BRITISH COLUMBIA HealthLinkBC

Punjabi – Number 73
October 2017

ਮੇਥੀਸਿਲਿੰਨ – ਰਜ਼ਿਸਟੈਂਟ *ਸਟੈਫਲੋਕੌਕਸ ਔਰੀਅਸ* (ਐਮਆਰਐਸਏ)
Methicillin-Resistant *Staphylococcus Aureus* (MRSA)

ਮੇਥੀਸਿਲਿੰਨ – ਰਜ਼ਿਸਟੈਂਟ *ਸਟੈਫਲੋਕੌਕਸ ਔਰੀਅਸ* (ਐਮਆਰਐਸਏ) ਕੀ ਹਨ?

ਸਟੈਫਲੋਕੌਕਸ ਔਰੀਅਸ (ਐਸ ਏ) (Staphylococcus aureus (SA)) 10 ਸਿਹਤਮੰਦ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਲਗਭਗ 3 ਦੇ ਨੱਕ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਚਮੜੀ ਉੱਤੇ ਪਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਹਨ। ਜਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਐਸ ਏ (SA) ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਇਹ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਤੁਹਾਡੇ ਨੱਕ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਚਮੜੀ ਦੀ ਸਤਿਹ ਉੱਤੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹ ਆਮਤੌਰ ਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦੇ।ਪਰ, ਜੇ ਐਸ ਏ (SA) ਤੁਹਾਡੀ ਚਮੜੀ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਉਸ ਦੇ ਰਾਹੀਂ ਵੜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਰਕੇ ਕਈ ਕਿਸਮ ਦੇ ਵਿਗਾੜ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਚਮੜੀ ਅਤੇ ਜ਼ਖਮਾਂ ਦੇ ਵਿਗਾੜ। ਕਈ ਵਾਰੀ, ਐਸ ਏ (SA) ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਖੂਨ, ਫੇਫੜਿਆਂ ਜਾਂ ਦੂਸਰੇ ਟਿਸ਼ੂਆਂ ਵਿੱਚ ਗੰਭੀਰ ਵਿਗਾੜ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਮੇਥੀਸਿਲਿੰਨ – ਰਜ਼ਿਸਟੈਂਟ *ਸਟੈਫਲੋਕੌਕਸ ਔਰੀਅਸ* (ਐਮਆਰਐਸਏ) ਐਸ ਏ (SA) ਦੀਆਂ ਉਹ ਕਿਸਮਾਂ ਹਨ ਜਿਹੜੀਆਂ ਐਸ ਏ (SA) ਵਿਗਾੜਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਕਈ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧੀ ਹੋ ਗਏ ਹਨ।ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਸਮੱਸਿਆ ਕੇਵਲ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਪਾਈ ਜਾਂਦੀ ਸੀ, ਪਰ ਸਮਾਜ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਐਮਆਰਐਸਏ (ਸੀ ਏ- ਐਮਆਰਐਸਏ) (MRSA (CA-MRSA)) ਦੀਆਂ ਨਵੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਹੁਣ ਸਮਾਜ ਵਿਚਲੇ 5 ਐਸ ਏ (SA) ਵਿਗਾੜਾਂ ਵਿੱਚੋਂ 1 ਕਰਕੇ ਹਨ।

ਐਮਆਰਐਸਏ (MRSA) ਚਿੰਤਾ ਦਾ ਕਾਰਨ ਕਿਉਂ ਹਨ?

ਐਮਆਰਐਸਏ (MRSA) ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਵਿਗਾੜ ਨਹੀਂ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਜੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਆਮ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧ ਕਾਰਨ ਇਲਾਜ ਕਰਨਾ ਬਹੁਤ ਔਖਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।ਸੀਏ–ਐਮਆਰਐਸਏ (CA-MRSA) ਦੇ ਉਪਭੇਦ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਉਪਭੇਦਾਂ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕਿਸਮ ਦੇ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਾਂ ਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਦ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਦੋਵਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਐਮਆਰਐਸਏ (MRSA) ਕਿਵੇਂ ਫੈਲਦਾ ਹੈ?

ਕਿਉਂਕਿ ਐਸ ਏ (SA) ਚਮੜੀ ਦੇ ਸਤਿਹ ਤੇ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਐਮਆਰਐਸਏ (MRSA) ਦਾ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਵਿਅਕਤੀ ਤੱਕ ਫੈਲਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਢੰਗ ਸਿੱਧੇ ਸੰਪਰਕ ਰਾਹੀਂ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਜੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਚਮੜੀ ਦਾ ਵਿਗਾੜ ਜਾਂ ਜ਼ਖਮ ਹੋਵੇ।ਇਹ ਕਿਸੀ ਅਜਿਹੇ ਨਾਲ ਤੌਲੀਏ, ਬਿਸਤਰੇ ਜਾਂ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਵਸਤੂਆਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਵੀ ਫੈਲ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਕੋਲੋਨਾਈਜ਼ਡ ਹੈ ਜਾਂ ਜਿਸਨੂੰ ਐਸਏ ਵਿਗਾੜ ਹੈ।

ਐਮਆਰਐਸਏ (MRSA) ਦੇ ਵਾਹਕ ਹੋਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ, ਨਿਯਮਿਤ ਧੁਲਾਈ ਚਮੜੀ ਤੇ ਮੌਜੂਦ ਸੰਖਿਆ ਅਤੇ ਇਸ ਕਰਕੇ ਵਿਗਾੜ ਹੋਣ ਦੇ ਸੰਜੋਗ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦੀ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਮਆਰਐਸਏ (MRSA) ਵਿਗੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਦੇ ਫੈਲਾਅ ਨੂੰ ਜ਼ਖਮਾਂ ਨੂੰ ਢੱਕਿਆ ਹੋਇਆ ਰਖ ਕੇ, ਨਿਯਮਿਤ ਰੂਪ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋ ਕੇ, ਅਤੇ ਨਿਜੀ ਵਸਤੂਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤੌਲੀਏ, ਧੁਲਾਈ ਵਾਲੇ ਕਪੜੇ, ਰੇਜ਼ਰ, ਕਪੜੇ, ਜਾਂ ਵਰਦੀਆਂ ਜਿੰਨਾਂ ਦਾ ਦੂਸ਼ਿਤ ਜ਼ਖਮ ਜਾਂ ਪੱਟੀ ਦੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਹੋਇਆ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਸਾਂਝੀਆਂ ਨਾ ਕਰਕੇ ਰੋਕ ਸਕਦੇ ਹੋ।ਖੇਡ ਟੀਮਾਂ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਵਿਚ ਐਮਆਰਐਸਏ (MRSA) ਦੇ ਸੰਚਾਰ ਦੇ ਕੁਝ ਕੇਸ ਹੋਏ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਤੌਲੀਏ ਜਾਂ ਵਰਦੀ ਵਰਗੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕੀਤਾ ਹੈ।

ਹੱਥ ਧੋਣ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, HealthLinkBC File #85 ਹੱਥ ਧੋਣਾ: ਰੋਗਾਣੂਆਂ ਨੂੰ ਫੈਲਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰੋ ਦੇਖੋ।

ਐਮਆਰਐਸਏ (MRSA) ਕਿੰਨੇ ਆਮ ਹਨ?

ਐਮਆਰਐਸਏ (MRSA) ਹੁਣ ਐਸ ਏ (SA) ਦਾ 17 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਹਿੱਸਾ ਹਨ, ਅਤੇ ਲਗਭਗ 5 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਲੋਕਾਂ ਉੱਤੇ ਮਿਲਣਗੇ।ਇੰਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ, ਜਿਆਦਾਤਰ ਵਿਗਾੜ ਦਾ ਕੋਈ ਵੀ ਚਿੰਨ੍ਹ ਨਹੀਂ ਦਰਸ਼ਾਉਂਦੇ।

ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਵਿੱਚ, ਜਿਥੇ ਐਮਆਰਐਸਏ (MRSA) ਵਿਗਾੜ ਜਿਆਦਾ ਗੰਭੀਰ ਸਾਬਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਐਮਆਰਐਸਏ (MRSA) ਦੇ ਫੈਲਾਅ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਖਾਸ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਐਮਆਰਐਸਏ (MRSA) ਲਈ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?

ਸਿਹਤਮੰਦ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਐਮਆਰਐਸਏ (MRSA) ਵਾਸਤੇ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਵਿਗਾੜਗ੍ਰਸਤ ਹੋਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਬਹੁਤ ਹੀ ਘੱਟ ਹੈ।

ਮੇਰੇ ਐਮਆਰਐਸਏ (MRSA) ਨਾਲ ਵਿਗਾੜਗ੍ਰਸਤ ਹੋਣ ਦੀ ਕੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ?

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸਿਹਤਮੰਦ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਐਮਆਰਐਸਏ (MRSA) ਦੇ ਨਾਲ ਬੀਮਾਰ ਹੋਣ ਦੇ ਸੰਜੋਗ ਨਿੰਮੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਐਮਆਰਐਸਏ (MRSA) ਬਾਰੇ ਸੋਚੇਗਾ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਸ ਏ (SA) ਦਾ ਵਿਸ਼ਿਸ਼ਟ ਵਿਗਾੜ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਫੋੜਾ ਜਾਂ ਚਮੜੀ ਦਾ ਫੋੜਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਖਤਰਾ ਜਿਆਦਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਲਈ, ਵਾਰ ਵਾਰ, ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਜਿਆਦਾ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਵਰਤੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਖਤਰਾ ਤਾਂ ਵੀ ਜਿਆਦਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਕਾਫੀ ਦੇਰ ਇਲਾਜ ਚਲਿਆ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਰਜਰੀ ਹੋਈ ਹੈ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਜਿਥੇ ਪਹਿਲਾਂ ਐਮਆਰਐਸਏ (MRSA) ਦੇ ਕੇਸਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਟੀਕਿਆਂ ਰਾਹੀਂ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਅਤੇ ਲੰਮੀ ਮਿਆਦ ਦੀ ਬੀਮਾਰੀ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਜਿਆਦਾ ਖਤਰਾ ਹੈ।

ਐਮਆਰਐਸਏ (MRSA) ਕਿੰਨੀ ਦੇਰ ਤੱਕ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ?

ਐਮਆਰਐਸਏ (MRSA) ਸਿਹਤਮੰਦ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਨੱਕ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਚਮੜੀ ਉੱਤੇ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਜ਼ਖਮਾਂ ਵਿੱਚ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਕਈ ਹਫਤਿਆਂ ਜਾਂ ਸਾਲਾਂ ਲਈ ਵੀ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ।ਐਮਆਰਐਸਏ (MRSA) ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਕਈ ਵਾਰੀ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰਾਂ ਤੋਂ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਪਰ ਐਮਆਰਐਸਏ (MRSA) ਵਾਪਸ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ।

ਐਮਆਰਐਸਏ (MRSA) ਵਿਗਾੜਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨੱਕ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਚਮੜੀ ਉੱਤੇ ਐਮਆਰਐਸਏ (MRSA) ਮੌਜੂਦ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਸਿਹਤਮੰਦ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਲਾਜ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਆਮ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ।ਹਾਲਾਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ, ਸਹਿਕਰਮੀਆਂ ਜਾਂ ਜਨਤਾ ਲਈ ਖਤਰਾ ਨਹੀਂ ਹੋ, ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਵਰਤ ਕੇ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ ਨਾਲ ਧੋਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।ਸੰਭਵ ਹੈ ਕਿ ਅਲਕੋਹਲ ਰੱਬ ਨੂੰ ਵਰਤਣਾ ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ ਸਤਿਹਾਂ ਨੂੰ ਛੂਹਣ ਕਰਕੇ ਐਮਆਰਐਸਏ (MRSA) ਦਾ ਫੈਲਾਅ ਰੋਕ ਸਕੇ।ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਕੰਮ ਦੀ ਥਾਂ, ਸਕੂਲ ਜਾਂ ਡੇਕੇਅਰ ਦੀ ਥਾਂ ਇਹ ਦੱਸਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਅੰਦਰ ਐਮਆਰਐਸਏ (MRSA) ਹੈ।

ਜੇ ਫੋੜਾ ਵਿਕਸਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸੰਭਵ ਹੈ ਕਿ ਚਮੜੀ ਦੇ ਹਲਕੇ ਵਿਗਾੜਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕੇਵਲ ਨਿੱਘੇ ਦਬਾਅ ਜਾਂ ਨਿਕਾਸ ਦੁਆਰਾ ਹੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਏ। ਜੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋਏ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਨਿਰਦਿਸ਼ਟ ਕਰੇਗਾ।

ਐਮਆਰਐਸਏ (MRSA) ਵਿਗਾੜਾਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਕਿਵੇਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?

ਐਮਆਰਐਸਏ (MRSA) ਤੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਕੋਈ ਵੈਕਸੀਨ ਨਹੀਂ ਹੈ।ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਚੀਜ਼ ਜਿਹੜੀ ਤੁਸੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਉਹ ਹੈ ਖਾਣ, ਪੀਣ, ਨਿਜੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਉਤਪਾਦ ਲਗਾਉਣ, ਆਪਣੇ ਚਿਹਰੇ, ਨੱਕ ਜਾਂ ਅੱਖਾਂ ਨੂੰ ਛੂਹਣ, ਅਤੇ ਟਾਇਲਟ ਵਰਤਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥ ਧੋਣਾ।ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 15 ਸੈਕਿੰਡ ਲਈ ਨਿੱਘਾ ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਸਾਬਣ ਵਰਤ ਕੇ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਧੋਵੋ (ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰਾਂ ਧੋਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ, ਏ ਬੀ ਸੀ ਗੀਤ ਗਾਓ)। ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਸੁਕਾਉਣ ਲਈ ਪੇਪਰ ਟਾਵਲ ਵਰਤੋ। ਜੇ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਉਪਲਬਧ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਅਲਕੋਹਲ ਅਧਾਰਤ ਹੈਂਡ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਵਰਤੋ। ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਉਸ ਵੇਲੇ ਤੱਕ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਹੱਥ ਦੇਖਣ ਵਿੱਚ ਗੰਦੇ ਨਾ ਦਿਖਾਈ ਦੇਣ।

ਕੁਝ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਰੇਲਿੰਗਾਂ, ਨਲਕਿਆਂ ਅਤੇ ਹੈਂਡਲਾਂ ਵਰਗੇ ਸਤਿਹਾਂ ਤੇ ਦਿਨਾਂ ਜਾਂ ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੱਕ ਵੀ ਜ਼ਿੰਦਾ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ।ਘਰੇਲੂ ਸਫਾਈ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥ ਨਾਲ ਇੰਨਾਂ ਸਤਿਹਾਂ ਦੀ ਨਿਯਮਿਤ ਸਫਾਈ ਵੀ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੇ ਫੈਲਾਅ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।ਸੀ ਏ- ਐਮਆਰਐਸਏ (CA-MRSA) ਉਸ ਵੇਲੇ ਵੀ ਫੈਲ ਗਿਆ ਹੈ ਜਦੋਂ ਲੋਕ ਤੌਲੀਏ ਜਾਂ ਖੇਡ ਕੁਦ ਵਾਲੇ ਕਪੜਿਆਂ ਜਾਂ ਸਮਾਨ ਜਿਹੜੇ ਚਮੜੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਵਿਵਸਥਿਤ ਖੇਡਾਂ ਦੇ ਖਿਡਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਜਦੋਂ ਵੀ ਸੰਭਵ ਹੋਏ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਆਪਣੀ ਵਰਦੀ ਅਤੇ ਪੈਡਾਂ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਐਮਆਰਐਸਏ (MRSA) ਦੇ ਫੈਲਾਅ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਕਿਹੜੇ ਕਦਮ ਚੁੱਕੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ?

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਮੁਲਾਕਾਤ ਲਈ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਗਏ ਹੋ, ਤਾਂ ਐਮਆਰਐਸਏ (MRSA) ਦੇ ਫੈਲਾਅ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਧੋਣ ਜਾਂ ਹਸਪਤਾਲ ਅਤੇ ਮਰੀਜ਼ ਦੇ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਅਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਵੇਲੇ ਹੈਂਡ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਸਮੇਤ ਹਸਪਤਾਲ ਦੀਆਂ ਸੇਧਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ।

ਜੇ ਸੰਭਵ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਐਮਆਰਐਸਏ (MRSA) ਦੇ ਵਾਹਕ ਹੋ ਅਤੇ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਦਾਖਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸਟਾਫ ਨੂੰ ਦੱਸੋ।ਦੂਸਰੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਸਟਾਫ ਦੀ ਐਮਆਰਐਸਏ (MRSA) ਵਿਗਾੜ ਤੋਂ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਲਈ ਕਦਮ ਚੁੱਕੇ ਜਾਣਗੇ।

BC Centre for Disease Control
An agency of the Provincial Health Services Authority