UK Health Security Agency

عزیز والد/والدہ(والدین) / نگہدار(ان)،

بابت: لال بخار میں اضافہ

ہم آپ کو یوکے ہیلتھ سیکیورٹی ایجنسی (UKHSA) کو موصول ہونے والی لال بخار سے متعلق اطلاعات میں، متوقع موسمی سطحوں سے اوپر، حالیہ اضافہ کے بارے میں بتانے کے لیے لکھ رہے ہیں۔

ہم آپ کو اس موقع سے اس کی نشانیوں، علامات اور اس تعلق سے کی جانے والی کارروائیوں کے بارے میں یاد دلانا چاہیں گے اگر آپ کو لگتا ہے کہ آپ یا آپ کے بچہ کو لال بخار ہو سکتا ہے۔

لال بخار کی نشانیاں اور علامات

چوں کہ معاملات کی تعداد بڑھ رہی ہے، اس لیے والدین کو چاہیے کہ لال بخار کی علامات پر نظر رکھیں تاکہ موزوں اور بر وقت علاج فراہم کیا جا سکے۔

لال بخار عام طور پر ایک ہلکا مرض ہوتا ہے جو اینٹی بایوٹکس کے ایک کورس کے بعد جلد ہی ٹھیک ہو جاتا ہے۔ یہ عام طور پر گلے میں تکلیف، سر درد، بخار، متلی اور قے کے ساتھ شروع ہوتا ہے، جس کے بعد چکتے پڑتے ہیں جو چھونے پر سینڈپیپر جیسے محسوس ہوتے ہیں۔

چکتے عام طور پر 12 تا 48 گھنٹوں کے بعد، مثالی طور پر پہلے سینہ اور پیٹ پر ظاہر ہوتے ہیں، پھر تیزی سے جسم کے دیگر حصوں کی طرف بڑھتے ہیں۔

سفید جلد پر چکتے گلابی یا سرخ نظر آتے ہیں۔ بھوری اور سیاہ جلد پر رنگت میں تبدیلی دیکھ پانا مشکل ہو سکتا ہے، لیکن آپ چکتوں کی سینڈپیپر جیسی بناوٹ ابھی بھی محسوس کر سکتے ہیں اور ابھرے ہوئے گومڑ دیکھ سکتے ہیں۔ مریضوں کے رخسار مثالی طور پر سرخ ہوتے ہیں اور منہ کے گرد زرد ہو سکتے ہیں۔ اس کے ساتھ ساتھ زبان گہرے سرخ رنگ کی 'اسٹرابیری' جیسی ہو سکتی ہے۔

اس اضافہ کے باوجود جو ہم لال بخار اور گروپ اے کے دیگر اسٹریپ انفیکشنز میں دیکھ رہے ہیں، مزید سنگین انفیکشن کی وجہ بننے والے جراثیم کا خطرہ بہت کم ہوتا ہے۔ لیکن ایک والد/والدہ کی حیثیت سے، اگر آپ محسوس کرتے/کرتی ہیں کہ آپ کا بچہ سنگین طور پر بیمار نظر آتا ہے تو آپ کو اپنے فیصلہ پر بھروسہ کرنا چاہیے۔ اگر آپ کو لگتا ہے کہ آپ یا آپ کے بچہ کو لال بخار ہو سکتا ہے تو:

- **جتنی جلدی ممکن ہو اپنے جنرل پریکٹشنر (GP) یا NHS 111 سے رابطہ کریں، کیوں کہ مزید سنگین انفیکشن کے خطرے کو کم کرنے کے لیے اینٹی بایوٹکس سے شروع ہی میں لال بخار کا علاج کرنا اہم ہے۔**
- یقینی بنائیں کہ آپ یا آپ کا بچہ تجویز کردہ کسی بھی اینٹی بائیوٹک کا مکمل کورس لیں۔ اگرچہ آپ یا آپ کا بچہ اینٹی بائیوٹک کا کورس شروع کرنے کے بعد جلد ہی بہتر محسوس کرنے لگیں گے، تاہم یہ یقینی بنانے کے لیے آپ کو کورس مکمل کرنا چاہیے کہ آپ کے صحت یاب ہو جانے کے بعد آپ کے گلے میں بیکٹیریا موجود نہ ہوں

- اینٹی بائیوٹک کا علاج شروع کرنے کے بعد، انفیکشن کو پھیلنے سے بچانے کے لیے، کم سے کم 24 گھنٹے تک نرسری، اسکول یا مقام کار سے دور، گھر پر رہیں

آپ بار بار ہاتھ دھونے اور کھانے کے برتن، کپڑے، بستر اور تولیے نہ شیئر کرنے کے ذریعہ انفیکشن کو پھیلنے سے روکنے میں مدد دے سکتے ہیں۔ تمام آلودہ ٹیشوز فوری طور پر ٹھکانے لگا دئے جانے چاہئیں۔

انویزیو گروپ اے اسٹریپ (iGAS)

بالکل وہی بیکٹیریا جو لال بخار کا باعث بنتے ہیں دیگر قسم کے انفیکشن جیسے جلدی انفیکشن (امپیٹیگو) اور گلے کی خراش کا بھی باعث بن سکتے ہیں۔ بہت شاذ معاملات میں، بیکٹیریا دوران خون میں داخل ہو سکتے ہیں اور ایک بیماری کا باعث بن سکتے ہیں جسے انویزیو گروپ اے اسٹریپ (iGAS) کہا جاتا ہے۔ اگرچہ ابھی بہت کم پایا جاتا ہے، تاہم اس سال iGAS کے معاملات میں اضافہ ہوا ہے، خاص طور پر 10 سال سے کم عمر کے بچوں میں۔ لال بخار والے بچوں میں iGAS انفیکشن کا ہونا بہت شاذ ہی پایا جاتا ہے۔

ایک والد/والدہ کی حیثیت سے، آپ کو خود اپنے فیصلہ پر بھروسہ کرنا چاہیے۔

NHS 111 یا اپنے GP سے رابطہ کریں اگر:

- آپ کے بچہ کی حالت مزید خراب ہو رہی ہے
- آپ کا بچہ معمول سے بہت کم دودھ پی رہا یا کھانا کھا رہا ہے
- آپ کا بچہ 12 گھنٹے یا اس سے زیادہ دیر تک پیشاب نہیں کرتا ہے یا اس میں پانی کی کمی کی دیگر علامات نظر آتی ہیں
- آپ کا بچہ 3 مہینے سے کم عمر کا ہے اور اس کا درجۂ حرارت 38C ہے، یا وہ 3 مہینے سے زیادہ عمر کا ہے اور اس کا درجۂ حرارت 39C یا اس سے زیادہ ہے
- آپ کا بچہ اس وقت معمول سے زیادہ گرم محسوس ہوتا ہے جب آپ اس کی پیٹھ یا سینہ کو چھوتے ہیں، یا محسوس ہوتا ہے کہ اسے پسینہ ہو رہا ہے
- آپ کا بچہ بہت تھکا ہوا یا چڑچڑا ہو رہا ہے

999 پر کال کریں یا حادثہ و ایمرجنسی (A&E) میں جائیں اگر:

- آپ کے بچہ کو سانس لینے میں دشواری ہو رہی ہے – آپ کو خرخراہٹ کی آوازیں محسوس ہو سکتی ہیں یا اس کا پیٹ اس کی پسلیوں کے نیچے دھنسا ہوا لگ سکتا ہے
- اس وقت وقفے پائے جاتے ہیں جب آپ کا بچہ سانس لیتا ہے
- آپ کے بچہ کی جلد، زبان یا ہونٹ نیلے ہیں
- آپ کا بچہ ڈھیلا ڈھالا ہے اور جاگتا نہیں ہے یا جاگتا ہی رہتا ہے

پھیلنے سے روکیں

لال بخار کے زیادہ واقعات کی مدت کے دوران، اسکولوں، نرسریوں اور طفل نگہداشت کے دیگر اداروں میں بیماری کے پھیلنے میں بھی اضافہ ہوسکتا ہے۔ ان بچوں اور بڑوں کو جن میں لال بخار کا شبہ پایا جاتا ہو موزوں اینٹی بائیوٹک علاج کے آغاز کے بعد **24 گھنٹے** تک نرسری / اسکول / مقام کار سے دور رہنا چاہیے۔ حفظان صحت سے متعلق اچھا عمل جیسے ہاتھ دھونا انفیکشن کے پھیلنے کو روکنے اور اس پر قابو پانے کے لیے سب سے اہم قدم ہے۔

آپ کے وقت کے لیے آپ کا شکریہ

وسائل

NHS – لال بخار

لال بخار: علامات، تشخیص اور علاج

بچوں اور کمسن لوگوں کے اداروں، بشمول تعلیم، میں صحت سے متعلق تحفظ

اسکولوں کے لیے ہاتھ سے متعلق حفظان صحت کے وسائل