Health Protection Scotland

NHS National Services Scotland

2013 میں حج کا فریضہ ادا کرنے والوں کے لئے ایم ای آر ایس۔سی اووی (MERS-CoV) پر مشورہ

اکتوبر 2013 میں یو کے سے تقریباً 20,000 افراد حج کا فریضہ ادا کرنے کے لئے کنگڈم آف سعودی عربیہ کا سفر کریں گے۔اس سے کہیں زیادہ سال کے دوران عمرے کا فریضہ ادا کریں گے۔ جب کہ اکثریت کا سفر اور واپسی حفاظت سے ہوگی، حج کی ادائیگی کے دوران کئی قسم کے صحت کے مسائل کے خطرے میں اضافہ ہوسکتا ہے؛ مثال کے طور پر حج کی کھانسی کافی مشہور ہے۔

ہر سال کنگڈم آف سعودی عربیہ کی وزارت صحت آئندہ حج کے لئے صحت کی ہدایات جاری کرتی ہے۔اس سال کنگڈم آف سعودی عربیہ کی وزارت صحت نے اضافی مشورہ جاری کیا ہے جس کا مقصد حال ہی میں دریافت ہونے والے وائرس، مڈل ایسٹرن ریسپائریٹری سینڈروم کرونا وائرس یا ایم ای آر ایس۔سی اووی کے خطرات میں کمی کرنا ہے۔

ایم ای آر ایس۔سی اووی کیا ہے؟

ایم ای آر ایس۔سی اووی ایک وائرس ہے جو 2012 میں جارڈن میں پہلی دفعہ پایا گیا تھا۔اکثر مریضوں کی تشخیص مڈل ایسٹ، خصوصاً کنگڈم آف سعودی عربیہ میں ہوئی۔اس بیماری سے زیادہ تر سانس کا نظام متاثر ہوتا ہے اور یہ شدید بیماری اور موت کی وجہ بن سکتی ہے، خاص طور پر جن کو اس وائرس سے متاثر ہونے سے پہلے ہی صحت کے مسائل کا سامنا ہو۔کچھ لوگ بغیر کسی علامات کے ایم ای آر ایس۔سی اووی کا شکار ہوسکتے ہیں۔

مجھے کیسے معلوم ہوگا کہ مجھے ایم ای آر ایس۔سی اووی ہے؟

حج کے دوران یا اس کے بعد اکثر سانس کے نظام سے متعلقہ علامات شدید نہیں ہونگی۔زکام اور 'حج کی کھانسی' ان میں سے عام ہیں۔

ایم ای آر ایس۔سی اووی، عموماً نزلے یا نمونیہ سے ملتی جلتی علامات کی وجہ بنتا ہے لیکن اس سے متاثرہ کچھ لوگ بخار اور پیچش کی وجہ سے بہت بیمار ہونگے لیکن ہوسکتا ہے کہ انہیں کھانسی یا سانس میں کمی کا سامنا نہ ہو۔اس لئے اگر آپ کو حج کے دوران یا واپسی پر، سانس کی تکلیف کے ساتھ بخار ہے (مثال کے طور پر، کھانسی، سانس لینے میں دقت، چھاتی میں درد) یا کوئی اور شدید علامات، تو آپ کو جتنا جلد ممکن ہو ڈاکٹر سے رابطہ کرنا چاہیئے۔

حج کی تیاری:

کئی لوگوں کا سانس کی بیماری میں مبتلا ہونے کا خطرہ زیادہ ہوتا ہے یا ان کا شدید بیمار ہونے کا امکان ہے اگر وہ ایم ای آر ایس۔سی اووی سے متاثر ہوجائیں۔ایسے افراد کو اس سال حج کو ملتوی کرنے پر سنجیدگی سے غور کرنا چاہیئے۔

سعودی عربیہ کی وزارت صحت پر زور تاکید کرتی ہے کہ مندرجہ ذیل لوگ خود اپنی حفاظت کے لئے 2013 میں حج اور عمرہ کی ادائیگی کو ملتوی کر دیں:

- عمر رسیدہ (65 سال کی عمر سے زیادہ)
- دیرینہ بیماریوں میں مبتلا (مثال کے طور پر دل کی بیماری، گردے کی بیماری، سانس کے نظام کی بیماری، ذیابطیس)
- قوت مدافعت کی کمی (پیدائشی بیمار اور منتقل شدہ بیماری)
- کینسر کی قسم (Malignancy)
- معیادی بیماری
- حاملہ خاتون
- بچے (12 سال سے کم عمر)

اگر آپ اس سال حج پر جانے کی منصوبہ بندی کر رہے ہیں اور آپ کو طبی مسائل کا سامنا ہے، تو جانے سے پہلے اپنے جی پی سے ملاقات کریں تا کہ یقینی بنایا جا سکے کہ آپ نے تمام درست ٹیکے لگوا لئے ہیں اور آپ کو علم ہے کہ سفر کے دوران اپنے صحت کے مسائل کا انتظام کیسے کرنا ہے۔

ٹشوز کے پیکٹ، ہاتھوں کی صفائی کا مادہ اور چہرے پر لگانے والے ماسکس اپنے سامان میں رکھیں۔

حج کے دوران

کنگڈم آف سعودی عربیہ کی وزارت صحت نے سانس کی بیماریوں کے پھیلاؤ کو کم کرنے کے لئے زائرین کو صحت کا مندرجہ ذیل مشورہ دیا ہے:

- ہاتھوں کو صابن اور پانی یا جراثیم کش سے دھوئیں، خاص طور پر کھانسی اور چھینک آنے کے بعد۔
- کھانستے ہوئے یا چھینکیں آتے وقت قابل تلف ٹشو استعمال کریں اور انہیں مناسب طریقے سے تلف کریں۔
- ہاتھوں کو آنکھوں، ناک اور منہ کو لگنے سے بچائیں۔
- سانس کی یا دوسری بیماری کی علامات والے دوسرے افراد کے ساتھ براہ راست رابطے سے پرہیز کریں۔
- چہرے کے ماسک پہنیں، خاص طور پر جب رش والی جگہوں پر ہوں۔ چہرے کے ماسک کو تیار کنندہ کی ہدایات کے مطابق نئے سے تبدیل کریں۔
- اچھی ذاتی صفائی برقرار رکھیں

اگر حج کی ادائیگی کے دوران آپ بیمار ہو جائیں تو طبی مدد جلد حاصل کریں۔

اپنی واپسی پر

اگر آپ حج سے واپسی پر بیمار ہو گئے ہیں، خاص طور پر اگر آپ کو بخار اور سانس کی تکلیف کی علامات کا سامنا ہے، تو جتنا جلد ممکن ہو اپنے جی پی سے رابطہ کریں۔ ایم ای آر ایس۔ سی او وی ایک غیر معمولی بیماری ہے اور یہ امکان ہے کہ آپ کی کوئی بھی علامات کسی اور بیکٹر یا یا وائرس کی وجہ سے ہونگی، لیکن شدید بیماری کے خطرے کو کم کرنے کے لئے اور اپنے خاندان کو بچانے کے لئے، آپ کو جی پی سے بات کرنی چاہیئے۔

مندرجہ ذیل ویب سائٹس صحت کے معاملات اور حج پر مزید مشورہ مہیا کرتی ہیں:

کنگڈم آف سعودی عربیہ کی وزارت صحت: http://www.moh.gov.sa

دی کونسل آف برٹش حاجیز: http://www.cbhuk.org

سفر کے لئے تندرست: http://www.fitfortravel.nhs.uk

© TRAVAX/Health Protection Scotland 2013