

## MRSA څه شی دی؟

سټافیلوکوکوس آروس عادي باکتریا دي چې مور يې ممکن زموږ پوتکي يا پزه کې ولرو. په نورمال ډول مور نشو پوهيدی چې دغه باکتریا دلته شتون لري مگر ځينې وختونه دا د عفونيت لامل کيدی شي، چې عموماً د پوتکي بې زياته عفونيتونه وي. په ندرت سره، په ځانگړي توگه د عفونيت پروراندې ضعيف دفاع لرونکي خلکو کې دغه باکتریا ممکن د جدي عفونيتونو لامل شي. د دغه باکتریا د عفونيتونو درملنه د انټي بيوتيک سره شونې ده.

د سټافیلوکوکوس آروس ځينې ډولونه د انټي بيوتيک خورا ډيری نوع پروراندې غبرگون نه نسيي (مقاومت کوي). پدغه صورت کې دې باکتریا ته MRSA (د ميتيسيلين – مقاوم سټافیلوکوکوس آروس) ويل کيږي. د MRSA سره ستونزه دا ده چې د دې باکتریا له امله پيښ شوي عفونيتونو درملنه خورا ستونزمنه وي او ځانگړي ډول انټي بيوتيک ته اړتيا وي.

## مور ولې د MRSA په اړه دومره اندېښمن يو؟

لدې چې MRSA د جدي عفونيتونو لامل کيدی شي، په ځانگړي توگه ضعيف معافيت لرونکي خلکو کې، نو د رغوټونو او رنځورپالنې کورونو په څير چاپيريالونو کې د خپرېدو مخه نيول خورا مهم دي. پدغه ځايونو کې تل زيان ليدونکي او د خطر سره مخ خلک موجود وي او مور بايد د امکان تر حد پورې د دوی ساتنه وکړو.

## MRSA څنگه خپريږي؟

لومړی ځل او تر ډيره کچه MRSA د خلکو تر مينځ مستقيم اړيکي له لارې خپريږي، د هغه خلکو تر مينځ خورا په اسانۍ چې د يوبل سره ډير زيات نږدې والی لري، لکه هغوی چې په يوه کورنۍ کې ژوند کوي، مگر د تخت پوښاک او نورو پوښاکو له امله هم خپريږي. نوموړې باکتریا د اورېدې مودې لپاره په وچه خاوره يا ډيره کې هم ژوند کولی شي.

## د MRSA لپاره بايد د چا معاینه وشي؟

هر هغه څوک چې د MRSA شتون سره مخ شوی وي او هغه څوک چې په ناروی کې په روغتون يا د رنځورپالنې کور کې کار کوي، يا هغه څوک چې د ناروغ په توگه کوم يوه روغتیايی نهاد کې بستري کيږي بايد د MRSA لپاره معاینه شي.

هغه خلک چې د کورني ژويو وغيره سار کار کوي، بايد په ځانگړي توگه د MRSA لپاره معاینه شي که چيرې د MRSA سره مخ شوي وي.

## هغه خلک چې د MRSA – مثبت دي

## پدې کې څه دخيل دي که څه MRSA ليرېدوم؟

که تاسو خبر شوي ياست چې تاسو د MRSA لرونکي يا ليرېدونکي ياست نو پدې معنی دی چې د MRSA باکتریا ستاسو بدن کې شتون لري، مگر تاسو ناروغ نه ياست. مگر حتی که تاسو ناروغ هم نه ياست نو نور ستاسو له امله پدې ککر کيدی شي.

که تاسو پوهيږئ يا شک لرئ چې تاسو MRSA لرئ او تاسو يوه روغتون ته د ناروغ يا ليدونکي په حيث ورځئ، نو دلته موجود کارمندان بايد خبر کړی شي چې تاسو MRSA لرئ. احتیاطي چارې به پرمخ وپورل شي ترڅو دلته موجود زيان ليدونکي ناروغان پدې ککر نشي.

## ایا زه کولی شم چی کار ته ولاړ شم که زه MRSA ولرم؟

هو، تر هغه وخت پورې چې تاسو په روغتیایی خدماتو (د رنځورپالنې کور یا روغتون) یا د کورني ژویو سره کار نه کوئ. وړاندیز شوي احتیاطي چارې په پام کې ونیسئ. ماشومان کولی شي ورکتون او بڼوونځي ته ولاړ شي. نه بڼوونځي، نه ورکتون او نه هم ستاسو کار گومارونکي (په استثنا د هغوی چې روغتون/د رنځورپالنې کور/کورني ژویو سره کار کوي) اړتیا لري چې پوهه شي تاسو MRSA لری.

هغه خلک چې MRSA ککړ وي کولی شي په نورمال ډول یو بل سره فعل او انفعال ولري.

## که زه MRSA ولرم نو څه باید تعقیب کړم؟

که تاسو د MRSA لرونکي یاست، تاسو باید خپل عمومي ډاکټر (GP) سره وغږیږئ. دغه باکټریا ممکن پخپله له مینځه ولاړه شي او ډیری وختونه هېڅ هم نه کوي. مگر که تاسو د ناروغ وگړو یا د ژویو رمو سره کار کوئ نو باید درملنه شي چې لدغه باکټریا خلاص شي (جلا پاراکراف وگورئ).

که تاسو MRSA لری او روغتون کې داخل شوي یاست، تاسو باید خپله خونه کې جلا شي. تاسو نباید غیر لدې چې لازم وي وارد ته دننه شي. کارمندان چې کله ستاسو خوا ته راځي نو باید طلايي کټونه، دستکشي او د مخ ماسکونه واغوندي. تاسو کولی شئ لیدونکي ولری مگر دوی باید خپل لاسونه د باکټریا ضد عفونیت پاکونکو سره خپل لاسونه په بڼه توگه پریمنځي مخکې لدې چې له خوني څخه ووځي.

## ایا زما کورنی باید معاینه شي که زه MRSA ولرم؟

که چیرې کوم څوک چې تاسو سره اوسیري او په روغتیایی مرکز کې یا د ژویو سره کار کوي یا روغتون/د رنځورپالنې کورني ته داخلیري، نو دوی باید د MRSA لپاره معاینه شي. که تاسو درملني ته ورځئ، نو مور وړاندیز کوو چې هغوی چې تاسو سره اوسیري لومړی باید معاینه شي. که چیرې لدوی څخه کوم یو یې هم MRSA ولري نو ممکن په تاسو بیاځلي درپورې شي. نو همدې لپاره باید د دغه باکټریا لرونکي ټول وگړي چې په یوه کورني کې وي په یو وخت کې درملنه شي.

## په نورو د پورې کیدو څخه مخنیوي لپاره زه څه کولی شم؟

د دې عفونیت خپریدو مخنیوي لپاره د لاسونو غوره حفظ الصحه خورا مهم گام دی. په پوتکي کې تپونه او پرې شوي ځایونه پاک کړي او وي پوښئ. خپلي ریزري او جان پاکونه/دست پاکونه د نورو سره مه شریکوی. ډاډ لاسنه راوړئ چې تاسو د خپل ټوخي/پرنجی پروراندې خپل ځنگل نیسئ، په ځانگړي توگه کله چې تاسو په ستوني کې MRSA ولری.

## د معایناتو په اړه

ډاکټران یا رنځورپالان د معایناتو ترسره کولو لپاره د کاتین مالوچو څخه کار اخلي. د پزي سوریو پای، د ستوني شا، او د پتون برخي په بیله بیا د تپونو څخه مایعات اخیستل کیږي. د معایناتو پایلو ترلاسه کول څو ورځي وخت نیسي. که تاسو روغتون کې داخل شوي یاست نو تاسو باید تر هغه وخت پورې جلا وساتل شي چې د معایناتو پایلي چمتو شي.

## د درملني په اړه

د MRSA لرونکي درملنه د بدن څخه د MRSA باکټریا لري کولو درملنه ده. ستاسو ډاکټر به مشخص کړي چې څنگه درملنه باید پرمخ وپورل شي. عمومي کړنلاره یې دا ده چې تاسو خپل بدن او وینسته د انټي سبپټیک سره مینځي او یو د انټي بیوتیک ملهم ستاسو پزه کې کارول کیږي ځکه چې دغه باکټریا عموماً دلته شتون لري. سربیره پردې، پوښونه او کالي یا پوښاک (په 60 درجو کې پرې مینځل شي) باید هره ورځ پرې مینځل شي.

که چیري باکتريا په ستوني کې وموندل شي، نو تاسو باید هره ورځ سهار او ماښام د خولي مينځلو ځانگړي موادو سره غرغره وکړئ. بشپړه درملنه 10-5 ورځې دوام کوي.

کله چې درملنه مکمل شي، نو د کنټرول معاینات هره یوه، دوه او درې اونۍ اخیستل کېږي. وړاندیز کېږي چې هر درې، شپږ او 12 میاشتې وروسته نوي معاینات وکړئ. ځینې وختونه درملنه باید څو ځله ترسره شي مخکې لدې چې دغه باکتريا په بریا سره له بدن څخه لرې کړی شي.

#### نور معلومات

د ناروی د عامې روغتیا انستیتیوت (Folkehelseinstituttet):

[http://www.fhi.no/eway/default.aspx?Main\\_6157=6263:0:25,5785&MainContent\\_6263=6464:0:25,8912&List\\_6212=7210:0:25,8913:1:0:0:::0:0](http://www.fhi.no/eway/default.aspx?Main_6157=6263:0:25,5785&MainContent_6263=6464:0:25,8912&List_6212=7210:0:25,8913:1:0:0:::0:0)

د ناروی د خوارو محافظت اداره (Mattilsynet):

[Informasjon om testing for MRSA av personer i kontakt med svinebesetninger, juli 2015.pdf](#)