

سبب بننے والا عنصر

- واریسیلا زوسٹر وائرس کے سبب پیدا ہونے والا ایک شدید انفیکشن
- بنیادی طور پر 12 سال سے کم عمر بچوں کو متاثر کرتا ہے
- چکن پاکس کے انفیکشن کے بعد تقریباً تمام افراد تاحیات قوت مدافعت کو فروغ دیتے ہیں
- وائرس جسم میں پوشیدہ رہ سکتا ہے اور کئی سالوں بعد ہرپس زوسٹر (شنگلز) کے طور پر دوبارہ رونما ہو سکتا ہے۔

طبی خصوصیات

- بخار اور خارش والی جلد پر خارش۔
- 5 دن کی مدت میں دانے فصلوں میں بنتے ہیں، پہلے جسم پر، پھر چہرے، بازوؤں اور ٹانگوں تک پھیل جاتے ہیں۔ جلد پر کھجلی دار دھبے/دورے جو پہلے چپٹے دھبوں کے طور پر اور بعد میں آبلوں/چھالوں کے طور پر نمودار ہوتے ہیں۔ چھالے 4 - 3 دن جاری رہتے ہیں، پھر خشک اور کھرنڈ بن جاتا ہے
- عام طور پر تقریباً 4 - 2 ہفتوں میں ٹھیک ہو جاتے ہیں
- افراد جنہوں نے چکن پاکس ویکسینیشن کرائی ہے، کو بھی چکن پاکس ہو سکتے ہیں ('دوبارہ پھوٹنے والا مرض' کے نام سے معروف ہے)۔ طبی اظہار عام طور پر ہلکا یا غیر عمومی ہوتا ہے۔ جلد پر کچھ معمولی زخم بھی ہو سکتے ہیں اور جلد چھپاکی بھی عام طور پر کچھ داغدار آبلوں یا بغیر چھالوں کے ہوتی ہے۔ غیر ویکسین شدہ افراد کی نسبت، مرض کی مدت عام طور پر کم ہوتی ہے

انتقال مرض کا طریقہ

- قطروں یا ہوا کے ذریعے پھیل سکتی ہے۔
- چکن پاکس یا ہرپس زوسٹر سے متاثرہ افراد کے چھالوں اور بلغمی جھلیوں سے خارج ہونے والے مادوں کے ساتھ بلاواسطہ یا بالواسطہ رابطے کے ذریعے بھی پھیل سکتا ہے

انکیوبیشن مدت

- 10 - 21 دن، عام طور پر 16 - 14 دن

متعدی مدت

- عام طور پر دورے رونما ہونے سے 2 - 1 پہلے اور تمام چھالوں کے خشک ہو جانے تک
- خاص طور پر سرخ دانوں کے پھوٹنے کے ابتدائی مرحلے میں انتہائی متعدی ہے

پیچیدگیاں

- چکن پاکس عام طور پر ایک ہلکی بیماری ہے اور عام طور پر خود کو محدود کرتی ہے۔
- زخم کا ثانوی بیکٹیریل انفیکشن ہو سکتا ہے
- کمزور مدافعتی نظام کے ساتھ یا جو حاملہ ہیں کو شدید پیچیدگیوں، جیسا کہ نمونیا اور ورم دماغ میں مبتلا ہونے کا زیادہ امکان ہے۔
- نوزائیدہ بچوں میں چکن پاکس پھیلنے کا نتیجہ شدید مرض کی صورت میں اور موت بھی واقع ہو سکتی ہے
- ابتدائی حمل میں انفیکشن کو جنین کے پیدائشی نقص کے ساتھ منسلک کیا جا سکتا ہے

- صورتحال کو سمجھنے کے لئے ڈاکٹر سے مشورہ کریں اور علامات سے نجات اور ادویات لینے کے لئے صحت کے پیشہ ورانہ ماہر کے مشورہ پر عمل کریں (جیسے بخار کم کرنے والی دوا اور خارش روکنے والی لوشن)
- اگر بخار ہو، تو پانی کی کافی مقدار پئیں اور کافی آرام کریں
- چھالوں کے کھرچنے کو روکنے کے لئے نیند کے دوران صاف کاتن کے دستانے پہنیں جو انفیکشن اور داغ کا سبب بن سکتا ہے۔
- حاملہ خواتین اور کمزور مدافعتی نظام کے حامل افراد کے ساتھ رابطے سے اجتناب کریں
- بیمار بچوں کو گھر پر رہنا چاہئے اور اسکول/کنڈرگارٹنز/کنڈرگارٹنز مع بچے کی دیکھ بھال مرکز/بچوں کی دیکھ بھال کے مراکز سے الگ کر دینا چاہئے، جب تک تمام آبلے خشک نہیں ہو جاتے ہیں، عام طور پر دوروں کے رونما ہونے کے بعد تقریباً ایک ہفتے تک، تاکہ مرض کو دوسرے میں پھیلنے سے روکا جاسکے۔
- والدین کو بچے کی حالت کی بغور نگرانی کرنا چاہئے۔ اگر بچے کو مسلسل بخار رہتا ہے، کھانے یا پینے سے انکار کرتا ہے، قے آتی ہے یا غنودگی دکھائی دیتی ہے، تو فوری طبی امداد طلب کرنی چاہئے
- والدین کو گھر میں دوسرے بچوں میں بھی چکن پاکس کی نشانیوں اور علامات کی بغور نگرانی کرنی چاہئے۔

روک تھام

- 1 اچھی ذاتی حفظان صحت کو برقرار رکھنا
 - ہاتھ کی صفائی کو کثرت سے انجام دیں، خاص طور پر منہ، ناک یا آنکھوں کو چھونے سے پہلے؛ جانوروں یا ان کے ماحول سے رابطے کے بعد یا عوامی تنصیبات کو چھونے کے بعد جیسے ہینڈریل یا دروازے کے ہینڈل؛ یا جب کھانسنے یا چھینکنے کے بعد ہاتھ سانس کی رطوبت سے آلودہ ہوں۔ مائع صابن اور پانی سے ہاتھ دھوئیں، اور کم از کم 20 سیکنڈ تک رگڑیں۔ پھر پانی سے دھولیں اور ڈسپوز ایبل پیپر تولیہ یا ہینڈ ڈرائر سے خشک کریں۔ اگر ہاتھ دھونے کی سہولیات دستیاب نہیں ہیں، یا جب ہاتھ صاف طور پر گندے نہیں ہیں، تو 70 سے 80% الکحل پر مبنی ہینڈ روب کے ساتھ ہاتھوں کی صفائی ایک مؤثر متبادل ہے۔
 - سانس کی علامات ہونے پر، سرجیکل ماسک پہنیں، کام سے گریز کریں یا اسکول میں کلاس میں جانے سے گریز کریں، بھیڑ والی جگہوں پر جانے سے بچیں اور فوری طور پر طبی مشورہ لیں۔
- 2 اچھی ماحولیاتی حفظان صحت کو برقرار رکھنا
 - بار بار چھونے والی سطحوں جیسے فرنیچر، کھلونے اور عام طور پر مشترکہ اشیاء کو 1:99 پتلی گھریلو بلیچ کے ساتھ باقاعدگی سے صاف اور جراثیم سے پاک کریں (5.25% بلیچ کا 1 حصہ پانی کے 99 حصوں میں ملا کر)، 15 سے 30 منٹ تک چھوڑ دیں، اور پھر پانی سے دھو لیں اور خشک رکھیں۔ دھاتی سطح کے لیے 70% الکحل سے جراثیم کش کریں۔
 - سانس کی رطوبتوں جیسے واضح آلودگیوں کو صاف کرنے کے لیے جاذب ڈسپوز ایبل تولیے کا استعمال کریں، اور پھر سطح اور آس پاس کے علاقوں کو 1:49 پتلی گھریلو بلیچ کے ساتھ جراثیم سے پاک کریں (5.25% بلیچ کا 1 حصہ پانی کے 49 حصوں میں ملا کر)، 15-30 منٹ کے لیے چھوڑ دیں اور پھر پانی سے دھو لیں اور خشک رکھیں۔ دھاتی سطحوں کے لیے، 70% الکحل سے جراثیم کشی کریں۔
 - اچھی اندرونی وینٹیلائشن کو برقرار رکھیں۔ بجوم یا خراب ہوادار عوامی مقامات پر جانے سے گریز کریں؛ زیادہ خطرہ والے افراد ایسی جگہوں پر سرجیکل ماسک پہننے پر غور کر سکتے ہیں۔
3. امیونائزیشن
 - چکن پاکس کی ویکسین کے ساتھ حفاظتی ٹیکے اس بیماری سے بچاؤ کے لیے کارآمد ہیں۔ تقریباً 90% افراد جو ویکسین لیں گے مدافعت حاصل کریں گے
 - ہانگ کانگ چائلڈ امیونائزیشن پروگرام کے تحت، بچے چکن پاکس ویکسینیشن کی دو خوراکیوں کا کورس وصول پاتے ہیں (براہ مہربانی ہانگ کانگ چائلڈ امیونائزیشن پروگرام سے رجوع کریں)۔ والدین تفصیلات کے لیے خاندانی معالجین یا صحت مراکز برائے زچہ و بچہ سے مشاورت کر سکتے ہیں۔

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

دسمبر 2025 میں نظر ثانی کی گئی۔ (Revised in December 2025)