

جوؤں پر بھی نظر رکھیے بچاؤ اور علاج



Sistema Socio Sanitario
Regione Lombardia
ATS Brescia

* اپنے برش اور کنگھیاں باقاعدگی سے دھوئیں۔

* اپنے سر کو جوؤں اور ان کے انڈوں سے پاک رکھنے کے لئے روزانہ معائنہ کرتے رہیں۔

اپنے بچوں کو تربیت دیں کہ وہ ایک دوسرے کی کنگھی، ٹوپی، رومال، ربڑ، پلکس استعمال نہ کریں اور نہ ہی سکول، جم، اور سونگ پول کے لاکر دوسرے میں ایک دوسرے کے کپڑوں پر اپنے کپڑے ڈالیں۔

یاد رہے کہ جوؤں کی روک تھام کے لئے ادویات کا استعمال کارآمد نہیں ہوتا۔ بلکہ ایسا کرنے سے یہ خطرہ بھی ہو سکتا ہے کہ جوئیں ایسی ادویات کے خلاف مدافعت کے قابل ہو جائیں۔ ان کا علاج صرف اسی صورت کیا جانا چاہیئے۔ جب آپ کے سر میں جوئیں ہوں۔

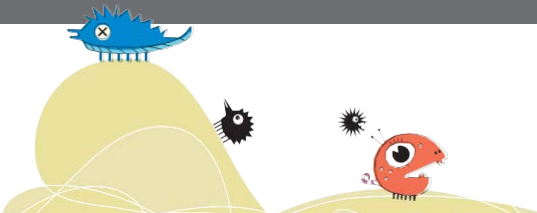
انہیں کیسے ختم کیا جائے۔

بعض مخصوص مصنوعات (شپو، لوشن، کیمیں) وغیرہ ہیٹنگ پکھی ہدایات پر سختی سے عمل کرتے ہوئے استعمال کرنی چاہیں۔ عام طور پر ابتدائی علاج کے ہفتہ دن بعد جوؤں کے انڈوں سے مزید جوؤں کی پیدائش روکنے کے لئے علاج کا دہرا ضروری ہوتا ہے۔ اگر کسی خاندان میں سب افراد کو جوؤں کی شکایت ہو تو پھر خاندان کے تمام افراد کا معائنہ ضروری ہوتا ہے۔ تمام کنگھیوں اور برشوں کو اچھی طرح سے صاف کر کے ٹین میں گرم پانی اور جوؤں کے خاتمے والی دوائی میں ایک گھنٹہ تک بھگوئے رکھنا مفید ثابت ہوتا ہے۔

اگرچہ مختلف اشیاء کے ذریعے جوؤں کا پھیلاؤ اتنا آسانی سے نہیں ہوتا لیکن پھر بھی احتیاطاً بستروں کی چادریں، تکیوں کے غلاف، تولیے اور وہ تمام اشیاء جن پر جوئیں اور ان کے انڈے موجود ہوں کامکان ہو، کو دھونا چاہیئے۔ اس مقصد کے لئے ان اشیاء کو ساٹھ ڈگری سنٹی گریڈ تک گرم پانی میں واشنگ مشین میں دھو لینے سے جوئیں اور ان کے انڈے تلف ہو جاتے ہیں۔ مکمل اور وہ کپڑے، جنہیں گرم پانی میں نہیں دھویا جاسکتا، انہیں ڈرائی کلین کیا جاسکتا ہے۔ کھلے ماحول میں موجود صوفوں اور کرسیوں کے دستے کو جوئیں مارا دویات سے دھونے کی ضرورت نہیں انہیں ویکیم کلینر سے صاف کیا جاسکتا ہے۔

لوگوں کو کیسے محفوظ رکھا جائے۔

اگر کسی سکول میں جوؤں سے متاثرہ بچوں کی اطلاع ملے تو والدین کو اپنے بچوں کے سر ہر ہفتے کم از کم دو بار دیکھنے چاہئیں۔ جوؤں کی یقینی موجودگی (یعنی شدید خارش، جوؤں اور انڈوں کی صورت میں آپ کو اپنے چمکی ڈاکٹر، سرکاری ڈاکٹر یا ضلعی حکام سے رابطہ کرنا چاہیئے۔ جو موزوں علاج تجویز کرنے کے ساتھ ساتھ آپ کو یہ بھی بتائیں گے کہ عام لوگوں کی سطح پر کون سے عوامل کو پیش نظر رکھنا ضروری ہے۔



ان کی روک تھام کیسے کی جائے

جوئیں کیا ہیں؟

سرکی جوئیں بہت ہی چھوٹا (دو سے تین ملی میٹر) طفیلی کیڑا ہوتا ہے۔ جو انسانی سر میں خون پر پلتا ہے۔ ہر روز مادہ جوں آٹھ سے دس انڈے دیتی ہے۔ بیس دنوں میں ان انڈوں سے بچے نکل آتے ہیں۔ جو اپنی آبادی بڑھانے کے قابل ہوتے ہیں۔

یہ جوئیں کھلی فضا میں چند گھنٹے ہی زندہ رہ سکتی ہیں کیونکہ انہیں اپنی زندگی کے لئے دو عناصر یعنی گرمائش اور خوراک کی ضرورت ہوتی ہے۔ جو انہیں صرف انسانی سر میں میسر ہوتے ہیں۔ کسی بھی طبقے کے لوگوں کے سروں میں جوئیں ہو سکتی ہیں۔ سر میں جوؤں کا ہونا صفائی میں غفلت کی عکاس نہیں ہے اور نہ ہی یہ صحت کے لئے خطرناک ہے۔ جوؤں سے کوئی بیماری بھی نہیں پھیلتی۔

جوئیں ایک فرد سے دوسرے فرد کے سر میں دوسرے کی کنگھی، ٹوپی، کلپس، تولیے، رومال، سر ہانے وغیرہ استعمال کرنے کی راہ سے منتقل ہوتی ہیں۔ وہ ایک سر سے دوسرے کے سر میں چھلانگ لگا کر نہیں بلکہ نہایت تیزی سے ایک فرد کے بالوں سے دوسرے کے بالوں میں منتقل ہوتی اور چھٹی رہتی ہیں۔

ان کی شناخت کیسے کی جائے؟

اگر آپ اپنا سر زیادہ کھاتے ہیں۔ تو اس کا مطلب یہ ہے کہ کوئی مسئلہ ہے۔ جب کسی کے سر میں جوئیں زیادہ ہو جائیں۔ تو سر میں بہت کھلی ہوتی ہے۔ بالوں کو غور سے دیکھنے پر سر کے پچھلے حصے اور کانوں کے پیچھے سفید یا سرمئی رنگ کے انڈے نظر آتے ہیں۔ جو سوئی کی نوک سے بھی باریک ہوتے ہیں۔ انہیں لکھ بھی کہا جاتا ہے۔

خشکی اور جوؤں کے انڈوں کے درمیان امتیاز مشکل ہوتا ہے۔ لیکن خشکی کے برعکس یہ بالوں کے ساتھ ایک خاص چپکنے والے مادے سے چپے ہوتے ہیں۔

جوؤں کو اپنے آپ سے دور رکھنے کے لئے چند سادہ سے اصولوں پر عمل ضروری ہے۔

* ہر ہفتے کم از کم دو بار اپنے بال دھوئیں۔

* اپنے بال روزانہ کنگھی کریں۔

* لمبے بالوں کو سمیٹ کر رکھیں۔

