



نیو یارک سٹی چھڑی کو شناخت کرنا اور تلف کرنا

نیچے دکھائی گئی زیادہ تر چھڑیاں Staten Island اور شمالی Bronx کے علاوہ نیو یارک سٹی (New York City, NYC) میں بہت کم پائی جاتی ہیں۔ تاہم، یہ NYC کے ارد گرد کے علاقوں میں عام ہیں۔

گلف کوسٹ چھڑی

جنوبی ریاستوں اور اٹلانٹک کی ساحلی ریاستوں میں پائی جاتی ہے۔ ریکیٹسیا پارکیری ریکیٹسیوسیس منتقل کر سکتی ہے۔



بلیک لیگڈ (ڈینر) چھڑی

شمال مشرقی اور وسط جنوبی ریاستوں میں عام ہے۔ Lyme ڈیزیز، ایناپلازموسیس، ٹیبزیوسیس اور ہوواسن وائرس منتقل کر سکتی ہے۔



ایشین لانگ ہارنڈ چھڑی

NYS اور دیگر مشرقی ریاستوں میں عام ہے۔ اس کو امریکہ میں انسانوں میں امراض منتقل کرنے کا باعث نہیں سمجھا جاتا۔



لون اسٹار چھڑی

ریاست نیو یارک (New York State, NYS) اور دیگر مشرقی ریاستوں میں عام ہے۔ ایرلیکایوسیس منتقل کر سکتی ہے اور اس کو الفا گیل سنڈروم (سرخ گوشت سے الرجی) سے منسوب کیا جاتا ہے۔



چھڑیاں چھوٹی سی ہوتی ہیں۔

اوپر تصاویر میں بالغ جسمات کی چھڑیاں دکھائی گئی ہیں۔ یہاں پر چھڑیوں کی حقیقی جسمات دکھائی گئی ہے۔

امریکن ڈاگ چھڑی

راکی پہاڑی سلسلے کے مشرق، بشمول NYC میں عام ہے۔ راکی ماؤنٹین اسپائڈ فیور منتقل کر سکتی ہے۔



اینگار جڈ چھڑی

بالغ

نمف

لاروا

چھڑیوں کے متعلق حقائق

- چھڑیاں خون چوسنے والے ننھے کیڑے ہوتے ہیں۔ سب چھڑیاں امراض کے جراثیم منتقل نہیں کرتیں اور ضروری نہیں کہ جتنے لوگوں کو چھڑی کاٹے وہ سب ہی بیمار ہوں۔
- چھڑیاں اڑتی نہیں اور پھلانگ نہیں لگا سکتیں۔ یہ لوگوں یا جانوروں کے قریب سے گزرنے کا انتظار کرتی ہیں اور خوراک حاصل کرنے کے لیے ان کے جسم سے کسی گرم حصے پر چمٹ جاتی ہیں یا رینگ کر چلی جاتی ہیں۔
- جب تک باہر کا درجہ حرارت نقطہ انجماد سے اوپر ہو، چھڑیاں فعال رہ سکتی ہیں۔
- چھڑیاں نمی آلود موسم اور سائے میں رہنا پسند کرتی ہیں۔ یہ جنگلی علاقوں، بڑھی ہوئی گھاس اور پتوں کے ڈھیروں میں پائی جا سکتی ہیں۔



جلد میں گھسی ہوئی چھڑی، خراش کا سبب بنتے ہوئے۔

چھڑیوں سے لگنے والے امراض میں مبتلا NYC کے زیادہ تر باشندوں میں یہ اس وقت منتقل ہوتے ہیں جب وہ ان علاقوں میں جاتے ہیں جہاں یہ امراض زیادہ عام پائے جاتے ہیں، جن میں اپ اسٹیٹ نیو یارک، لانگ آئی لینڈ، نیو جرسی اور دیگر شمال مشرقی ریاستیں شامل ہیں۔ لوگوں کو چھڑیاں Staten Island میں اور Bronx کے کچھ علاقوں میں بھی لگ سکتی ہیں۔

چھڑیوں سے پھیلنے والے امراض کی نشانیاں اور علامات

Lyme ڈیزیز:

- ایک یا ایک سے زائد ایسی خراشیں جو پھیل کر بیل کی آنکھ جیسی دکھائی دینے لگتی ہیں (یہ خراش چھڑی کاٹنے کی جگہ کے گرد معمول کے مطابق سرخی ہو جانے سے مختلف ہوتی ہے)
- بخار، تھکن، سر درد اور پٹھوں یا جوڑوں میں درد
- اعصاب اور دل کے مسائل اور آرتھرائٹس لاحق ہو سکتے ہیں
- ٹیبزیوسیس، ایناپلازموسیس اور ایرلیکایوسیس:
- بخار، سردی لگنا، سر درد، پٹھوں میں درد اور تھکن
- راکی ماؤنٹین اسپائڈ فیور:
- بخار، سردی لگنا، شدید سر درد، پٹھوں میں درد اور ہتھیلیوں اور پاؤں کے تلووں پر خراش جو پھیل کر باقی جسم پر آ جاتی ہے
- اس کا جلدی اور درست اینٹی بائیوٹک سے علاج نہ کیا جائے تو موت واقع ہو سکتی ہے
- اگر آپ کو ان علامات میں سے کسی کا سامنا ہو تو اپنے نگہداشت صحت فراہم کنندہ کے پاس جائیں۔



چھڑی کے کاٹنے سے بچنے کا طریقہ

- جنگلوں اور گھنی جھاڑیوں اور گھاس یا پتوں کے ڈھیروں والی جگہوں پر جانے سے گریز کریں؛ پگڈنڈیوں کے بیچ میں چلیں۔
- بلکے رنگوں والی لمبی پینٹس یا لمبی آستینوں والی قمیض پہنیں جن پر چھڑیاں آسانی سے دکھائی دے جائیں۔ پینٹ کے پائچوں کو جرابوں کے اندر اڑس لیں تاکہ چھڑیوں کو اپنی جلد سے دور رکھنے میں مدد ملے۔
- ماحولیاتی تحفظ کی ایجنسی (Environmental Protection Agency, EPA) کے پاس رجسٹر شدہ کیڑے بھگانے والا اسپرے یا دوا استعمال کریں۔ یہ کیڑے بھگانے والے اسپرے اور ادویات حفاظت اور مؤثر ہونے کے حوالے سے جانچے گئے ہوتے ہیں۔
- کھلی جلد پر کیڑے بھگانے والا وہ اسپرے یا دوا استعمال کریں جس میں DEET، پیکاریڈن، IR3535، لیمن یوکلپٹس کا تیل، پیرا مینتھین ڈایول (PMD) یا 2-انڈیکانول ہو۔
- اپنے لباس اور سازوسامان پر 0.5 فیصد پرمیٹھرن والا کیڑے بھگانے والا اسپرے یا دوا استعمال کریں۔
- کیڑے بھگانے والے بہت سے قدرتی اجزاء EPA کے پاس رجسٹر شدہ نہیں ہیں اور ان کی جانچ نہیں کی گئی ہے۔
- مزید معلومات کے لیے epa.gov/insect-repellents/find-repellent-right-you ملاحظہ کریں۔
- باہر کھلی فضا میں رہتے ہوئے ہی کپڑوں اور جلد پر چھڑیوں کی موجودگی کی جانچ کر لیں۔

اندر آ جانے کے بعد کیا کیا جائے

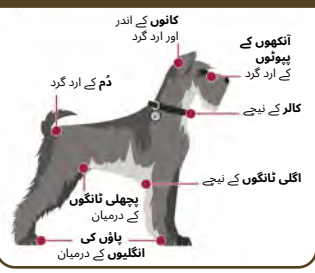
- جلد از جلد نہا لیں یا شاور لیں تاکہ جو چھڑیاں جلد میں گھس نہیں سکیں وہ بہہ جائیں۔
- پورے جسم پر چھڑیوں کی موجودگی کی جانچ کریں۔
- استعمال شدہ کپڑوں کو گرم پانی سے دھوئیں، پھر ان کو لو پر 90 منٹ یا بائی پر 60 منٹ تک سکھائیں۔
- جن کپڑوں کو آپ دھو نہیں رہے ان کو ڈرائیئر میں بائی پر 10 منٹ کے لیے (اگر گیلے ہوں تو زیادہ دیر کے لیے) ڈال دیں۔

اپنے آنگن میں ایک چھڑیوں سے پاک حصہ بنائیں۔
مزید جاننے کے لیے، on.nyc.gov/tick-yard-booklet ملاحظہ کریں۔

چھڑیوں کی موجودگی کے لیے کون سی جگہوں کو دیکھنا چاہیے



چھڑیوں کی موجودگی کے لیے اپنے پالتو جانور کے جسم کے کس حصے پر دیکھنا چاہیے



اپنے پالتو جانوروں کی حفاظت کریں

- اپنے پالتو جانوروں پر چھڑیوں کی موجودگی کی جانچ کریں۔
- ان کے جسم کے بالوں میں انگلیاں پھیر کر دیکھیں کہ کیا کوئی ابھار موجود ہیں۔ ان حصوں کی جانچ کریں جہاں خراش دکھائی دے۔
- اپنے جانوروں کے ڈاکٹر سے اپنے پالتو جانوروں سے چھڑیاں دور رکھنے کے طریقے پوچھیں۔

با حفاظت انداز میں چھڑی ہٹانے کا طریقہ

1. نوکیلا یا باریک سرے والا موچنا استعمال کریں۔
2. چھڑی کو عین اس مقام پر اس کے سر یا منہ سے پکڑیں جہاں سے وہ جلد میں داخل ہوئی ہو۔
3. اوپر کی طرف زور سے اور یکساں رفتار سے کھینچیں۔
4. چھڑی کو بیت الخلا میں بہا دیں یا اس کو ٹیپ میں لپیٹ کر کچرے میں پھینکیں۔ اگر آپ چھڑی کو کسی نگہداشت صحت فراہم کنندہ کے پاس شناخت کے لیے لے جانا چاہتے ہیں تو اس کو سیل بند تھیلی یا برتن میں رکھیں، اور بہتر ہے کہ اس میں تھوڑا سا رینگ الکحل ڈال دیں۔



5. جس جگہ کاٹا ہو اس کو اپنے ہاتھوں کو رینگ الکحل یا صابن اور پانی سے صاف کریں۔

6. علامات پر نظر رکھیں۔ اگر چھڑی ہٹانے یا چھڑیوں والی کسی جگہ پر جانے کے بعد چند ہفتے کے اندر آپ کو خراش، بخار یا فلو نما علامات کا سامنا ہو تو نگہداشت صحت فراہم کنندہ سے بات کریں۔

7. جلد میں گھسی ہوئی چھڑی ہٹانے کے بعد نگہداشت صحت فراہم کنندہ سے بات کرنے پر غور کریں، خاص طور پر اگر آپ کسی ایسے علاقے میں گئے ہوں جہاں Lyme ڈیزیز عام ہو۔ آپ کے نگہداشت صحت فراہم کنندہ تجویز کر سکتے ہیں کہ انفکشن سے بچنے کے لیے ڈاکسیسائیکلن کی ایک خوراک لگوا لیں۔



مزید معلومات کے لیے

nyc.gov/health/ticks یا cdc.gov/ticks ملاحظہ کریں۔

چھڑیوں کی شناخت کے متعلق مزید معلومات کے لیے ٹک انکاونٹر ریسورس سنٹر tickcounter.org ملاحظہ کریں۔

اس کارڈ پر موجود معلومات اور تصاویر نیویارک اسٹیٹ محکمہ صحت (New York State Department of Health) اور مراکز برائے بیماری پر کنٹرول اور روک تھام (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) سے مستعار لی گئی ہیں۔ بلیک لیگڈ (ڈینٹر) چھڑی کی تصویر بتعاون USDA ایگریکلچرل ریسرچ سروس (Agricultural Research Service)۔

