

شیگیلوسس (Shigellosis)

شیگیلوسس ایک انفیکشن ہے جو شیگیلا (*Shigella*) بیکٹریا کی وجہ سے ہوتا ہے۔ کسی کو بھی شیگیلوسس ہو سکتا ہے، لیکن یہ خاص طور پر 5 سال اور اس سے کم عمر کے بچوں میں پیش آتا ہے۔ شیگیلا بیکٹریا کی وجہ سے امریکہ میں ہر سال لگ بھگ 500,000 انفیکشن ہوتے ہیں۔

ترسیل

- شیگیلا بیکٹریا آسانی سے اور تیزی کے ساتھ، خاص طور پر چھوٹے بچوں میں گھر پر اور اسکول میں پھیل سکتا ہے۔ جس کسی کے بھی منہ میں یہ بیکٹریا داخل ہو جائے اسے شیگیلوسس ہو سکتا ہے، جو یوں پیش آ سکتا ہے:
- ایسی غذا کھانا یا مشروب پینا جس کو کسی ایسے شخص نے تیار کیا یا چھوا ہو جس کو شیگیلوسس ہو اور وہ غذا یا مشروب کو بیکٹریا سے آلودہ کر دے۔
 - ایسی سطحوں کو چھونے سے جن پر بیکٹریا موجود ہو، جیسے کھلونے، ہاتھ روم فکسچرز، دروازے کی گھنڈیاں اور ڈائپر تبدیل کرنے والی میزیں۔
 - فضلات (پاخاڑے) سے براہ راست رابطہ ہونا، جیسے شیگیلوسس والے بچے کا ڈائپر تبدیل کرنا یا شیگیلوسس والے کسی شخص کی نگہداشت کرنا۔
 - تیراکی کرتے یا کھیلنے ہوئے آلودہ پانی نگل لینا۔

علامات

شیگیلوسس کی علامات اس کی زد میں آنے سے ایک تا سات دن کے بعد اور عموماً آخری سات دنوں میں نمودار ہو سکتی ہیں۔ علامات میں شامل ہو سکتے ہیں:

- معمولی یا شدید اسہال (پاخاڑے میں خون یا رطوبت)
- پیٹ میں درد یا پیٹ میں مروڑ
- کی موجودگی ہو سکتی ہے (بخار)
- پاخانہ کرنے کی ضرورت محسوس کرنا، چاہے آپ کا معدہ خالی ہو (متلی)

شیگیلوسس والے کچھ لوگوں میں ممکن ہے سرے سے کوئی علامت نہ ہو۔

روک تھام

گھر پر یا آپ کی کمیونٹی میں شیگیلا بیکٹریا کا پھیلاؤ روکنے کے لیے:

- بیمار ہونے پر گھر پر رہیں اور جو بچے بیمار ہوں انہیں نگہداشت طفل یا اسکول چھوڑ کر گھر پر رکھیں۔
- اپنے ہاتھوں کو کثرت سے صابن اور گنگنے پانی سے کم از کم 20 سیکنڈ تک، خاص طور پر کھانے یا غذا تیار کرنے سے پہلے اور ہاتھ روم استعمال کرنے یا ڈائپر تبدیل کرنے کے بعد دھوئیں۔
- بچوں کے ہاتھوں کو کثرت سے دھونے میں ان کی مدد کریں۔ جب صابن اور پانی دستیاب نہ ہو تو کم از کم 60% الکحل والا ہینڈ سینٹائزر استعمال کریں۔
- جب بیمار ہوں تو غذا یا مشروبات تیار یا شیئر نہ کریں۔
- اگر بچہ بیمار ہو تو انہیں دوسروں کے ساتھ کھلونے شیئر نہیں کرنا چاہیے۔
- تولیے شیئر نہ کریں۔

- ان تمام چیزوں اور سطحوں کی صفائی اور جراثیم ربائی کریں جس کو شیگیلوسس والے کسی شخص نے استعمال کیا یا چھوا ہو (جیسے کھلونے، دروازے کی گھنڈیاں، دستے، میزیں، سنک، پیالیاں اور ڈاٹپر تبدیل کرنے کی میزیں)۔

علاج

- شیگیلوسس والے بیشتر افراد پانچ تا سات دن میں اپنے آپ بہتر ہو جاتے ہیں۔ سنگین معاملات میں، آپ کا نگہداشت صحت فراہم کنندہ آپ کی بیماری کا علاج کرنے کے لیے اینٹی بایوٹکس تجویز کر سکتا ہے۔ اگر آپ کو شیگیلوسس ہے تو، یقینی طور پر:
- آرام کریں۔
 - کافی مقدار میں مائعات، جیسے پانی یا الیکٹرولائٹ مشروبات پی کر آبیہہ رہیں۔
 - اگر آپ سات دن کے بعد بھی بیمار ہیں، یا آپ کی جلد، منہ یا آنکھیں خشک ہو جاتی ہیں تو اپنے فراہم کنندہ سے رابطہ کریں۔

فراہم کنندہ تلاش کرنے میں مدد کے لیے، **311** یا 844-692-4692 پر کال کریں۔

مزید معلومات کے لیے، **311** پر کال کریں یا nyc.gov/health ملاحظہ کریں اور "shigellosis" (شیگیولوسس) تلاش کریں۔