میتھیسلن-مزاحم اسٹیفیلوکوکس اوریئس (MRSA) انفیکشن اور کمیونٹی ایسوسی ایٹڈ MRSA انفیکشن

مسبب عامل

اسٹیفیلوکوکس اوریئس (ایس۔ اوریئس) ایک جراثیم ہے جو عام طور پر صحت مند لوگوں کی جلد یا ناک کی جوف میں ہوتا ہے۔ صحت مند افراد انفیکشن کی علامات کے ساتھ یا علامات کے بغیر بیکٹیریا لیے موجود ہوتے ہیں۔ اس کے باوجود، بیکٹیریا بعض اوقات جلد، زخم، پیشاب کی نالی، پھیپھڑوں، خون کے بہاؤ اور فوڈ پوائزننگ جیسی بیماریوں کا سبب بن سکتے ہیں۔

زیادہ تر ایس اوریئس انفیکشن کا علاج اینٹی بائیوٹکس کے ذریعے موثر طور پر کیا جا سکتا ہے۔ تاہم، میتھیسلن-مزاحم ایس۔ اوریئس (MRSA) ایس۔ اوریئس کا ایک تناؤ ہے جو اینٹی بائیوٹکس بشمول میتھیسلن اور دیگر عام طور پر استعمال ہونے والی اینٹی بائیوٹکس جیسے آکساسیلن، پینسلین، اموکسیلن اور سیفالوسپورنز کے خلاف مزاحم ہے۔ اینٹی بائیوٹک کے غلط استعمال کو وسیع پیمانے پر اینٹی بائیوٹک مزاحمت میں معاون عنصر کے طور پر تسلیم کیا جاتا ہے۔

زیادہ تر MRSA انفیکشن ان لوگوں میں پائے جاتے ہیں جو ہسپتال میں داخل ہیں، رہائشی نگہداشتی گھروں میں رہتے ہیں یا صحت کی دیکھ بھال کی ترتیبات جیسے ڈائیلاسز مراکز میں علاج کروا چکے ہوتے ہیں۔

'کمیونٹی ایسوسی ایٹڈ MRSA (CA-MRSA)' انفیکشن کیا ہے؟

تاہم، انفیکشن کمیونٹی میں سکونت پذیر افراد میں بھی ہو سکتا ہے جو ہسپتال میں داخل نہیں ہوئے، رہائشی نگہداشتی گھروں میں رہے، یا علامات شروع ہونے سے ایک سال کے اندر میڈیکل پروسیجر حاصل کر چکے ہیں۔ یہ کمیونٹی ایسوسی ایٹڈ MRSA (CA-MRSA) انفیکشنز کے نام سے جانے جاتے ہیں۔

طبی خصوصیات

MRSA عام طور پر جلد اور نرم بافتوں کے انفیکشن کا سبب بنتا ہے جیسے کہ مہاسے، پھوڑے، پھنسی یا زخم کے انفیکشنز۔ متاثرہ جگہ سرخ، سوجن زدہ اور دردناک ہو سکتی ہے یا اس سے پیپ نکل سکتی ہے۔ بعض اوقات، زیادہ سنگین نتائج جیسے دورانِ خون میں انفیکشنز، پھیپھڑوں کے انفیکشنز یا نیکروٹائزنگ فاسائائٹس ہو سکتے ہیں۔

ترسیلی طریقہ

MRSA انفیکشنز کی منتقلی کا بنیادی طریقہ زخموں، خارج ہونے والے مادہ اور آلودہ ایریاز سے براہ راست ربط ہے۔ دیگر خطرے کے عوامل میں قریبی ربط، زخموں یا اندرونی کیتھیٹرز کی وجہ سے جلد کا ٹوٹ جانا، ذاتی ناقص حفظان صحت اور پُر ہجوم حالات میں رہنا شامل ہیں۔

انتظام

زخم کے انفیکشن کے شکار افراد کو صحت کی دیکھ بھال کرنے والے پیشہ ور فرد سے جلد مشورہ لینا چاہئے تاکہ انفیکشن کی صحیح تشخیص اور موثر طور پر علاج کیا جاسکے۔ پھوڑے یا پھنسی کو چیرا اور پیپ کے بتدریج اخراج کی ضرورت ہو سکتی ہے جبکہ اگر نشان دہی کی جائے تو اینٹی بائیوٹکس تجویز کیے جا سکتے ہیں۔

روک تھام

1. **عمدہ ذاتی حفظان صحت کو برقرار رکھیں**

- ہاتھوں کی صفائی کو کثرت سے انجام دیں، خاص طور پر منہ، ناک یا آنکھوں کو چھونے سے پہلے، عوامی تنصیبات جیسے ہینڈریل یا دروازے کی ناب کو چھونے کے بعد یا جب کھانسی یا چھینک کے بعد ہاتھ سانس کی رطوبت سے آلودہ ہوں۔
- مائع صابن اور پانی سے ہاتھ دھوئیں، اور کم از کم 20 سیکنڈز تک رگڑیں۔ پھر پانی سے دھولیں اور ڈسپوزایبل پیپر ٹاول یا ہینڈ ڈرائر سے خشک کر لیں۔ اگر ہاتھ دھونے کی سہولیات دستیاب نہ ہو، یا جب ہاتھ واضح طور پر گندے نہیں ہیں، تو 70 سے 80% الکوحل پر مبنی ہینڈ رب کے ساتھ ہاتھ کی صفائی ایک موثر متبادل ہے۔
- آلودہ چیزوں کو سنبھالتے وقت دستانے پہنیں، اور اس کے بعد ہاتھ کی صفائی کو اچھی طرح سے انجام دیں۔

- ذاتی اشیاء جیسے تولیے، کپڑے یا یونیفارمز، استرے یا نیل کلپرز کی شراکت سے گریز کریں۔

2. زخم کا مناسب انتظام

- زخموں یا زخموں سے خارج ہونے والے مواد سے آلودہ اشیاء کے ساتھ براہ راست ربط سے گریز کریں۔
- زخم کو فوری طور پر صاف کریں اور اسے ٹھیک ہونے تک واٹر پروف چپکنے والی ڈریسنگز سے ڈھانپے رکھیں۔
- زخموں کو چھونے سے پہلے اور بعد میں ہاتھ کی صفائی کریں۔
- اگر انفیکشن کی علامات ظاہر ہوں تو فوری طور پر ڈاکٹر سے رجوع کریں۔
- اگر آپ کا زخم کھلا ہو تو کھیلوں اور پبلک باتھ رومز میں جانے سے گریز کریں۔

3. اینٹی بائیوٹکس کا صحیح استعمال

- اپنے ڈاکٹر سے اینٹی بائیوٹکس کا مطالبہ نہ کریں۔
- اینٹی بائیوٹکس لیتے ہوئے اپنے ڈاکٹر کے مشورے پر عمل کریں۔
- اگر آپ بہتر محسوس کر رہے ہوں تو خود سے اینٹی بائیوٹکس لینا بند نہ کریں۔
- بچ جانے والی اینٹی بائیوٹکس نہ لیں۔
- اپنی اینٹی بائیوٹکس کی دیگر کے ساتھ شراکت نہ کریں۔
- اپنے آپ کو بچانے اور بیکٹیریا کے پھیلاؤ کو روکنے کے لیے جب آپ اینٹی بائیوٹکس لے رہے ہوں تو ذاتی حفظان صحت کو بہتر بنائیں:
  - ہاتھ کی صفائی کو کثرت سے انجام دیں۔
  - صرف عمدہ طور پر پکی ہوئی اور ابلی ہوئی چیزیں کھائیں یا پئیں۔
  - تمام زخموں کو جراثیم سے پاک کریں اور ڈھانپے رکھیں۔
  - اگر آپ کو کھانسی، چھینک، ناک بہنا اور گلے میں خراش جیسی تنفسی علامات ہوں تو سرجیکل ماسک پہنیں۔
  - انفیکشن کی علامات والے چھوٹے بچوں کو دیگر بچوں کے ساتھ کم از کم رابطہ رکھنا چاہیے۔

4. عمدہ ماحولیاتی حفظان صحت کو برقرار رکھیں

- ماحول کو صاف رکھیں؛ عوامی مقامات جیسے کھیلوں کے مراکز اور پبلک باتھ رومز میں مشترکہ اشیاء (مثلاً ایتھلیٹک آلات اور میٹس) کو باقاعدگی سے صاف کرنا چاہیے اور جراثیم سے پاک کیا جانا چاہیے۔
- MRSA خاندان کے افراد میں آلودہ گھریلو اشیاء کے ذریعے پھیل سکتا ہے۔ گھر کو صاف ستھرا اور گرد سے پاک رکھنا ضروری ہے۔ زیادہ چھوئی جانے والی سطحوں (مثلاً ٹوائلٹ سیٹ، باتھ روم، اور دروازے کی نابس)، بچوں کے کھلونے اور بستر کی چادروں کو باقاعدگی سے دھویا جائے، صاف کیا جائے اور جراثیم سے پاک کیا جائے (پتلی گھریلو بلیچ کے ساتھ)۔ بلیچ کے استعمال کے متعلق مزید معلومات کے لیے، براہ مہربانی درج ذیل ویب پیج پر جائیں: http://www.chp.gov.hk/files/pdf/the_use_of_bleach.pdf

صحت سے متعلق مزید معلومات کے لیے، براہ مہربانی سینٹر فار ہیلتھ پروٹیکشن کی ویب سائٹ ملاحظہ کریں www.chp.gov.hk

ترجمہ شدہ ورژن صرف حوالہ کے لیے ہے۔ ترجمہ شدہ ورژن اور انگریزی ورژن میں تضاد کی صورت میں، انگریزی ورژن غالب ہوگا۔

Translated version is for reference only. In case of discrepancies between translated version and English version, English version shall prevail.

اکتوبر 2024 میں نظر ثانی شدہ (Revised in October 2024)