Hamilton

جوؤں کے حقائق

جوئیں کیا ہیں؟

بالغ جوں
(اصل جسامت نہیں)

جوئیں چھوٹے کیڑے ہوتے ہیں جو صرف انسانی سر کی جلد پر رہتے ہیں-یہ جسامت میں ایک سوئی کے سرے جتنی ہوتی ہیں-انکے پر نہیں ہوتے اسلیئے یہ اڑ یا چھلانگ نہیں لگا سکتیں اور یہ بلیوں، کتوں،اور کسی اور گھریلو پالتو جانور میں پائی نہیں جاتیں- سر کی جوؤں کا کاٹنا کھجلی اورخارش کا سبب بنتا ہے- خارش زخم بنا سکتی ہے جو جراثیم زدہ ہو سکتے ہیں-

بالوں پر انڈے

جوئیں بالوں پر انڈے دیتی ہیں-یہ انڈے لیکھ بھی کہلاتے ہیں-زندہ انڈے گہرے رنگ کے ہوتے ہیں-یہ جن بالوں پر ہوں انکے رنگ کے بھی ہوسکتے ہیں-لیکھ سوئی کے سرے سے آدھی جسامت کے برابر ہوتی ہیں-یہ بالوں سے چپک جاتی ہیں اور جب آپ انکو چھوتے ہیں تو گرتی نہیں-جب انڈوں سے بچے نکل آتے ہیں تو خول سفید ہوتے ہیں- جیسے جیسے بال اگتے ہیں یہ خالی خول بالوں پر رہ جاتے ہیں-

جوئیں کیسے پھیلتی ہیں؟

جوئیں کسی کے بھی سر میں ہوسکتی ہیں- اسکول کے بچوں میں بڑوں کی نسبت زیادہ جوئیں ہوتی ہیں- جب بچے کھیلتے ہیں تو ان کے سر اکثر ایک دوسرے کو چھوتے ہیں- جوئیں ایک سر سے دوسرے سر پر رینگ جاتی ہیں- سر کی جوئیں ، صرف سر سے سر کے براہِ راست چھونے سے پھیلتی ہیں-

میں جوؤں کو کیسے تلاش کروں؟

تیز روشنی استعمال کریں- اگر آپکے پاس محدب عدسہ ہے تو استعمال کریں- بالوں کو کنگھی سے پھیلا لیں اور سر کی جلد کو دیکھیں- جوئیں بہت تیزی سے رینگتی ہیں ، لیکن وہ اڑتی یا چھلانگ نہیں لگاتیں-

سر کی جلد کے قریبی بالوں میں انڈے تلاش کریں- جوئیں گرم حصوں میں رہنا پسند کرتی ہیں- یہ اکثر کانوں کے پیچھے کے بالوں پر یا جہاں بال گردن سے ملیں وہاں پائی جاتی ہیں- سر پر کھلے زخموں اور کھرنڈوں کو تلاش کریں- ان تمام افراد کا معائنہ کریں جو آپکے گھر میں رہتے ہیں-

اگر میرے خاندان میں سے کسی کے سر میں جوئیں ہوں تو میں کیا کروں؟

اگر آپ کو جوئیں ملیں ، تو قریبی تعلق رکھنے والوں جیسا کہ خاندان کے افراد ، دوستوں اور ہم جماعتوں کو بتائیں تا کہ ان کا بھی جوؤں کیلئے معائنہ کیا جا سکے- تمام گھر کے افراد کو جن کے سر میں جوئیں ہوں ان کو ایک ہی وقت میں علاج کی ضرورت ہو گی-

میں سر کی جوؤں کا علاج کیسے کروں؟

سر کی جوؤں کے لیے بہت سی مصنوعات ہیں۔ ان میں سے کچھ نکس (Nix) اور آر اینڈ سی (R & C) شیمپو ہیں۔ گھریلو ٹوٹکے تجویز نہیں کئے جاتے۔ اس کا کوئی ثبوت نہیں کہ وہ کارآمد ہیں۔ کسی ماہر صحت سے استعمال کیلئے بہترین مصنوعات کے متعلق بات کریں۔ ہدایات کو دھیان سے پڑھیں اور قدم بقدم ان پر عمل کریں اس طرح مصنوعات اپنا کام کرینگی۔ کچھ مصنوعات کہتی ہیں کہ صرف ایک دفعہ استعمال کی ضرورت ہے۔ **لیکن، کوئی جوؤں کی مصنوعات تمام انڈوں کو نہیں مارتی، اس لئے پہلے علاج کے 7 سے 10 دنوں کے بعد دوسرے علاج کی ضرورت ہوتی ہے۔** یہ نئی نکلی ہوئی جوؤں کو مار دے گی۔ علاج کے دوران کنڈیشنرز، جیلز، ہئیر اسپرے، تیل یا موس کا استعمال نہ کریں۔ صرف ایک سادہ شیمپو استعمال کریں۔

اپنے معالج یا دوا ساز کو کسی بھی مصنوعات کے استعمال سے پہلے فون کریں اگر۔۔۔

- اگر کسی کو کسی بھی قسم کی الرجی ہو، خاص طور پر ممز، کرائسن تھیممز، ریگ ویڈ، سینتھیٹک پا ئیریتھرائڈ ز، وغیرہ
- کسی کو سی یزر کی خرابی ہو
- اگر آپ حاملہ یا دودھ پلاتی ہوں اور آپ کو علاج کی ضرورت ہو یا آپ نے دوسرے لوگوں کا علاج کرنا ہو
- آپ کا بچہ 2 سال سے کم عمر ہو
- آپ کو جوئیں بھنوؤں، پلکوں یا داڑھی پر ملیں
- سر کی کھال پھٹی ہوئی یا جراثیم زدہ ہو
- سر کی جوئیں مسلسل دوبارہ آتی رہیں

میں تمام انڈوں سے کس طرح نجات حاصل کروں؟

علاج کے بعد انڈوں کو ہٹادینا، نئی جوؤں کو دیکھنا آسان بنا دیتا ہے۔

- تیز روشنی کے نیچے بیٹھیں۔
- اپنے بچے کو ٹیلی ویژن یا ایک ویڈیو پروگرام دیکھنے دیں، یا پڑھنے دیں تا کہ وہ مصروف رہے۔
- الجھنوں کو سلجھانے کیلئے کنگھی کریں۔ بالوں کی چھوٹی سی لٹ پکڑیں اور باقی بالوں کو کنگھی سے ایک طرف ہٹا دیں۔ آپ لمبے بالوں کو پن لگا کر اس حصہ سے ہٹا دیں جہاں پر آپ کام کر رہے ہیں۔
- اپنے انگوٹھے کے ناخن اور انگلی کے ناخن کو استعمال کرتے ہوئے ہر انڈے کو بالوں پر سے پھسلاتے ہوئے نکال دیں۔ انڈوں کو ایک تھیلی میں ڈالتے رہیں تا کہ جب آپکا کام ختم ہو جائے تو پھینک دیں۔ بالوں کی ایک لٹ پر سے انڈے اتارنے کے بعد اگلے حصہ میں جائیں۔ لمبے بالوں کو پن لگا کر پیچھے کر دیں یا چھوٹی پونی ٹیلز بنا دیں تا کہ صاف کیئے گئے بال ان بالوں سے الگ رہیں جن پر آپ نے ابتک کام ختم نہیں کیا۔ انڈوں کو پھسلا تے رہیں یہاں تک کہ آپ تمام انڈوں کو ہٹا دیں۔
- یہ یقین کرنے کیلئے کہ تمام انڈے ختم ہو چکے ہیں، 4 ہفتوں تک بالوں کا ہفتے میں 2 دفعہ معائنہ کرتے رہیں۔

کیا مجھے کچھ اور دھونے یا صاف کرنے کی ضرورت ہے؟

جوؤں اور انڈوں کو مارنے کیلئے کچھ والدین کنگھیاں، برشوں، تکیئے کے غلافوں اور تولیوں کو گرم پانی میں دھونے اور ڈرائیر میں 20 منٹ تک سکھانے کی خواہش کر سکتے ہیں۔ یہ چیزیں سر کی جوؤں کے پھیلاؤ میں اہم کردار ادا نہیں کرتیں۔

اگر میرے کچھ سوالات ہوں تو میں کسے فون کروں؟

✆ شہر ہیملٹن کی خدمات برائے صحت عامہ - 905-546- CITY (2489)

مزید معلومات اور سر کی جوؤں کے متعلق دوسرے رابطوں کیلئے ہماری ویب سائٹ پر آئیں۔۔۔

www.hamilton.ca/phcs
www.hsph.harvard.edu/headlice
www.caringforkids.cps.ca

نظرثانی شدہ جولائی 2009 - شہر ہیملٹن کی خدمات برائے صحت عامہ اور ہیملٹن-وینٹورتھ اسکول بورڈز کے اشتراک سے بنایا گیا ہے۔
A-019 - 1999.10.01