

نوروائرس

مریضوں کے لیے معلومات اور مشورہ

انفیکشن کی روک تھام اور کنٹرول

Where
EVERYONE
Matters

اگر آپ اس کتابچے میں کوئی ترمیم یا بہتری تجویز کرنا چاہتے ہیں تو براہ کرم SWB لائبریری سروسز سے 3587 ext پر رابطہ کریں یا ای میل کریں swbh.library@nhs.net



A Teaching Trust of The University of Birmingham
Incorporating City, Sandwell and Rowley Regis Hospitals

© Sandwell and West Birmingham Hospitals NHS Trust

ML5460

Issue Date: December 2021
Review Date: December 2024



نورووائرس کیا ہیں؟

نورووائرس ایک وائرس ہے جو گیسٹرو اینٹرائٹس (پیٹ کی خرابی) کا سبب بنتا ہے۔ نورووائرس کا ایک گروپ ہے جو پیٹ کے کیڑے کی سب سے عام وجہ ہے۔ انہیں 'موسم سرما کی الٹی کے وائرس'، چھوٹے گول ساخت والے وائرس' یا 'نورواک نما وائرس' کے نام سے بھی جانا جاتا ہے۔

لوگوں کو نورووائرس کیسے ہوتا ہے؟

نورو وائرس ایک متاثرہ شخص کے ساتھ رابطے کے ذریعے ایک شخص سے دوسرے میں منتقل ہوتا ہے۔ آلودہ خوراک اور پانی کے استعمال سے یا آلودہ سطحوں یا اشیاء کے ساتھ رابطے سے۔

نورووائرس اکثر وباء کا سبب بنتا ہے کیونکہ یہ آسانی سے ایک شخص سے دوسرے میں پھیل جاتا ہے اور وائرس ماحول میں کئی دنوں تک زندہ رہنے کے قابل ہوتا ہے۔ لوگوں کی بڑی جماعتیں بیماری کے پھیلاؤ کے لیے ایک مثالی ماحول فراہم کرتی ہیں۔ صحت کی دیکھ بھال کی ترتیبات خاص طور پر وباء یا نورو وائرس سے متاثر ہوتی ہیں۔

سب سے زیادہ خطرہ کس کو ہے؟

کوئی مخصوص گروپ ایسا نہیں ہے جس کو نورووائرس لگنے کا خطرہ ہو۔ یہ ہر عمر کے لوگوں کو متاثر کرتا ہے۔ تاہم بہت کم عمر، بوڑھے اور موجودہ طبی حالات کے حامل افراد کو اس کے نتیجے میں پانی کی کمی کا زیادہ خطرہ ہوتا ہے۔

نورووائرس کی علامات کیا ہیں؟

نورووائرس انفیکشن کی علامات انفیکشن ہونے کے 12-48 گھنٹے بعد شروع ہوتی ہیں۔

زیادہ تر لوگوں کو متلی (بیماری کا احساس) کا اچانک آغاز ہوتا ہے جس کے بعد الٹیاں اور پانی بھرا اسپہال ہوتا ہے۔ کچھ لوگوں کے درجہ حرارت میں اضافہ، سر درد اور اعضاء میں درد ہو سکتا ہے۔

زیادہ تر لوگ 1-2 دنوں میں مکمل طور پر صحت یاب ہو جاتے ہیں تاہم یہ بہت کم عمر، بنیادی بیماری والے افراد یا بوڑھوں کے لیے تھوڑا طویل ہو سکتا ہے۔ اس بیماری کے کوئی طویل مدتی اثرات نہیں ہیں۔

نوروائرس کی تشخیص کیسے کی جاتی ہے؟

لیبارٹری میں پاخانہ (پو) کے نمونے کی جانچ کر کے نوروائرس کی تشخیص کی جاتی ہے۔

نورو وائرس کا علاج کیا ہے؟

نوروائرس کا کوئی خاص علاج نہیں ہے اس کے علاوہ بیماری کو اپنا راستہ چلنے دیں۔ پانی کی کمی کو روکنے کے لیے کافی مقدار میں پانی پینا ضروری ہے۔

نورو وائرس کے پھیلاؤ کو کیسے روکا جا سکتا ہے؟

اگر آپ ہسپتال میں ہیں

اگر آپ کو نوروائرس ہے تو آپ غیر ارادی طور پر دوسرے مریضوں میں انفیکشن پھیلا سکتے ہیں۔ لہذا، دوسرے بیمار مریضوں میں وائرس کے منتقل ہونے کے خطرے کو کم کرنے کے لیے آپ کو الگ تھلگ رہنے کی ضرورت ہوگی (سائیڈ روم میں نرسنگ)۔ آپ کو ایک بے یا ڈبل سائیڈ روم میں اسی جنس کے دوسرے مریضوں کے ساتھ رکھا جا سکتا ہے جن کو نوروائرس بھی ہے۔ جب آپ 48 گھنٹے تک علامات سے پاک ہوں تو آپ سائیڈ روم سے باہر آ سکتے ہیں۔

اس بات کو یقینی بنانے میں مدد کرنے کے لیے کہ وائرس دوسروں تک نہ پہنچے:

- آلودہ جگہوں کو جراثیم سے پاک کیا جائے گا
- تمام عملے، مریضوں اور مہمانوں کو آپ سے رابطہ کرنے سے پہلے اور بعد میں صابن اور پانی سے اپنے ہاتھ دھونے کی ضرورت ہوگی
- ٹوائلٹ استعمال کرنے کے بعد آپ کو اپنے ہاتھ صابن اور پانی سے دھونے چاہئیں
- آپ کے کمرے میں صفائی ستھرائی میں اضافہ کیا جائے گا اور حفظان صحت کے سخت اقدامات کیے جائیں گے
- آپ کے مہمانوں کو آپ کے بستر پر نہیں بیٹھنا چاہیے اور وارڈ سے نکلنے سے پہلے اپنے ہاتھ صابن اور پانی سے دھونے چاہئیں
- وارڈ نئے داخلوں اور زائرین کے لیے بند ہو سکتا ہے

اگر آپ کے زائرین کو نوروائرس ہے، تو انہیں اس وقت تک نہیں جانا چاہئے جب تک کہ وہ 72 گھنٹے تک علامات سے آزاد نہ ہوں۔

معلومات کے لیے استعمال ہونے والے ذرائع یہ کتابچہ ہے

پبلک ہیلتھ انگلینڈ (2012) شدید اور کمیونٹی کی صحت اور سماجی نگہداشت کی ترتیبات میں نورو وائرس کے پھیلاؤ کے انتظام کے لیے رہنما اصول۔

یہاں دستیاب ہے: [https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/322943](https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/322943/guidance_for_managing_norovirus_outbreaks_in_healthcare_settings.pdf)

گائیڈنس [for_managing_norovirus_outbreaks_in_healthcare_settings.pdf](https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/322943/guidance_for_managing_norovirus_outbreaks_in_healthcare_settings.pdf)

(رسائی: 20 دسمبر 2021)۔

(ویب سائٹس تک رسائی 20 دسمبر 2021)

مزید انفیکشن، روک تھام اور کنٹرول سے متعلق معلوماتی کتابچے ہماری ویب سائٹ پر دیکھے جا سکتے ہیں، یا آپ عملے کے کسی رکن سے ایک کاپی مانگ سکتے ہیں۔

اگر آپ ہسپتال میں نہیں ہیں

آپ کو اس وقت تک کام یا اسکول نہیں جانا چاہیے جب تک کہ آپ 48 گھنٹے تک علامات سے آزاد نہ ہوں اور آپ اپنے لیے عام طور پر کھا پی رہے ہوں۔ جب تک آپ 72 گھنٹے تک علامات سے آزاد نہ ہو جائیں آپ کو ہسپتال میں کسی سے نہیں ملنا چاہیے۔

یہ بھی ضروری ہے کہ آپ ٹوائلٹ استعمال کرنے کے بعد اور کھانے کو سنبھالنے سے پہلے اپنے ہاتھوں کو صابن اور پانی سے دھوئیں تاکہ وائرس دوسروں کو منتقل ہونے کے خطرے کو کم کیا جا سکے۔

رابطہ کی تفصیلات

اگر آپ کے کوئی سوالات یا خدشات ہیں تو براہ کرم آپ کی دیکھ بھال کرنے والے ڈاکٹر، آپ کے جی پی یا ہسپتال یا کمیونٹی انفیکشن، روک تھام اور کنٹرول نرسوں سے بات کریں۔

انفیکشن، کی روک تھام اور کنٹرول سروس

0121 554 3801 (انفیکشن کنٹرول سروس کے لیے پوچھیں)