پانی کی حفظان صحت

# Legionnaires بیماری مددگار معلومات

Legionnaires بیماری نمونیا کی ایک شدید شکل ہے جو Legionella بیکٹیریا کی وجہ سے ہوتی ہے۔ اس قسم کے سانس کے انفیکشن کی علامات میں تیز بخار، سردی لگنا، کھانسی، پٹھوں میں درد، سر درد اور اسہال شامل ہیں۔

Legionella بیکٹیریا کیا ہے؟

Legionella بیکٹیریا قدرتی طور پر پانی کے ذرائع میں پائے جاتے ہیں۔ درجہ حرارت اور غذائی اجزاء کی صحیح حالت کے پیش نظر وہ گھریلو پانی کے نظام میں بڑھ سکتے ہیں۔ لیجیونیلا بیکٹیریا پر مشتمل پانی کی چھوٹی بوندوں کا سانس لینا Legionnaires کی بیماری کے ساتھ ساتھ دیگر کم سنگین بیماریوں کا باعث بن سکتا ہے۔

کون حساس ہے؟

کوئی بھی Legionnaires بیماری پیدا کر سکتا ہے تاہم لوگوں کے بعض گروہوں کے متاثر ہونے کا زیادہ امکان ہے، وہ ہیں:

• وہ لوگ جن کو دمہ یا پھیپھڑوں کی دائمی بیماری ہے۔

• تمباکو نوشی کرنے والے

• بزرگ

• وہ لوگ جن کا مدافعتی نظام کمزور ہو یا پہلے سے موجود حالات

حقائق

• آپ کو پانی پینے سے Legionnaires کی بیماری نہیں ہو سکتی۔

• Legionella 20-49 ڈگری کے پانی کے درجہ حرارت میں بہترین طور پر زندہ رہتا ہے۔

• سیلسیس اور 50 ڈگری سیلسیس سے زیادہ گرم ہونے پر مرنا شروع ہو جاتا ہے۔

• بیکٹیریا بہت چھوٹی بوندوں میں ہونا چاہیے جیسے شاور کے نل سے سپرے۔

گھریلو املاک میں خطرہ بہت کم ہے کیونکہ پانی کے زیادہ تر گھریلو نظاموں کے نسبتاً چھوٹے سائز اور پانی کی زیادہ آمدورفت

آپ کو کیا کرنا چاہئے

اس بیکٹیریا کی تشکیل کے خطرے سے بچنے کے لیے، درج ذیل باقاعدہ حفاظتی احتیاطی تدابیر کا مشورہ دیا جاتا ہے:

• اگر آپ کے پاس گرم پانی کا سلنڈر ہے تو آپ کو یہ یقینی بنانا چاہیے کہ آپ کے پانی کا درجہ حرارت کم از کم 60 ڈگری سیلسیس پر سیٹ کیا گیا ہے تاکہ یہ یقینی بنایا جا سکے کہ بیکٹیریا ختم ہو جائیں، اپنے سلنڈر تھرموسٹیٹ کو اوپر کر کے۔

• تمام آؤٹ لیٹس کو باقاعدگی سے استعمال کریں اور چلائیں۔

• شاور کے سروں اور ہوزوں کو ہر تین ماہ بعد یا اس سے پہلے اگر شاور کے سر میں چونے کے پیمانہ کی رکاوٹ اور تعمیر کے آثار نظر آتے ہیں تو ملکیتی گھریلو ڈیسکلنگ ایجنٹوں کا استعمال کرتے ہوئے اسے توڑا اور صاف کرنا چاہیے۔

• وقتاً فوقتاً شاور کے سر اور نلی کو تبدیل کرنا بھی اچھا عمل ہے، خاص طور پر اگر سنکنرن کے آثار ہوں یا پیمانہ اور رکاوٹیں ہٹانا مشکل ہو جائیں۔

• اگر تمام آؤٹ لیٹس ایک ہفتے سے زیادہ استعمال نہیں ہوتے ہیں جن میں نہانے، بیسن اور سنک کے نلکوں کو استعمال کرنے سے پہلے 10 منٹ تک چلایا جانا چاہیے۔ اسی طرح شاور کے سر اور نلی کو بھی اس طریقے سے صاف کرنا چاہیے۔

براہ کرم ہمیں مطلع کریں اگر:

• آپ کو اپنے آؤٹ لیٹس سے منسلک پائپ ورک کے ساتھ یا آپ کے گھر میں گرم پانی کی فراہمی میں کسی رکاوٹ کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔

• اگر آپ ہمارے شیلٹرڈ رہائشیوں میں سے ایک ہیں اور آپ کو اپنے آؤٹ لیٹس، شاور ہیڈز اور ہوزز کی صفائی اور دیکھ بھال میں مشکلات کا سامنا ہے۔

رابطہ مرکز پر کال کریں: 0121 2163330