Children Health & Education Foundation

یہ کتابچہ مریضوں کی رہنمائی کے لئے ماہرین کے مشوروں اور جدید معلومات سے ترتیب دیا گیا ہے۔

A Public Service Message by ATCO

عام مرض کو موذی مرض میں تبدیل ہونے سے بچانے میں ہماری مدد کیجیے

ھیپا ٹائیٹس کیا ہے؟

ہمارے ملک میں پائی جانے والی جگر کی ایک عام بیماری ہے اس کی کئی اقسام ہیں جن میں ھیپا ٹائیٹس E.D.C.B.A. وغیرہ شامل ہیں۔ ان اقسام میں ھیپا ٹائیٹس (بی) اور (سی) زیادہ مہلک ہیں

علامات:

عام طور ھیپا ٹائیٹس (سی) کی علامات ظاہر نہیں ہوتی ہیں اس لئے اس کو چھپا دشمن کہا جاتا ہے اگر علامات ظاہر ہوں تو وہ یہ ہونگی۔

- طبیعت کا نڈھال رہنا۔
- بھوک کا نہ لگنا۔
- قے یا متلی کی کیفیت۔
- عضلات یا جوڑوں میں درد
- پیٹ میں جلن۔
- وزن کا ہلکا ہونا۔
- خون کی قے ہونا۔
- بے ہوشی طاری ہونا۔
- سانس سے بو آنا۔
- چہرے کا رنگ پیلا ہونا
- پاؤں اور تمام جسم میں سوجن۔
- نیند میں خلل۔
- پیٹ میں پانی بھر جانا اور پھول جانا۔
- ہاتھوں پر کپکپی طاری ہونا۔
- ہتھیلی کا گرم ہونا، سرخ ہونا اور پسینے میں شرابور ہونا۔

یہ سب علامات تمام مریضوں میں ظاہر نہیں ہوتیں۔ بین الاقوامی اعداد و شمار (WHO) کے مطابق اگر 100 لوگوں میں ھیپا ٹائیٹس سی وائرس موجود ہو تو تقریباً 30-20 سال بعد صرف 30 لوگ جگر کے سکڑنے (Liver Cirrhosis) کا شکار ہوتے ہیں۔

اگر ان میں سے کوئی علامات ظاہر ہو یا جن باتوں سیھپا ٹائیٹس (سی) پھیلتا ہے آپ کا واسطہ پڑا ہو تو فوراً اپنے ڈاکٹر سے رجوع کریں۔

ان باتوں سے ھیپا ٹائیٹس (سی) نہیں پھیلتا ہے؟

- بچوں کو دودھ پلانے سے۔
- کھانے اور پانی سے (ایک برتن میں)۔
- بوس و کنار سے۔
- چھیکنے سے اور کھانسنے سے۔

ان باتوں سے ھیپا ٹائیٹس (سی) پھیلتا ہے؟

- انتقال خون سے۔
- انجکشن کی سوئی سے لگے زخموں سے
- پرانے انجکشن کے استعمال سے
- جنسی بے راہ روی سے
- جسم پر نقش و نگار بنوانے سے۔
- ایک دوسرے کے ٹوتھ برش اور ریزر استعمال کرنے سے۔
- حجام کی دوکان پر استعمال شدہ بلیڈ کے استعمال سے ۔

ھیپا ٹائیٹس (سی) قابل علاج ہے؟

ہمارے ملک میں عام طور پر "Hepatitis (C)" وائرس کی 2 اور 3 نمبر کی اقسام زیادہ پائی جاتی ہیں اور ان اقسام کیلئے (Leveron + Virex) استعمال کرنے سے 80 فیصد تک کامیابی حاصل ہوتی ہے۔ اور اس علاج کا دورانیہ عام طور پر 6 ماہ ہے۔ ہاں اگر "Hepatitis (C)" وائرس کی 1 نمبر قسم موجود ہو تو علاج کا دورانیہ ایک سال تک ہو سکتا ہے۔

کینسر کیا ہے؟ WHAT IS CANCER

کینسر بیماری کا ایسا عمل ہے جو جسم کے کسی بھی حصّے کو متاثر کر سکتا ہے اور اسکی دو سو سے زائد مختلف اقسام ہیں۔ کینسر میں جسم کے کسی بھی عضو کے خلیے بے ترتیبی سے تقسیم ہونے لگتے ہیں۔ خلیوں کی تقسیم کا یہ عمل جسمانی نظام کے تابع نہیں ہوتا۔ ابتداء میں کینسر اس عضوء میں ہی محدود رہتا ہے بعد میں دوسرے قریبی اعضاء اور آخری مراحل میں جسم کے تمام اعضاء میں پھیل جاتا ہے۔ کینسر مرد و خواتین دونوں میں عمر کے کسی بھی حصّے میں ہو سکتا ہے اور جسم کے کسی بھی عضوء یا حصّے کو متاثر کر سکتا ہے۔ خواتین میں کینسر کی عام اقسام میں چھاتی اور مردوں میں پراسٹیٹ، پھیپھڑوں، انتڑیوں، معدے، منہ اور خون کے خلیوں کا کینسر شامل ہے۔

کینسر کی علامات

جسم کے کسی بھی حصّے میں گٹھلی، جسم میں مندمل نہ ہونے والا کوئی زخم / السر،
مسلسل کھانسی یا کھانسی میں خون آنا یا آواز کا بیٹھ جانا، مسلسل بدہضمی کی شکایت،
نگلنے میں مشکل یا قے آنا، قضائے حاجت کی عادت میں تبدیلی، پیشاب یا پاخانے میں خون آنا،
اندام نہانی سے خون کا غیر متوقع اخراج ہونا، بغیر کسی وجہ کے وزن میں کمی ہونا،
بغیر کسی وجہ کے بھوک کم ہو جانا، جلد پر کسی تل میں تبدیلی آنا

پروسٹیٹ کینسر: ابتدائی مراحل میں کام یاب علاج ممکن ہے

علاج کی تین ممکنہ صورتوں میں سے ایک کا تعین معالج، مریض اور اہل خانہ کی مشاورت سے ہو سکتا ہے۔ بڑھتی عمر کے ساتھ پروسٹیٹ گلینڈ کی جسامت بھی بڑھ جاتی ہے۔ یہ مردوں کی اموات کا اہم سبب ہے۔ جتنے زیادہ قریبی رشتہ دار اس مرض میں مبتلا ہوں مرض کے خطرے میں اتنا ہی اضافہ ہو جاتا ہے۔ پی ایس اے اسکریننگ، تشخیص کے لئے واحد بہترین ٹیسٹ ہے۔

جس وقت علامات سامنے آتی ہیں، مرض ممکنہ طور پر پروسٹیٹ سے باہر پھیل چکا ہوتا ہے۔ عام طور پر علامات ان صورتوں میں ظاہر ہوتی ہیں: پیشاب کی زیادتی (خاص طور پر رات میں) پیشاب رُک جانا۔ پیشاب شروع کرنے یا روکنے میں پریشانی۔ پیشاب کا رُک رُک کر یا تھوڑا تھوڑا آنا۔ پیشاب میں جلن یا درد۔ پیشاب میں خون یا مادہ منویہ کا آنا۔ پشت کے نیچے، کولھوں اور اوپری رانوں میں اکثر درد رہنا۔ یہ ممکنہ طور پر کینسر کی علامات ہو سکتی ہیں، تاہم اکثر یہ ایک نہایت عام اور بے ضرر بیماری کی علامات ہوتی ہیں، جس میں محض پروسٹیٹ کے خلیوں کی تعداد میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ یہ بیماری کینسر نہیں ہوتی۔ تاہم، اس کی متعدد علامات پروسٹیٹ کینسر جیسی ہوتی ہیں۔ اگرچہ یہ کیفیت زندگی کے لیے خطرناک نہیں ہوتی۔ تاہم، علامات کو ختم کرنے لیے سرجری یا ادویہ کے ذریعے اس علاج کی ضرورت ہوتی ہے۔ پروسٹیٹ کی سوزش یا انفیکشن (Prostatitis) میں پروسٹیٹ کینسر جیسی متعدد علامات پیدا ہوتی ہیں۔ اس صورت میں درست کیفیت کی باقاعدہ تشخیص کے لیے پیشاب کے ماہر ڈاکٹر سے رجوع کرنا بہت ضروری ہے۔ مریضوں میں شدید مرض کی علامات میں وزن کی کمی، سستی، مثانے سے اخراج میں رکاوٹ اور ہڈیوں کا درد شامل ہے۔

چھاتی کا سرطان جدید تشخیص

ابتدائی تحقیق سے معلوم ہوا کہ خون کے نمونے استعمال کر کے نہ صرف چھاتی بلکہ بعض دوسرے سرطانوں کا بھی زیادہ حسّاس طور پر پتہ لگایا جا سکتا ہے اور یہ طریقہ دیگر طریقوں کی نسبت جدید محفوظ اور کم خرچ بھی ہے۔ اس ٹیسٹ سے (معمولی) رسولیوں کا فرق معلوم کیا جا سکتا ہے اور سرطان کے علاج کو مانیٹر بھی کیا جا سکتا ہے۔ چھاتی کی سرطان کی سکریننگ کے لیے میموگرافی بھی استعمال کی جاتی ہے۔ اسکے علاوہ سی ٹی اسکین کے ذریعے اس بیماری کے مرحلے کا پتہ لگایا جا سکتا ہے۔

بروقت تشخیص شرح اموات میں کمی کی ضمانت ہے، ابتدائی مرحلے میں نہ صرف آپریشن محدود ہوتا ہے بلکہ یہ دوسرے حصوں تک پھیل بھی نہیں پاتا، علاج میں تاخیر سخت خطرناک ہے، خواتین کو محض شرم وحجاب اور معاشرتی اقدار کے سبب طبّی معائنے سے گریز نہیں کرنا چاہیے، خواتین کو چھاتی کے امراض سے عموماً سابقہ پڑتا رہتا ہے۔ ان میں چھاتی میں گانٹھ یا گلٹی کا بن جانا، چھاتی میں درد اور مواد کا اخراج وغیرہ شامل ہیں۔

زیادہ تر گانٹھ اتنی خطرناک نہیں ہوتیں، مگر ان میں سے کچھ کینسر (سرطان) کی وجہ سے بھی ہو سکتی ہیں۔ عام مشاہدے میں آیا ہے کہ چھاتی کی گانٹھ **27** فیصد کینسر کی وجہ سے ہوتی ہے جبکہ بقیہ **73** فیصد امراض مثلاً (Fibroadenoma Cysts) وغیرہ کی وجہ سے ہوتی ہیں۔ مریض کی جان کے لئے خطرہ نہیں ہوتے چھاتی کا سرطان خواتین میں کینسر کی تمام اموات میں سرفہرست ہے۔ خواتین کے کینسر میں 21 فیصد سرطان چھاتی کے ہوتے ہیں۔

ذیابطیس کا مرض خاموش قاتل ہے
جبکہ ذرا سی توجہّ سے زندگی سہل ہو سکتی ہے

پاکستان میں تقریباً 9 ملین افراد ذیابطیس کے مریض ہیں۔ ذیابطیس کا شمار ان چند امراض میں ہوتا ہے، جو ذرا سی غفلت سے انتہائی مہلک ثابت ہو سکتی ہیں۔ لیکن خاطر خواہ توجہ سے انسان اس بیماری کے ساتھ لمبی اور آسان زندگی بسر کر سکتا ہے۔ یوں تو سب ہی بیماریوں کا تعلق خوراک سے ہوتا ہے۔ یعنی غیر موزوں اور غیر متوازن غذا ہی بیشتر بیماریوں کا سبب بنتی ہے۔ لیکن موزوں اور متوازن خوراک صحیح وقت پر لی جائے تو امراض کی شدت میں کمی واقع ہو سکتی ہے اور بیماری کی صورت میں خوراک پر توجہ نہ دی جائے تو اچھی سے اچھی دوا بھی اثر نہیں کرتی۔ غرض یہ کہ غذا اور ذیابطیس کا بہت گہرا رشتہ ہے، جو حالیہ تحقیق کے بعد مزید مضبوط دکھائی دے رہا ہے۔ اس ضمن میں ڈاکٹروں اور مریضوں کا تجربہ ہے کہ غذا میں مناسب تبدیلی، اوقات کی پابندی اور ورزش میں باقاعدگی سے اس بیماری پر قابو پایا جا سکتا ہے۔ ذیابطیس کا ذکر کچھ اس طرح کیا کہ اس بیماری میں وزن گھٹ جاتا ہے اور پیشاب بہت زیادہ آنے لگتا ہے اور ذیابطیس میں پیشاب کے ساتھ شکر بھی آنے لگتی ہے۔

ذیابطیس کا حملہ انسانوں پر اس وقت ہوتا ہے جب پیٹ کے بالکل نیچے چپل جیسی شکل کا عضو لبلبہ (Pancrease) اپنی ذمہّ داری کو بخوبی پورا نہیں کر پاتا۔ یعنی لبلبے میں موجود بیٹا سیل (B-Cell) انسولین بنانا بند کر دیتے ہیں۔ انسولین کا کام خون میں موجود گلوکوز کو مختلف خلیات میں پہنچانا ہوتا ہے، لہٰذا اس کی کمی سے خون میں گلوکوز کی زیادتی ہو جاتی ہے۔ اس لئے مریضوں کو باقاعدگی سے معائنہ کرانا چاہیے، اس مرض پر فوری توجہ کی ضرورت ہے۔ ڈاکٹروں کا کہنا ہے کہ اس مرض میں پاؤں کا السر عام بیماری ہے جسکی وجہ سے متاثرہ افراد کے پاؤں کاٹنے پڑ جاتے ہیں جبکہ عدم توجہ کے باعث آنکھوں کے پردے (ریٹینا) شدید متاثر ہوتے ہیں اور دل اور گردوں کے امراض بھی جنم لینا شروع کر دیتے ہیں۔ انہوں نے بتایا کہ اس مرض کی پیچیدگیاں خاموشی سے بڑھتی رہتی ہیں

لہٰذا ایسے افراد اپنے مرض سے بے خبر رہتے ہیں اس لئے بھی ماہرین نے اس مرض کو خاموش قاتل قرار دیا ہے۔ ذیابطیس کے لائف اسٹائل کو تبدیل کرنے اور روزمرہ معمولات میں ورزش، متناسب غذا ہی اسکا بہترین علاج ہے۔

بلندِ فشارِ خون HIGH BLOOD PRESSURE

ہائی بلڈ پریشر/ذیابطیس (High blood pressure/Diabetes) کے موذی مرض کا علم ہونے یا نہ ہونے کی وجہ سے دل، گردوں اور آنکھوں کے ساتھ دیگر امراض جنم لیتے ہیں۔ جو بعد میں جان لیوا ثابت ہوتے ہیں۔ کیونکہ صحت کے اصولوں سے ناواقف، ماحول کی آلودگی اور نامناسب طرزِ حیات کے باعث دل کی بیماریوں میں تیزی سے اضافہ ہو رہا ہے جبکہ بلند فشار خون عام مرض ہوتا جا رہا ہے۔ ایک ہزار افراد میں سے دو سو اس کے شکار ہیں۔ بلڈ پریشر کے مرض کا شکار مریضوں کی کثیر تعداد کو تو علم ہی نہیں ہے کہ انہیں یہ عارضہ لاحق ہے اور مرض کا علم رکھنے والے صرف پچاس فیصد مریض اس کا علاج کراتے ہیں حالانکہ بلند فشار خون کی تشخیص و علاج نہایت آسان ہے۔ بلڈ پریشر کا مرض اپنا واضح اظہار نہیں کرتا لیکن بعض افراد میں اس کی وجہ سے نکسیر، بینائی میں خلل، دردِ سر، چکر، تھکن اور سینے میں درد ہو سکتا ہے۔ ہائی بلڈ پریشر کے سنگین اثرات سے بچنے کے لیے چہل قدمی، آرام، کام کے مناسب وقفے، عبادت، مناسب نیند، مطالعہ اور دوسرے کے کام آنے کے طرزِ عمل کو اپنانا اور اعتدال کا رویہ اختیار کر کے بیماری سے نکل سکتے ہیں۔

گردہ کیا ہے؟ WHAT IS KIDNEY?

انسانی جسم میں بیضوی شکل کے یہ دو عضلات کمر کے نچلے حصّے میں ریڑھ کی ہڈی کے دائیں بائیں پائے جاتے ہیں۔ انسانی جسم میں ان کا شمار ان اعضاءِ رئیسہ میں ہوتا ہے جن میں معمولی سی خرابی زندگی اور موت کا مسئلہ بن جاتی ہے۔ دل دھڑکتا ہے تو زندگی کا احساس جاگتا ہے۔ زندگی اس احساس کے لیے صاف ستھرا خون کہاں سے آتا ہے؟ یہ بات بہت کم لوگوں کو معلوم ہے۔ انسانی جسم میں گردے ہی وہ عضو ہیں جو خون کی صفائی پر مامور ہیں۔

امراض گردہ پاکستان میں ہر سال ایک محتاط اندازے کے مطابق ہزاروں افراد گردوں کے مختلف امراض میں مبتلا ہو کے موت کے منہ میں چلے جاتے ہیں۔ چند وجوہات مندرجہ ذیل ہیں۔

ذیابطیس یا شکر کا آنا خون اور پیشاب میں شکر کا آنا بھی گردوں کی خرابی کے باعث ہو سکتا ہے۔

خاص طور پر وہ افراد جو علاج پر توجہ نہیں دیتے ان کے گردے آہستہ آہستہ ناکارہ ہونے لگتے ہیں۔

خون کا دباؤ گردوں کے فرائض میں خون کے دباؤ کو کنٹرول کرنا بھی شامل ہے۔ کسی بھی سبب بلند فشار خون کے مرض میں مبتلا افراد کے گردے بھی ایک وقت گزرنے کے بعد ناکارہ ہونے شروع ہو جاتے ہیں۔ گردوں کے یہ جملہ امراض کسی بھی فرد کو عمر کے کسی بھی حصّے میں ہو سکتے ہیں۔ ان کے علاوہ کچھ امراض پیدائشی بھی ہوتے ہیں۔ مثلاً پیشاب کی نالی میں خرابی، پیشاب کی جگہ اپنی جگہ پر نہ ہونا، پیشاب کی راہ میں رکاوٹیں، گردوں کا جڑا ہونا، دونوں گردے ایک جگہ ہونا، گردوں کا اپنی جگہ پر نہ ہونا، پیشاب کی نالیاں دو کے بجائے چار ہونا، گردے کی ساخت صحیح نہ ہونا۔ بعض افراد کے گردے پیدائشی طور پر کینسر زدہ ہوتے ہیں یا ان میں رسولیاں ہوتی ہیں۔

گردوں کے امراض میں مبتلا افراد کو درج ذیل علامات کے معاملے میں بہت محتاط رہنا چاہیے۔

۱۔ خون کی کمی پر نظر رکھیں یا جسم سوجنے لگے۔

۲۔ منہ، ناک یا فضلے میں بلا کسی سبب کے خون آ جائے۔

۳۔ بے وجہ تھکاوٹ محسوس ہو، بھوک نہ لگے، بار بار متلی آئے، بغیر وجہ کے خارش ہو۔ سانس پھولنے لگے۔

۴۔ پیشاب میں خون، پیپ آئے اور اوپر کی شکایات بار بار ہوں تو ہوشیار ہو جانا چاہیے۔ امراض گردہ میں مبتلا افراد کے لئے یہ خطرے کا سگنل ہوتا ہے۔

سینے کے درد کو معمولی سمجھ کر نظر انداز نہ کریں کیونکہ یہ ہارٹ اٹیک کا سبب بھی بن سکتا ہے

انجائنا کا درد سینے سے بڑھتا ہے۔ ابتدا میں مریض کو سینے پر بوجھ اور سر پھٹتا ہوا محسوس ہوتا ہے مریض کو درد کی شکایت کئے برس پہلے سے ہوتی ہے لیکن وہ اسے ریاحی کا درد سمجھ کر نظر انداز کرتا رہتا ہے حالانکہ مریض مہینوں یا سال میں وقفے وقفے سے دیر تک یہ درد گردن کے نیچے کندھوں میں محسوس ہوتا ہے سینے میں ٹیسیں نہیں بلکہ وقفے وقفے سے مسلسل درد محسوس کرتا رہتا ہے جسے نظر انداز نہیں کرنا چاہیے کیونکہ یہ ہارٹ اٹیک کا سبب بن سکتا ہے۔ مرض کی علامت کچھ اسطرح سے ہیں کہ مریض کو پسینہ زیادہ آتا ہے جبکہ مرض کہ ہونے کی وجوہات زیادہ غصہ کرنے، سگریٹ یا شراب نوشی کا استعمال، مرغن غذاؤں کا مسلسل استعمال اور ورزش کا نہ کرنا شامل ہے۔

چھوٹے بچّوں میں پیٹ کے درد کو معمولی نہ جانیں

اپینڈکس کی بروقت تشخیص اور آپریشن نہ ہو تو زندگی کو خطرہ لاحق ہو جاتا ہے۔

چھوٹے بچّوں میں اپینڈکس کا آپریشن بروقت نہ ہو تو 40 فی صد امکان ہوتا ہے کہ اپینڈکس پھٹ کر پورے پیٹ میں پھیل جائے گا۔

پیٹ کے نچلے حصّے میں داہنی جانب درد، ہلکا بخار، قبض یا اسہال اپینڈکس کے درد کی اہم علامات ہیں اپینڈکس کے انفیکشن کی بڑی وجہ اس میں اجابت کے ذرّات یا پیٹ کے کیڑے کا داخل ہونا ہے بچوں میں پیٹ کے آپریشن کی سب سے اہم وجہ اپینڈکس کا درد ہے۔ اپینڈکس دراصل پیٹ کے داہنی جانب نچلے حصّے میں بڑی آنت سے جڑا، انگلی کی طرح کا آنت کا ایک حصّہ ہوتا ہے، جس کا انسانی جسم میں کوئی خاص فعل نہیں، لیکن اس میں اگر انفیکشن ہو جائے اور اس کا بروقت آپریشن نہ کیا جائے تو یہ جان لیوا بھی ثابت ہو سکتا ہے۔ اس کے انفیکشن کی ایک وجہ اجابت کے ذرّات کے اس میں داخل ہونا ہے، جبکہ دوسری اہم وجہ پیٹ کے کیڑوں کا اس میں داخل ہو جانا ہے چھوٹوں بچوں میں اپینڈکس کا درد خطرناک ثابت ہوتا ہے اور 40 فیصد امکان ہوتا ہے کہ اگر بروقت آپریشن نہ کیا گیا تو اپینڈکس پھٹ جائے گا، جو کہ نہایت پیچیدہ و سنجیدہ ایمرجنسی ہوتی ہے۔ اس بیماری میں بچے کو پیٹ میں درد محسوس ہوتا ہے، جو شروع میں پورے پیٹ میں ہوتا ہے، پھر رفتہ رفتہ پیٹ کے نچلے حصّے میں دائیں جانب اس کی شدت بڑھ جاتی ہے۔ بچّے کو ہلکا بخار ہوتا ہے، اُلٹیاں آتی ہیں اور قبض یا اسہال کی شکایت ہو سکتی ہے۔ یہ علامات کچھ اور بیماریوں میں بھی ہوتی ہیں، مثلاً بدہضمی، بڑی آنت کے انفیکشن، گردے اور مثانے کے انفیکشن وغیرہ اور کبھی کبھار نمونیے میں بھی اپینڈکس کے درد جیسی علامات ہوتی ہیں۔ اس لیے کبھی بچے کے پیٹ میں درد ہو تو اسے معمولی بیماری ہرگز نہ سمجھیں اور بچوں کے ماہر ڈاکٹر کو ضرور دکھائیں۔ اگر ڈاکٹر معائنہ کرنے کے بعد سمجھتا ہے کہ بچے کو اپینڈکس کا درد ہے، تو اسے فوراً اسپتال میں داخل کر لیا جاتا ہے۔

تین ہفتے مسلسل کھانسی تپ دق کی علامت ہے علاج کا دورانیہ آٹھ ماہ ہے

ٹی بی قابل علاج مرض ہے لیکن علاج کا دورانیہ آٹھ ماہ ہے جسے ہرگز ادھورا نہیں چھوڑا جا سکتا۔ اگر تین ہفتے یا اس سے زائد مسلسل کھانسی ہو تو یہ ٹی بی کی علامت ہو سکتی ہے لہٰذا مریض کو فوری بلغم کا ٹیسٹ کرانا چاہیے۔ بلغم کے ٹیسٹ سے درست صورتحال معلوم ہو جاتی ہے۔ جب ٹی بی کا مریض کھانستا، چھینکتا یا تھوکتا ہے تو ٹی بی کے جراثیم ہوا میں معلق ہو جاتے ہیں اور سانس کے ذریعے 5 سے 6 فٹ قریب لوگوں میں منتقل ہو جاتے ہیں۔ انسانی جسم کا مدافعتی نظام بہت طاقتور ہوتا ہے اور عموماً آس پاس رہنے والے ٹی بی کے جراثیم سے متاثر نہیں ہوتے۔ جسم کی قوت مدافعت ایچ آئی وی وایڈز کے باعث ختم ہو جاتی ہے لہٰذا اس مرض سے بچنا ضروری ہے۔

انفلوئینزا کیا ہے؟

عام خیال کے برعکس انفلوئینزا سے مراد صرف نزلہ/زکام نہیں بلکہ یہ ایک خطرناک وائرل بیماری ہے جو سانس کی نالی کی تہوں کو متاثر کرتی ہے جس سے بہت ہی صحت مند آدمی بھی متاثر ہو سکتا ہے۔ انفلوئینزا کی علامات کئی دنوں تک برقرار رہتی ہیں عموماً یہ شدید بخار اور سر درد کے ساتھ شروع ہوتی ہے۔ آپ کے جوڑوں میں درد اور پٹھوں میں کمزوری محسوس ہو سکتی ہے۔ ساتھ ہی آپ کو خشک کھانسی، حلق میں خراش اور ناک میں بے چینی بھی ہو سکتی ہے۔

نزلہ/زکام اور اور نفلوئینزا میں کیا فرق ہے؟

نزلہ/زکام بتدریج شروع ہے جبکہ انفلوئینزا بہت تیزی سے حملہ آور ہوتا ہے۔

ایک لمحے آپ اچھا محسوس کر رہے ہوتے ہیں لیکن چند منٹوں میں ہی ٹھٹھرنے لگیں گے۔ نزلہ/زکام کے ابتدائی ۲۴ گھنٹوں میں بخار نہیں ہوتا اور نہ ہی سر درد میں شدت، انفلوئینزا کے ابتداء میں عموما پیٹ میں گڑبڑ محسوس ہوتی ہے۔ یعنی دست، قے اور متلی وغیرہ۔ جبکہ نزلہ/زکام کی ابتداء بند ناک، چھینکیں اور حلق میں خراش سے ہوتی ہے۔

انفلوئینزا سے کیا پیچیدگیاں ہو سکتی ہیں؟

معمر افراد کے نظام تنفس میں عموماً گڑبڑ ہو جاتی ہے۔ لیکن نوعمر بچوں اور شدید بیمار افراد کے لئے بھی اہم مسئلہ ہے۔

حلق کی خراش بہت عام قسم کی پیچیدگی ہے خصوصاً ذیابیطس کے مریضوں، دل کے مریضوں اور ۶۰ سال سے بڑی عمر کے لوگوں کے لئے یہ خطرناک ہے۔ نمونیہ، وائرل یا جراثیمی، ایک اور اہم پیچیدگی ہے۔ خاص کر یہ ان لوگوں میں واقع ہوتی ہے جو دل کے مریض ہیں۔ حاملہ خواتین اور صحت مند نوجوان بھی اس سے متاثر ہو سکتے ہیں انفلوئینزا کے ذریعہ زیادہ تر اموات، نمونیہ کی وجہ سے ہوتی ہیں۔ دیگر پیچیدگیوں میں پٹھوں کی سوزش (Acute Myositis) سوزش قلب (Myocarditis) دل کے اطراف جھلی میں سوزش اور مرکزی اعصابی نظام میں گڑبڑ شامل ہیں۔

اپیل برائے عطیات/زکوٰۃ

ڈاکٹر یوسف کمال مرزا کا چالیس سالہ تجربہ جو کہ امریکہ، سعودی عرب، آغا خان ہسپتال، یونیورسٹی، بحیثیت میڈیکل ڈائریکٹر اور شوکت خانم میموریل کینسر ہسپتال لاہور کے CEO کے ساتھ طبہ ہارٹ انسٹیٹیوٹ میں بحیثیت پروجیکٹ ڈائیریکٹر ان کے ساتھ ساتھ جناب سید محمد ایوب جو کہ بانی اعزازی سیکریٹری اور سابقہ جنرل مینیجر ایل آر بی ٹی اور فنانس مینیجر ٹریٹ کارپوریشن اور وزیر علی انڈسٹریز بالکل متفق ہیں کہ کسی بھی موذی مرض کو ابتداء ہی میں علاج کر کے مریض کی جان کو بچایا جا سکتا ہے۔

میری 17 سالہ خدمت برائے مختلف .N.G.O بالخصوص 11 سال شوکت خانم کینسر ہسپتال، جہاں ہر آنے والا مریض تقریباً لاعلاج (Terminal Stage) کا پایا جاتا ہے، معلوم کرنے پر علم ہوا کہ مرض کی لاعلمی، وسائل کا نہ ہونا اور غربت کی وجہ سے معمولی مرض کا موذی مرض میں تبدیل ہو جانے کے بعد علاج کیلئے رجوع کرنا جیسی وجوہات شامل ہیں۔

یہی وجہ ہے کہ فاؤنڈیشن نے آپ جیسے مخیّر حضرات کے تعاون سے ملک کے پسماندہ علاقوں میں 13 پرائمری ہیلتھ کیئر سینٹر قائم کر چکی ہے، جن میں اب تک لاکھوں مریضوں کا بالکل مفت علاج کیا گیا ہے۔ جن میں دو دن کی ادویات بشمول اینٹی بائیوٹک برائے معمولی اور شدید بخار، انفکشن، ملیریا، ٹائیفائڈ، لیکوریا، امراض نسواں، ٹی بی، خارش کے ساتھ دو جان لیوا بیماریوں کی طرف لے جانے والے امراض، یعنی ہائی بلڈ پریشر اور (Diabetes) ذیابطیس جس کی ادویات عمر بھر استعمال کرنی پڑتی ہیں، بھی بالکل مفت مہیا کی جاتی ہیں، تا کہ غریب مریض فالج، ہارٹ اٹیک، گردوں اور آنکھوں جیسی خطرناک بیماریوں کی پیچیدگیوں سے بچے رہیں اور یہی وجہ ہے کہ آنے والے ہر مریض کو امریکن پروٹوکول سسٹم کے تحت بالکل مفت تشخیص (Diagnosis) پھر فری کنسلٹیشن (Consultation) کی سہولیات فراہم کی جاتی ہیں، اور کسی بھی مریض کے موذی مرض کے مبتلا ہونے کے شک پر مریض کو اسی مرض کیلئے قائم ہسپتال میں ریفر کر کے ابتدا میں ہی علاج کرا دیا جاتا ہے۔

فاؤنڈیشن نے محترم شوکت ترین سینئر بینکر، خاور مسعود بٹ، .M.D، ای.بی.ایم، سید اعجاز علی عباسی، ممبر کراچی اسٹاک ایکسچینج، جناب بابر بشیر نواز اٹک سیمینٹ پاکستان لمیٹڈ اور ڈاکٹر یوسف کمال سابق میڈیکل ڈائریکٹر، آغا خان اور چیف ایگزیکیوٹو آفیسر شوکت خانم کینسر ہسپتال کے تعلقات اور سرپرستی میں ملک بھر کی ہر پسماندہ بستی میں 1000 پرائمری ہیلتھ کیئر سینٹر بنانے کا عزم کیا ہے۔ انشااللہ آپکے تعاون سے شروع ہونے والا یہ سفر اب پورے پاکستان کی پسماندہ بستیوں میں شروع کیا جا رہا ہے جس میں

۱۔ فری پرائمری ہیلتھ کیئر سینٹر کا قیام ۲۔ الٹراساؤنڈ اور مختلف ٹیسٹ کیلئے لیبارٹری کا قیام

۳۔ اسپیسمن کلکشن سینٹر (Specimen Collection Centre) کا قیام۔

۴۔ ہر شہر میں ایک مرکزی ہسپتال کا قیام جہاں refer کئے گئے مریضوں کا بالکل مفت علاج کیا جا سکے گا۔

اور یہ مشکل کام بھی نہیں۔ آپ کے عطیات اور زکوٰۃ غریب اور نادار مریضوں کی حیات ہے۔ آپ سے درخواست ہے کہ ہماری مدد کیجئے تا کہ ہم ملک بھر میں مزید سینٹر بنا سکیں۔

سید نعیم الحسن
چیئرمین

or send directly to

CHILDREN HEALTH & EDUCATION FOUNDATION

Suite # SF-2, Plot 17-C,
Zamzama Commercial Lane-2,
D.H.A. Phase-V, Karachi.
E-mail: karachi@chaef.org

Telephone: 92-21-5824380,
92-21-5302195
Fax : 92-21-5360215
Web : www.chaef.org

Please deposit your Zakat / Donations in our online Accounts

1. MCB account # 1443-0101-001039-0, Zamzama Boulevard Branch Karachi.
2. HBL account # 012-572-85, Zamzama Boulevard Branch Karachi.
3. UBL account # 0182-0101957-2, Gizri Branch, Grace Centre, D.H.A. Karachi.