NEW YORK CITY DEPARTMENT OF HEALTH AND MENTAL HYGIENE

Thomas R. Frieden, MD, MPH
Commissioner

مکرمی والدین،

ذیل کا دستاویز حال ہی میں کوئنز کے ایک غیرپبلک اسکول میں ہونے والے تصدیق شدہ سوائین فلو کی خبروں کے بارے میں آپکے کسی بھی قسم کے سوالات کے جواب دینے کے لیے فراہم کیا جارہا ہے- ہم اس صورتِ حال کے بارے میں رہنمائی کے لیے محکمۂ صحت اور دماغی صحت کے ساتھ ملکر آج کام کررہے ہیں- اس صورتِ حال سے چوکنا لیکن پُرسکون رہنا بھی بہت اہم ہے- اگر آپکو مزید معلومات کی ضرورت ہو تو براہِ مہربانی 311 کو یا اپنے خاندانی ڈاکٹر کو فون کریں-

سوائن انفلوئنزا: والدین کے لیے معلومات

سوائن انفلوئنزا کیا ہے؟

سوائن انفلوئنزا ایک تنفس کی انفیکشن ہے جو انفلوئنزا وائرس سے ہوتی ہے جو عام طور پر سؤر میں بیماری پھیلاتا ہے- میکسیکو میں سوائن انفلوئنزا کی وجہ سے بہت شدید بیماریوں اور اموات کی خبریں ملی ہیں، لیکن حال ہی میں ریاستہائے متحدہ میں تصدیق شدہ کیسز کم شدید ہیں-

سوائن انفلوئنزا کی کیا علامات ہیں؟

سوائن انفلوئنزا کی علامات عام انسانی فلو جیسی ہیں اور اس میں بخار، کھانسی، گلے میں سوزش، جسم میں درد، سستی، سر میں درد، سردی لگنا اور تھکن شامل ہیں- کچھ لوگوں نے سوائن فلو کے ساتھ دست اور قے کی بھی اطلاع دی ہے-

کیا میرے بچے کے لیے اسکول آنا محفوظ ہے ؟

ابھی تک صرف ایک اسکول، کوئنز میں سینٹ فرانسس پریپریٹوری کو بند کیا ہے- کسی اور کو اپنے صحت مند بچوں کو گھر رکھنے کی ضرورت نہیں ہے- اگر کسی بچے کو بخار ہے یا کوئی سانس کی بیماری ہے تو ان کو گھر پر رکھنا چاہیے جب تک وہ تندرست نہ ہو جائیں-

اگر کوئی طالب علم بیمار ہو تو کیا ہوگا؟

طالب علم کی نرس کے ذریعے تشخیص کی جائے گی- اگر نرس کا خیال ہو کہ طالب علم کو انفلوئنزا ہوسکتا ہے تو اس بچے کو دوسرے طلبا سے علحیدہ کردیا جائے گا اور اسے گھر بھیج دیا جائے گا- طالب علم کو اسکول بس میں نہیں جانا چاہیے- وہ طالب علم جنکو فلو کی علامات ہوں انھیں اسکول علامات ختم ہوجانے کے بعد ایک یا دو دن سے پہلے اسکول نہیں آنا چاہیے-

اگر اسکول کے کسی ملازم کو فلو کی علامات ہوں تو کیا ہوگا؟

وہ شخص گھر چلا جائے گا اور علامات ختم ہوجانے کے بعد ایک یا دو دن سے پہلے اسکول نہیں آئے گا۔

اگر کوئی بچہ یا عملہ کا ممبر بیمار ہوجائے تو صفائی کے لیے کیا اقدامات کیے جائیں گے؟

سخت سطوح جو بیمار بچے کی وجہ سے آلودہ ہوگئی ہیں انہیں جراثیم کش سے صاف کیا جائے گا۔

کیا سوائن انفلوئنزا قابلِ علاج ہے؟

جی ہاں۔ وائرس کے علاج کی دوائیں زیادہ کارگر ہوتی ہیں اگر انکو بیمار ہونے کے فوراً بعد شروع کردیا جائے (علامات ظاہر ہونے کے 2 دن کے اندر)۔ ان لوگوں کے لیے خاص طور پر علاج کیا جانا بہت اہم ہے جو بہت زیادہ بیمار ہیں اور وہ جنکو اور کوئی بیماری بھی ہے (جیسے ذیابیطس، دل یا پھیپڑوں کی بیماری)۔

سوائن انفلوئنزا کس طرح پھیلتا ہے؟

سوائین فلو وائرس براہِ راست سؤر سے انسانوں میں آسکتا ہے اور انسانوں سے سؤر میں۔ انسان سے انسان کو منتقلی بھی ممکن ہے، اور اس وبا کے سلسلے میں ایسا ہی معلوم ہوتا ہے۔ اس کا پھیلنا عموماً کھانسی یا چھینکنے سے ہوتا ہے۔ لوگ کسی ایسی چیز کو چھونے سے جس پر فلو وائرس ہو اور پھر اپنے منہ یا ناک کو چھونے سے جراثیم سے متاثر ہوسکتے ہیں۔

میں اپنے آپ کو سوائین انفلوئنزا سے کس طرح بچا سکتا ہوں؟

ذیل میں سوائین انفلوئنزا ہونے اور پھیلنے سے بچنے کے بہترین طریقے ہیں:

- تمام افراد کی کھانستے یا چھینکتے وقت اپنا منہ اور ناک کو ڈھانپنے کی حوصلہ افزائی کریں۔
- اپنے ہاتھوں کو اکثر صابن اور پانی سے دھوئیں، خاص طور پر جب آپ کھانسیں یا چھینکیں۔ الکحل پر مبنی ہاتھ صاف کرنے کی اشیا بھی مؤثر ہیں۔
- بیمار افراد سے قریبی رابطہ سے گریز کریں۔
- اگر آپ بیمار ہوجائیں، تو دوسروں کو بیماری لگنے سے بچانے کے لیے ان سے رابطہ محدود رکھیں۔

یہ وہی بچاؤ کی تراکیب ہیں جو موسمی فلو اور دوسرے تنفس کی بیماریوں کے لیے ہیں۔

26 اپریل، 2009