جنسی طور پر منتقل ہونے والی
انفکشن / بیماریاں

سیشن کا نام: جنسی طور پر منتقل ہونے والی انفکشن / بیماریاں

تعارف: دنیا بھر میں جنسی طور پر منتقل ہونے والی بیماریاں لوگوں کی ایک بڑی تعداد کی بیماری، بانجھ پن، لمبے عرصے کی معذوری اور ہلاکت کا باعث بنتی ہیں ورلڈ ہیلتھ آگنائزیشن کے مطابق" ترقی پذیر ممالک میں جنسی طور پر منتقل ہونے والی بیماریاں اوران کی پیچیدگیاں ' ان پانچ پہلی بیماریوں میں سے ہیں جن کیلئے بالغ علاج کرواتے ہیں *۔"ان بیماریوں کی ورک تھام کے لئے ضروری ہے کہ ان سے متعلق اہم معلومات کو عام کیا جائے۔ تا کہ ان خطرناک بیماریوں سے بچا جا سکے یا پھر بروقت علاج ممکن ہو سکے۔

مقصد: اس سیشن کے درج ذیل مقاصد ہیں؛

- ☆ جنسی بیماریاں کیا ہیں اور ان کی علامت کے بارے میں آگاہی؛
- ☆ ایچ آئی وی/ایڈز اور جنسی بیماریوں میں تعلق کے بارے میں جاننا؛
- ☆ جنسی بیماریوں سے بچاؤ اور علاج کے بارے میں معلومات فراہم کرنا؛
- ☆ جنسی بیماریوں کی روک تھام کے لئے مل کر کام کرنے کی اہمیت کو فروغ دینا۔

مقررہ وقت: ڈھائی گھنٹے

طریقہ کار: سوچ بچار، سولات و جوابات، گروپ ورک، اور سوال و جواب کا مقابلہ

درکار ساز و سامان: چارٹ، پرمانٹ مارکر، معلوماتی مواد، سیشن سے پہلے اور بعد کے معلومات کے جائزہ لینے کا فارم

عمل:

پہلا قدم: کمیونٹی ہیلتھ ایجوکیٹر شرکاء سے سیشن سے پہلے کی معلومات کا جائزہ لینے کا فارم بھروائے جو کہ مثال نمبر 1 میں دیا گیا ہے۔ فارم بھروانے کیلئے ایک ایک سوال کو پڑھ کر شرکاء کو اس کا مطلب سمجھا کر بھرنے کا عمل کروائے اور اگر کسی شریک کی سمجھنے کی صلاحیت کم ہونے کی صورت میں کمیونٹی ہیلتھ ایجوکیٹر اس کی لکھنے میں مدد بھی کرے گا۔

دوسرا قدم: اور پھر سوال کرے کہ وہ جنسی طور پر منتقل ہونے والی انفکشن / بیماریاں کے بارے میں کیا جانتے ہیں۔

تیسرا قدم: ان کے جوابات کو چارٹ پر لکھے اور پھر اس میں سے جنسی طور پر منتقل ہونے والی انفکشن / بیماریاں کے بارے میں پوائنٹ نکالتے ہوئے ان کے ساتھ جنسی طور پر منتقل ہونے والی بیماریوں کی تعریف والی مثال نمبر 2 شیئر کرے گا۔

چوتھا قدم: شرکاء سے پوچھیں کہ ان کے خیال میں یہ بیماریاں کیسے پھیلتی ہیں اور کیوں خطرناک ہوتی ہیں۔ ان کی آراء کو چارٹ پر دو خانے بنا کر تحریر کریں۔ بنیادی نکات کے بارے میں وضاحت کرتے ہوئے مثال نمبر 3 (جنسی بیماریاں کیسے پھیلتی ہیں اور یہ خطرناک کیسے ہوتی ہیں) پر تبادلہ خیال کریں۔

پانچواں قدم: پھر شرکاء سے سوال کریں کہ " کیا آپ جانتے ہیں کہ جنسی بیماریاں کون کون سی ہوتی ہیں" ان کے جوابات کو چارٹ پر لکھتے جائیں۔ پھر ان میں سے جنسی طور پر منتقل ہونے والی بیماریاں کو الگ کریں۔ اور ان کے ساتھ مثال نمبر 4 پر تبادلہ خیال کریں۔

چھٹا قدم: ٹریز شرکاء کو تین گروپوں میں تقسیم کرے اور ان سے کہیں کہ وہ درج ذیل نکات کے بارے میں اپنی معلومات کا آپس میں تبادلہ خیال کریں۔ صحیح بیان کرنے والے کو بہتر تصور کیا جائے گا۔

گروپ نمبر ایک۔ جنسی طور پر منتقل ہونے والی بیماریوں کی وجوہات

گروپ نمبر دو۔ جنسی طور پر منتقل ہونے والی بیماریوں سے بچاؤ

گروپ نمبر تین۔ جنسی طور پر منتقل ہونے والی بیماریوں کی علامات

چھٹا قدم: جب شرکاء کام کر لیں۔ تو کمیونٹی ہیلتھ ایجوکیٹر ہر گروپ سے جنسی طور پر منتقل ہونے والی بیماریوں کی وجوہات پوچھے اور اگر وہ صحیح بتائیں تو ان کو ایک نمبر دے اس طرح تینوں نکات کے بارے میں باری باری سب گروپوں سے پوچھے۔ اور ان کو نمبر دیتا جائے اور آخر میں ان کے ساتھ مثال نمبر 5 پر تبادلہ خیال کریں۔

ساتواں قدم: کمیونٹی ہیلتھ ایجوکیٹر شرکاء سے سیشن سے بعد کی معلومات کا جائزہ لینے کا فارم بھروائے جو کہ مثال نمبر 6 میں دیا گیا ہے۔ فارم بھروانے کیلئے ایک ایک سوال کو پڑھ کر شرکاء کو اس کا مطلب سمجھا کر بھرنے کا عمل کروائے اور اگر کسی شریک کی سمجھنے کی صلاحیت کم ہونے کی صورت میں کمیونٹی ہیلتھ ایجوکیٹر اس کی لکھنے میں مدد بھی کرے گا۔

آٹھواں قدم: سب سے آخر میں سیشن سے پہلے اور بعد کی معلومات کے حوالے سے صحیح جوابات والا فارم شیئر کرے۔ جو کہ مثال نمبر 7 میں دیا گیا ہے۔

ٹرنیر کے لئے ہدایات

چونکہ جنسی طور پر منتقل ہونے والی بیماریوں کے بارے میں کمیونٹی میں بات کرنا کافی حساس معاملہ ہے اس لئے ٹریز شرکاء کو بتائے کہ اس کو آپ کوشش کریں کہ ون ٹو ون سیشن میں کریں۔ اور ٹریز بھی شرکاء کے ساتھ بات کرتے ہوئے اس بات کا خاص خیال کرے۔ کہ یہ سیشن سنجیدہ ماحول میں کیا جائے۔ اور شرکاء میں سے کوئی ایسا سوال کرے جس کو فورم پر جواب دینا مناسب نہ ہو تو اس کو الگ سے جواب دیں، اور سیشن کے دوران سنجیدگی کے ماحول کو کوشش کے ساتھ قائم رکھیں۔

مثال نمبر 1

سیشن سے پہلے کی معلومات کا جائزہ فارم

سوال نمبر ایک: آپ کے خیال میں ایس ڈی آئی (STI) سے کیا مراد ہے۔

1۔ ایسی بیماری جو جنسی بے راہ روی سے پھیلتی ہیں۔

2۔ ایسی بیماری جو خون کے منتقل ہونے سے پھلیتی ہے۔

3۔ ایسی بیماری جو I/V دوائیوں کے استعمال سے پھلتی ہے۔

سوال نمبر دو: جنسی طور پر منتقل ہونے والی کون سی بیماریاں ہیں؟

1۔ ہیپا ٹائٹس اور ایڈز

2۔ کینسر

3۔ کالا موتیا

سوال نمبر تین: جنسی طور پر منتقل ہونے بیماریوں کے پھیلنے کی کیا وجوہات ہیں؟

1۔ گندگی سے

2۔ خون کے ذریعے

3۔ جنسی بے راہ روی سے

4۔ اوپر دیئے تمام ذریعوں سے

سوال نمبر چار: جنسی طور پر منتقل ہونے بیماریوں کی ورک تھام کے لئے کیا اقدامات کرنے چاہیے۔

1۔ لوگوں میں آ گاہی دینی چاہیے۔

2۔ اگر کسے کا یہ بیماری لگنے کا خدشہ ہوتو فوراً علاج کروائیں۔

3۔ دونوں طریقے موثر ہیں۔

سوال نمبر پانچ: کیا جنسی طور پر منتقل ہونے بیماریوں وبائی ہیں؟

1۔ نہیں

2۔ ہاں

سوال نمبر چھ: کیا یہ بیماری حاملہ عورت سے بچے کو منتقل ہوسکتی ہے۔

1۔ نہیں

2۔ ہاں

مثال نمبر 2

جنسی طور پر منتقل ہونے والی انفکشن / بیماریوں کی تعریف

ایسی بیماریاں جو کہ غیر محفوظ جنسی تعلق، غیر محفوظ I/V ادویات یا پھر غیر ٹیسٹ شدہ خون کے ذریعے ایک فرد سے دوسرے فرد کو منتقل ہوتی ہیں۔ جنسی طور پر منتقل ہونے والی انفکشن / بیماریاں کہلاتی ہیں یہ تولیدی نظام صحت اور عام صحت کو بھی متاثر کرتی ہیں۔

مثال نمبر 3

جنسی بیماریاں کس طرح پھیلتی ہیں

کسی بھی قسم کا غیر محفوظ جنسی ملاپ جنسی بیماریوں کا باعث بنتا ہے۔بعض اوقات یہ بیماری صرف رگڑنے سے ہی جنسی بیماری منتقل ہوجاتی ہے۔جنسی بیماری متاثرہ حاملہ عورت سے اس کے ہونے والے بچے کو بھی منتقل ہوسکتی ہے۔ یہ منتقلی بچے کی پیدائش سے پہلے یا دوران ہوسکتی ہے۔

کس طرح نہیں پھیلتی

روزہ مرہ کی مصروفیات سے نہیں پھیلتی۔

ایک غسل خانہ استعمال کرنے سے نہیں پھیلتی۔

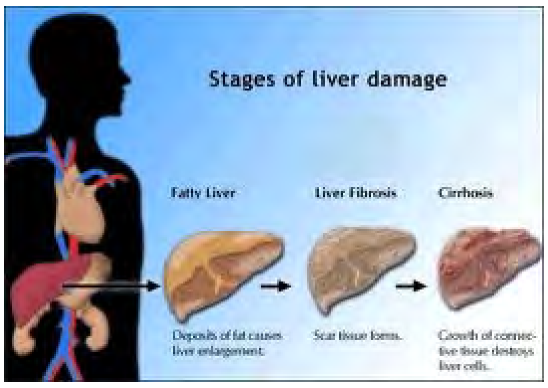
مریض سے ساتھ کھانے پینے سے نہیں پھیلتی۔

یہ بیماریاں کیوں خطرناک ہوتی ہیں

ان بیماریوں کو دنیا کی شدید نوعیت کی بیماری سمجھا جانے لگا ہے کیونکہ اس کی وجہ سے درج ذیل خطرناک مسائل ہوسکتے ہیں

- ☆ بانجھ پن، رحم سے باہر حمل کا ہوجانا، پیٹ کے نچلے حصے (PELVIC) میں مسلسل درد، اسقاط حمل
- ☆ گردوں کا فیل ہوجانا مسلسل پیشاب میں انفکشن کی وجہ سے
- ☆ تولیدی نظام کا کینسر
- ☆ ڈپیریشن
- ☆ جگر کا سکڑ جانا
- ☆ بار بار پیڑو (Pelvic) میں سوزش کا ہونا
- ☆ مسلسل انفکشن کی وجہ سے موت کا واقع ہوجانا

Healthy
Fatty
Cirrhosis


Stages of liver damage
Fatty Liver
Liver Fibrosis
Cirrhosis
Deposits of fat causes liver enlargement.
Scar tissue forms.
Growth of connective tissue destroys liver cells.

مثال نمبر 4

جنسی طور پر منتقل ہونے والی بیماریاں

- ☆ آتشک (Gonorrehea)
- ☆ ہیپا ٹائٹس B
- ☆ کلے میڈیا (Chlamydia)
- ☆ ہیپا ٹائٹس C
- ☆ ٹریکومونس انفکشن (Trichomonas vaginal infection)
- ☆ ہرپیز (Herpes)
- ☆ سوزاک (Syphilis)
- ☆ ایچ آئی وی ایڈز
- ☆ مسے/موہ قعے (Genital Warts)
- ☆ شنگلز (Shingle)

جنسی طور پر منتقل ہونے والی بیماریوں کی اقسام

1۔ ایسی بیماری یا انفکشن جو کہ بلواسطہ (Direct) طور پر منتقل ہو جائیں۔ مثلاً ہیپا ٹائٹس B، ے/موہ قعے

2 یسی بیماری یا انفکشن جو کہ بلاواسطہ (In Direct) طور پر منتقل ہو جائیں۔ سوزاک، آتشک

مثال نمبر 5

وجوہات

☆ غیر معیاری صفائی
☆ ایک سے زیادہ جنسی تعلقات
☆ غیر محفوظ جنسی تعلق
☆ آلودہ خوراک یا پانی
☆ غیر ٹیسٹ شدہ خون
☆ جسم پر نقش نگاری
☆ I/V دوائیاں
☆ آلودہ سرنجیں

علامات

☆ ہلکا بخار
☆ شرم گاہ سے بدبودار مواد کا اخراج
☆ بے قائدہ ماہواری
☆ کمر / پیٹ کے نچلے حصے میں درد
☆ پیشاب میں انفکشن یا پیشاب کرتے ہوئے جلن یا درد کا ہونا
☆ تولیدی نظام کی سوزش (بچہ دانی، ٹیوبیں، اوری وغیرہ)
☆ جنسی اعضاء پر خارش
☆ جنسی اعضاء پر دانے اور سرخ ہو جانا

بچاؤ

☆ جنسی طور پر منتقل ہونے والی بیماریوں بارے میں شعور آگاہی پیدا کرنا
☆ جب انفکشن ہو تو صحیح اور مکمل علاج کروانا
☆ جنسی تعلق محفوظ بنانا
☆ تولیدی ایریا کی مکمل صفائی کا خیال رکھیں۔ صفائی کے لئے پانی اور صابن استعمال کریں
☆ لوگوں کو جنسی طور پر منتقل ہونے والی بیماریوں خاص کر ایسے لوگوں کو جن کے درمیان جنسی تعلقات ہوں یا وہ جنسی تعلق رکھتے ہوں کو اس کی خطرناک علامات کے بارے میں بتانا۔

غلط اندازے

☆ کہ یہ صرف شادی شدہ میں ہوتا جو کہ غلط ہے۔ یہ ہر اس شخص کو ہو سکتی ہے جو جنسی تعلق رکھتا ہے۔
☆ کہ نو بالغوں میں نہیں ہوتی جو کہ سراسر غلط ہے۔ یہ کسی بھی عمر میں ہو سکتی ہے۔
☆ اس کے لئے کسی علاج کی ضرورت نہیں بلکہ اس کے لئے علاج کی زیادہ ضرورت ہے کیونکہ اس کے پھلنے کے زیادہ چانس ہوتے ہیں۔

PRESCRIPTION ONLY
KEEP OUT OF REACH OF CHILDREN

مثال نمبر 6

سوال نمبر ایک: آپ کے خیال میں ایس ڈی آئی (STI) سے کیا مراد ہے۔

1۔ ایسی بیماری جو جنسی بے راہ روی سے پھیلتی ہیں۔

2۔ ایسی بیماری جو خون کے منتقل ہونے سے پھلیتی ہے۔

3۔ ایسی بیماری جو I/V دوائیوں کے استعمال سے پھلتی ہے۔

سوال نمبر دو: جنسی طور پر منتقل ہونے والی کون سی بیماریاں ہیں؟

1۔ ہیپا ٹائٹس اور ایڈز

2۔ کینسر

3۔ کالا موتیا

سوال نمبر تین: جنسی طور پر منتقل ہونے بیماریوں کے پھیلنے کی کیا وجوہات ہیں؟

1۔ گندگی سے

2۔ خون کے ذریعے

3۔ جنسی بے راہ روی سے

4۔ اوپر دیئے تمام ذریعوں سے

سوال نمبر چار: جنسی طور پر منتقل ہونے بیماریوں کی ورک تھام کے لئے کیا اقدامات کرنے چاہیئے۔

1۔ لوگوں میں آ گاہی دینی چاہیئے۔

2۔ اگر کسے کا یہ بیماری لگنے کا خدشہ ہو تو فوراً علاج کروائیں۔

3۔ دونوں طریقے موثر ہیں۔

سوال نمبر پانچ: کیا جنسی طور پر منتقل ہونے بیماریوں وبائی ہیں؟

1۔ نہیں

2۔ ہاں

سوال نمبر چھ: کیا یہ بیماری حاملہ عورت سے بچے کو منتقل ہو سکتی ہے۔

1۔ نہیں

2۔ ہاں

مثال نمبر 7

درست جوابات

سوال نمبر ایک: آپ کے خیال میں ایس ڈی آئی (STI) سے کیا مراد ہے۔

1۔ ایسی بیماری جو جنسی بے راہ روی سے پھیلتی ہیں۔

2۔ ایسی بیماری جو خون کے منتقل ہونے سے پھلیتی ہے۔

3۔ ایسی بیماری جو I/V دوائیوں کے استعمال سے پھلتی ہے۔

سوال نمبر دو: جنسی طور پر منتقل ہونے والی کون سی بیماریاں ہیں؟

1۔ ہیپاٹائٹس اور ایڈز

سوال نمبر تین: جنسی طور پر منتقل ہونے بیماریوں کے پھیلنے کی کیا وجوہات ہیں؟

4۔ اوپر دیئے تمام ذریعوں سے

سوال نمبر چار: جنسی طور پر منتقل ہونے بیماریوں کی ورک تھام کے لئے کیا اقدامات کرنے چاہئے۔

3۔ دونوں طریقے موثر ہیں۔

سوال نمبر پانچ: کیا جنسی طور پر منتقل ہونے بیماریوں وبائی ہیں؟

1۔ نہیں

سوال نمبر چھ: کیا یہ بیماری حاملہ عورت سے بچے کو منتقل ہوسکتی ہے۔

2۔ ہاں