

یرقان کی قسم "A"

یرقان کا سبب:-

یرقان سے مراد جگر کے خلیوں کا سوج جانا ہے۔ اس کی وجہ جراثیم، شراب، نشہ آور ادویات، کیمیکل اور موروثی امراض ہوسکتے ہیں۔ یرقان "A" یرقان کی ایک قسم ہے جس کی وجہ یرقان "A" کے جراثیم ہیں۔

ظاہری نمایاں علامات:-

یرقان "A" سے متاثرہ افراد میں کبھی ظاہری علامات نہیں بھی پائی جاتی ہیں۔ وہ افراد جن میں علامات پائی جاتی ہیں۔ انہیں بھوک میں کمی، تھکن، متلی، اُٹیاں، پیچش، بخار، پیٹ کے اوپر والے حصے میں تکلیف، نقصِ بصارت (آنکھوں کا سفید ہوجانا اور جلد کا پیلا پڑجانا)، پیشاب کا رنگ چائے جیسا ہوجانا کی شکایات ہوسکتی ہیں۔ بیماری چند ہفتوں تک رہتی ہے مگر اس سے صحت یاب ہونے میں کبھی کبھار مہینے لگ جاتے ہیں۔ زیادہ تر مریض مکمل صحت یاب ہوجاتے ہیں لیکن چند کیسوں میں جگر کو زیادہ نقصان ہوسکتا ہے۔ اس سے بچاؤ عموماً ساری زندگی ہوسکتا ہے۔ اور اس کا کوئی پُرانا مریض نہیں ہوتا ہے۔

بیماری کیسے لگتی ہے:-

یرقان "A" عموماً منہ یا پاخانے کی جگہ سے یا پھر براہ راست انسانی رابطے سے، گندے پانی یا خراب خوراک جیسے کہ گھونگھا مچھلی، منتقل ہوجاتا ہے۔

جراثیم کا پھیلنا:-

جراثیم عموماً چار ہفتوں تک جسم میں بیماری سے پہلے پروان چڑھتا ہے لیکن یہ مدت 15 سے لے کر پچاس دن تک ہوسکتی ہے۔

حکمت عملی:-

اس مرض کا علاج عموماً کامیابی سے ہوتا ہے اور اس کا مقصد مرض کے علامات دُور کرنا ہوتا ہے۔ دوسروں تک بیماری کو پھیلنے سے بچاؤ کیلئے مریض کو بروقت حفظانِ صحت کے اصولوں پر عمل کرنا چاہئے۔ بیماری کا حملہ ہونے کے دو ہفتوں بعد تک یا یرقان کے ظاہر ہونے کے بعد 7 دنوں تک، مریض کو دستانے اور حفاظتی لباس پہننا چاہئے خاص طور پر جب مریض آلودہ چیزوں کو ہاتھ لگا رہا ہو۔

احتیاطی تدابیر

یرقان "A" سے بچاؤ کے لئے آپ کو اچھی انفرادی، غذائی اور ماحولیاتی صفائی اختیار کرنی چاہئے۔

✧ جسم کی صفائی:-

- کھانا کھانے یا کھانے کی چیزوں کو ہاتھ لگانے سے پہلے اور ٹائلٹ کے استعمال یا ڈائپرز (Diapers) کے بدلنے کے بعد ہاتھوں کو مائع صابن اور پانی کے ساتھ اچھی طرح دھوئیں۔

✧ صاف خوراک

- اعتباری ذرائع سے تازہ خوراک خریدیں۔ غیر قانونی پھیری والوں کی اعانت نہ کریں۔
- ہمیشہ تازہ اور اُبلّا ہوا پانی استعمال کریں۔
- زیادہ نقصان دہ خوراک جیسا کہ گھونگھا مچھلی، بغیر پکی یا نیم پکی خوراک سے پرہیز کریں۔
- خوراک کو اچھی طرح دھو کر صاف کریں۔ گھونگھا مچھلی کو صاف پانی میں رگڑیں اور صاف کریں اور اُس کے پیٹ کے اعضاء اگر مناسب ہو تو نکال دیں۔
- خوراک کو اچھی طرح پکائیں۔ کھانے سے پہلے گھونگھا مچھلی کو پانی کے اُبلنے کے درجہ حرارت پر کم از کم پانچ منٹ تک پکائیں۔

✧ ماحولیاتی صفائی

- گھراور کچن کے برتنوں کو صاف رکھیں۔
- کوڑا کرکٹ کو مناسب طور پر ٹھکانے لگائیں۔

یرقان "A" کی ویکسین موجود ہے۔ یرقان "A" سے متاثرہ علاقے میں جانے والے مسافریا وہ اشخاص جن کو جگر کی پُرانی بیماری ہو انہیں احتیاطی تدبیر کے طور پر ٹیکہ لگوانا چاہئے۔

اُردو کا یہ حقیقت نامہ انگریزی سے ترجمہ کیا گیا ہے اس لیے اس کی ساری تشریحات انگریزی پر مبنی ہونی چاہئیں۔