رکھنا، زیادہ پانی اور دیگر مشروبات پینا، اور مناسب آرام کرنا شامل ہے۔ زیادہ تر لوگ خود ہی صحت یاب ہو جاتے ہیں۔ اگر آپ کو ہسپتال میں داخلے کی ضرورت ہو تو آپ کا ڈاکٹر آپ کی رہنمائی کرے گا۔

کیا ایم پاکس کی کوئی ویکسین ہے؟

ایم پاکس کی ویکسین موجود ہے۔ لیکن، فی الحال یہ پاکستان میں آسانی سے دستیاب نہیں ہے۔ اگر صورتحال تبدیل ہوئی تو آپ کی ہیلتھ کیئر ٹیم آپ کو آگاہ کرے گی۔

میں خود کو اور اپنے گھر والوں کو کس طرح محفوظ رکھوں؟

- کسی بھی ایسے شخص کے ساتھ قریبی جسمانی رابطے سے پرہیز کریں جس کے جسم پر غیر واضح دانے یا چھالے موجود ہوں۔
- اپنے ذاتی استعمال کی چیزیں جیسے کہ تولیہ، بستر، یا کپڑے بیمار شخص کے ساتھ شیئر نہ کریں۔
- صابن اور پانی سے بار بار ہاتھ دھوئیں یا الکوحل سے بنا ہوا ہینڈ رب استعمال کریں۔
- گھر میں اگر کسی کو ایم پاکس ہو جائے، تو انہیں چاہیئے کہ وہ مکمل صحت یاب ہونے تک علیحدہ کمرے میں رہیں اور الگ برتن استعمال کریں۔
- اگر آپ کو بخار کے ساتھ جسم پر دانے نکل آئیں تو فوراً ڈاکٹر سے رجوع کریں اور دیگر افراد کے ساتھ قریبی رابطے سے پرہیز کریں۔
- دانوں کو نہ چھوئیں اور نہ ہی کھرچیں۔ اس سے یہ آپ کے جسم کے دوسرے حصوں میں پھیل سکتے ہیں، دوسروں کو انفیکشن لگ سکتا ہے، اور جلد کے انفیکشن کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔
- اگر کسی کو غیر واضح دانے ہوں تو مشترکہ باتھ روم یا کمروں کی سطحوں کو ہر مرتبہ استعمال کے بعد جراثیم سے پاک کریں۔

اگر مجھے ایم پاکس ہو تو مجھے کیا کرنا چاہیئے؟

- فوری طور پر قریبی ہسپتال جائیں۔
- اگر کسی ایم پاکس یا غیر واضح دانوں والے شخص سے آپ کا رابطہ ہوا ہو تو ڈاکٹر کو بتائیں۔

- ایم پاکس کے پھیلاؤ کو محدود کرنے کے لیے اپنے دانوں کو گاز یا پٹی سے ڈھانپ کر رکھیں۔ جب دوسروں کے قریب جائیں تو ماسک پہنیں۔
- دانوں کے چھالوں کو نہ پھوڑیں اور نہ توڑیں۔ اس طرح جلدی صحت یابی نہیں ہوتی۔
- دانوں والی جگہوں پر اس وقت تک شیو نہ کریں جب تک کھرنڈ جھڑ نہ جائیں اور جلد کی نئی تہہ نہ بن جائے۔
- جب تک آپ کے تمام کھرنڈ جھڑ نہ جائیں اور نئی جلد نہ بن جائے تب تک گھر یا ہسپتال میں سب سے الگ تھلگ رہیں۔

اگر میں ہسپتال میں داخل ہو جاؤں تو کیا ہو گا؟

دوسرے مریضوں تک پھیلاؤ کو روکنے کے لئے آپ کو ایک علیحدہ کمرے میں رکھا جائے گا۔ آپ کی دیکھ بھال کے دوران صحت کے کارکن حفاظتی سامان جیسے کہ دستانے، گاؤن، اور ماسک پہنیں گے۔ آپ کے قریبی لوگوں کی نشاندہی اور نگرانی کی جائے گی۔

The Aga Khan University Hospital

(021) 111-911-911

https://hospitals.aku.edu/Pakistan

akuhpakistan | AKUHPakistan | @AKUHPakistan

A Unit of The Aga Khan University Hospital and Medical College Foundation; Licensed under Section 42 of the Companies Ordinance 1984;
Registered Office: Stadium Road, P.O. Box 3500, Karachi 74800, Pakistan.