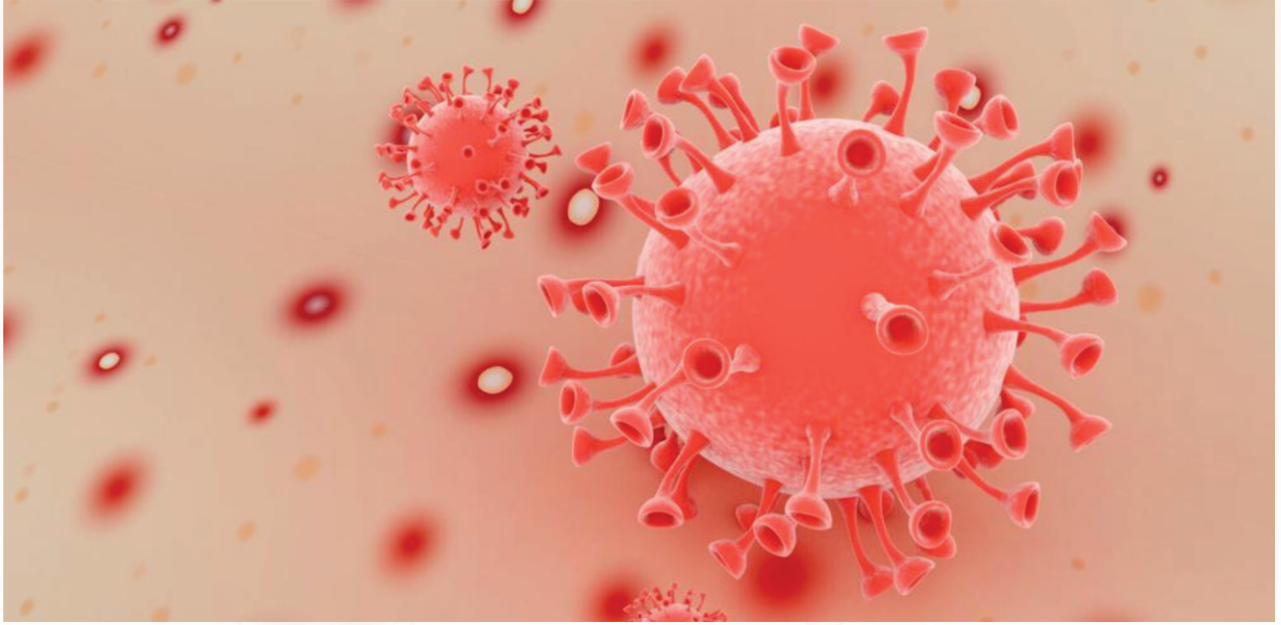


ایم پاکس (منگی پاکس)

ڈاکٹر رافعہ یاسمین

دنیا بھر میں جیسے جیسے کورونا کی وبا دم توڑ رہی ہے اور کورونا کے خلاف ویکسین سے لوگ اس معض سے نجات پا رہے ہیں وہاں تک وقت ایک اور وبا جنم لے رہی ہے اگرچہ یہ وبا، جس کو عام طور پر منگی پاکس کے نام سے جانا جاتا ہے تاہم بہت سے مغربی ممالک منگی پاکس کے بجائے اسے (ایم پاکس) کہتے ہیں۔ اگرچہ یہ دوسری بیماریوں کی طرح بہت عام نہیں ہے اور اسکے جراثیم کی سالوں بعد و باسراٹھاتے ہیں تاہم یہ وبا بھی بہت جلد پھیلنے کی صلاحیت رکھتی ہے بد قسمتی سے پاکستان میں منگی پاکس کے کچھ مریض حالیہ دنوں میں سامنے آئے ہیں جو کہ ایک لمحہ فکریہ ہے۔



منگی پاکس کیا ہے؟

منگی پاکس وائرس کی بیماری ہے جو ایک مریض سے دوسرے مریض کو چھوت سے لگتی ہے۔ بالکل ایسے ہی جیسے نزلہ زکام اور کورونا کی بیماری ایک آدمی سے کئی لوگوں تک منتقل ہو سکتی ہے۔ یہ بیماری خاص طور پر افریقہ کے ممالک میں پائی جاتی ہے مگر آج دنیا میں تیز ترین مواصلاتی

نظام کی وجہ سے لوگوں کی نقل و حمل نے اس بیماری کو افریقہ تک محدود نہیں رکھا اور اب یہ ایشیا اور یورپ میں بھی سراٹھا رہی ہے۔

منکی پاکس کیسے پھیلتا ہے؟

منکی پاکس ایک مریض سے دوسرے مریض اور جانوروں سے بھی انسانوں تک منتقل ہو سکتا ہے۔

انسان میں عام طور پر مریض کے جسم پر بنے چھالے خاص طور پر خطرناک ہوتے ہیں اور مریض کے قریبی لوگ اگر وہ ان کو چھولیں تو ان کو

بھی بیماری لگ سکتی ہے۔ جیسا کہ مریض سے ہاتھ ملانا، گلے ملنا، مریض کے استعمال شدہ کپڑوں کو چھونا (تولیہ، بیڈ شیٹ وغیرہ)۔

اس کے علاوہ مریض کے چھینکنے اور کھانسنے سے بھی یہ وائرس دوسرے لوگوں کو بیمار کر سکتا ہے۔

افریقہ میں اس کا پھیلاؤ اس وائرس سے متاثرہ جانوروں کے قریب رہنے سے بھی ہو سکتا ہے۔



وہ تمام افراد جن کا قریبی تعلق کسی منکی پاکس سے متاثر مریض سے رہا ہو یا جس نے حالیہ دنوں میں افریقہ کے ممالک کا سفر کیا ہو ان کو

دوسرے لوگوں سے نسبتاً زیادہ خطرہ ہے کہ وہ خود بھی اس بیماری کا شکار ہو سکتے ہیں۔

منگی پاکس کی علامات:

بیماری کے آغاز میں علامات زیادہ واضح نہیں ہوتیں اور عام طور پر مریض کو ایسا محسوس ہوتا ہے کہ وہ کسی عام موسمی بخار زلہ میں مبتلا ہے۔ پانچ سے اکیس دن کے دوران یہ علامات ظاہر ہونے لگتی ہیں اور زیادہ تر مریض تیز بخار، سردی، پٹھوں میں درد، کپکپاہٹ اور جوڑوں میں شدید درد کی شکایت میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔ منگی پاکس کی وجہ سے مریض کے جسم پر ایک خاص قسم کے چھالے نمودار ہونے لگتے ہیں۔ یہ چھالے شروع میں چہرے کو متاثر کرتے ہیں اور پھر تمام جسم ان چھالوں سے بھر جاتا ہے۔ شدید بیماری کی حالت میں یہ چھالے منہ کے اندر اور پیشاب کی نالی کو بھی متاثر کر سکتے ہیں۔ ایسی صورت میں مریض کے لیے کھانا کھانا اور پیشاب کرنے میں شدید دقت کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ تاہم کچھ ہی ہفتوں میں یہ چھالے سوکھنے لگتے ہیں اور مریض کی علامات بہتر ہونے لگتی ہیں۔



منگی پاکس کا علاج:

پرہیز اس بیماری سے لڑنے کا سب سے بڑا ہتھیار ہے۔

عام طور پر یہ بیماری خطرناک نہیں ہوتی اور زیادہ تر لوگوں میں شدید علامات نہیں پائی جاتیں۔ عموماً زیادہ تر لوگ چند ہفتوں میں اس سے مکمل طور پر بغیر کسی علاج کے شفایاب ہو جاتے ہیں۔

تاہم وہ لوگ جن میں خطرناک علامات ظاہر ہونے لگیں ان کے لیے ضروری ہے کہ وہ فوراً کسی ڈاکٹر سے رجوع کریں تاکہ بوقت علاج ممکن ہو سکے۔ بوڑھے، بچے اور حاملہ خواتین اس بیماری سے خطرناک حد تک متاثر ہو سکتے ہیں اس لیے بہت ضروری ہے کہ منگی پاکس کے مریضوں کو ان لوگوں سے دور رکھا جائے۔

کم خطرناک علامات کی صورت میں کیا کریں؟

منگی پاکس کی تشخیص فوراً بعد ضروری ہے کہ مریض کو دوسرے لوگوں سے الگ کر دیا جائے تاکہ بیماری باقی لوگوں میں نہ پھیلے۔ اس لیے ضروری ہے کہ مریض کے لیے خاص کمرہ مختص کر دیا جائے جس میں ہوا اور روشنی کا اچھا انتظام ہو۔ مریض کے استعمال شدہ کپڑے، بیڈ کی چادر، تکیے کے غلاف، تولیہ وغیرہ بھی الگ رکھا جائے اور بہتر ہے مریض اپنے کپڑے باقی کپڑوں کے ساتھ نہ دھوئے۔ مریض کے لیے ضروری ہے کہ وہ بار بار ہاتھ دھوئے اور جب تک چھالے سوکھ نہ جائیں باہر نہ نکلے۔ منگی پاکس کے متاثرہ مریض کے لیے عیادت کرنے سے مہانوں کو اور ملنے سے روکا جائے تاکہ بیماری سے محفوظ رہیں۔ بیمار مریض کے لیے ضروری ہے کہ وہ ایسی حالت میں بچوں کو پیار کرنے اور سماجی تعلقات کے لیے ہاتھ ملانے یا گلے ملنے سے گریز کریں۔

خطرناک علامات کی صورت میں مریض کو دوائس کے خلاف دوائی دی جائے اور باقی لوگوں سے الگ رکھا جائے۔ تاہم معمولی علامات میں آرام کریں، پانی اور مشروبات کا زیادہ استعمال کرنے سے ہی ٹھیک ہو جاتی ہیں۔۔ بخار کی صورت میں پیناڈول کی گولی سے آرام آجاتا ہے۔

پاکستان میں منگی پاکس کی روک تھام:

منگی پاکس سے بچنا ناممکن نہیں ہے۔ یہ ہم سب کی ذمہ داری ہے کہ ہم جدید انٹرنیٹ کے دور میں خود کو ایسی تمام وباؤں سے باخبر رکھیں۔ جو لوگ اس کے بارے میں زیادہ علم نہیں رکھتے ان کو ڈاکٹروں اور محکمہ صحت کی مدد سے بیماری کے بارے میں شعور دیں اور ذمہ داری شہری ہونے کے ناطے اگر خود اس بیماری میں مبتلا ہوں تو لوگوں سے ملنے ملانے سے اجتناب کریں۔ خطرناک علامات کی صورت میں بروقت طبی امداد حاصل کریں۔