

ਮੈਥੀਸਿਲਿਨ-ਰਜ਼ਿਸਟੈਂਟ ਸਟੈਫਲੋਕੋਕਸ ਔਰੀਅਸ(MRSA) Methicillin-resistant *Staphylococcus aureus* (MRSA)

ਮੈਥੀਸਿਲਿਨ-ਰਜ਼ਿਸਟੈਂਟ ਸਟੈਫਲੋਕੋਕਸ ਔਰੀਅਸ (MRSA) ਕੀ ਹੈ?

ਸਟੈਫਲੋਕੋਕਸ ਔਰੀਅਸ(SA) ਇੱਕ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਹੈ ਜੋ ਆਮ ਆਬਾਦੀ ਦੇ ਲਗਭਗ 20 ਤੋਂ 30 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਦੇ ਨੱਕ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਚਮੜੀ 'ਤੇ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕ ਇਹ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ ਕਿ ਉਹ SA ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੇ ਕੈਰੀਅਰ ਹਨ।

ਜਦੋਂ ਇਹ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਤੁਹਾਡੀ ਨੱਕ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਚਮੜੀ ਦੀ ਸਤਹ 'ਤੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚਾਉਣਗੇ। ਪਰੰਤੂ, ਜੇਕਰ SA ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਤੁਹਾਡੀ ਚਮੜੀ ਵਿੱਚ ਵੱਢ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਉਸ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਲਾਗਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਚਮੜੀ ਅਤੇ ਜ਼ਖਮ ਦੀਆਂ ਲਾਗਾਂ, ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਵਾਰ, SA ਤੁਹਾਡੇ ਖੂਨ, ਫੇਫੜਿਆਂ, ਜਾਂ ਹੋਰ ਟਿਸ਼ੂਆਂ ਵਿੱਚ ਗੰਭੀਰ ਲਾਗਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਮੈਥੀਸਿਲਿਨ-ਰਜ਼ਿਸਟੈਂਟ ਸਟੈਫਲੋਕੋਕਸ ਔਰੀਅਸ(MRSA) ਬੈਕਟੀਰੀਆ SA ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਹਨ ਜੋ SA ਲਾਗਾਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਕੁਝ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਸ ਪ੍ਰਤੀ ਰੋਧਕ ਬਣ ਗਏ ਹਨ।

ਇਹ ਸਮੱਸਿਆ ਪਹਿਲਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਈ ਜਾਂਦੀ ਸੀ, ਅਤੇ ਹੁਣ ਇਸਨੂੰ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ MRSA (HA-MRSA) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਹਾਲਾਂਕਿ, ਭਾਈਚਾਰੇ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ MRSA (CA-MRSA) ਦੇ ਨਵੇਂ ਸਟ੍ਰੇਨ ਹੁਣ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਲਗਭਗ ਚਾਰ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ SA ਲਾਗਾਂ ਹਨ।

ਇਹ MRSA ਚਿੰਤਾ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾ ਕਿਉਂ ਹਨ?

MRSA ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਲਾਗ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਪਰ ਜੇਕਰ ਉਹ ਲਾਗ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਆਮ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਸ ਪ੍ਰਤੀ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧ ਦੇ ਕਾਰਨ ਲਾਗ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨਾ ਬਹੁਤ ਔਖਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। CA-MRSA ਸਟ੍ਰੇਨ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਸਟ੍ਰੇਨਾਂ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਸ ਪ੍ਰਤੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਕਰਦੇ ਹਨ ਹਾਲਾਂਕਿ ਦੋਵਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

MRSA ਕਿਵੇਂ ਫੈਲਦਾ ਹੈ?

ਕਿਉਂਕਿ SA/MRSA ਚਮੜੀ ਦੀ ਸਤਹ 'ਤੇ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, MRSA ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਵਿੱਚ ਫੈਲਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਤਰੀਕਾ ਸਿੱਧਾ ਸੰਪਰਕ ਹੈ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਜੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਚਮੜੀ ਦੀ ਲਾਗ ਜਾਂ ਜ਼ਖਮ ਹੈ। ਇਹ ਤੌਲੀਏ, ਬਿਸਤਰੇ, ਜਾਂ ਹੋਰ ਨਿੱਜੀ ਵਸਤੂਆਂ ਵਰਗੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਵੀ ਫੈਲ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਲੱਛਣ ਦੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਹੈ ਜਾਂ ਜਿਸ ਨੂੰ MRSA ਦੀ ਲਾਗ ਹੈ।

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ MRSA ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਨਿਯਮਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਧੋਣ ਨਾਲ ਚਮੜੀ 'ਤੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਹੋਣ ਅਤੇ ਇਸ ਨਾਲ ਲਾਗ ਲੱਗਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਘੱਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ MRSA ਦੀ ਲਾਗ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਜ਼ਖਮਾਂ ਨੂੰ ਢੱਕਿਆ ਹੋਇਆ ਰੱਖ ਕੇ, ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਨਿਯਮਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਾਫ਼ ਕਰਕੇ, ਅਤੇ ਤੌਲੀਏ, ਧੋਣ ਵਾਲੇ ਕੱਪੜੇ, ਰੇਜ਼ਰ, ਕੱਪੜੇ, ਜਾਂ ਵਰਦੀਆਂ ਜੋ ਦੂਸ਼ਿਤ ਜ਼ਖਮ ਜਾਂ ਪੱਟੀ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਈਆਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਵਰਗੀਆਂ ਨਿੱਜੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਨਾ ਕਰਕੇ ਫੈਲਾਅ ਨੂੰ ਰੋਕ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਖੇਡ ਟੀਮਾਂ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਵਿਚਕਾਰ MRSA ਦੇ ਸੰਚਾਰ ਦੇ ਕੁਝ ਮਾਮਲੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆਏ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਤੌਲੀਏ ਜਾਂ ਵਰਦੀਆਂ ਵਰਗੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਹਨ।

ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਹੱਥ ਧੋਣ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, [HealthLinkBC File #85 ਹੱਥ ਧੋਣਾ: ਰੋਗਾਣੂਆਂ ਨੂੰ ਫੈਲਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰੋ](#) 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਕੀ ਮੈਨੂੰ MRSA ਲਈ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਸਿਹਤਮੰਦ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ MRSA ਲਈ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਸੰਕਰਮਿਤ ਹੋਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਮੇਰੀ MRSA ਨਾਲ ਸੰਕਰਮਿਤ ਹੋਣ ਦੀ ਕੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ?

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸਿਹਤਮੰਦ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ MRSA ਨਾਲ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਘੱਟ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫੋੜੇ ਜਾਂ ਚਮੜੀ ਦੇ ਫੋੜੇ ਵਰਗੀ ਕੋਈ ਆਮ SA ਲਾਗ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ MRSA 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੇਗਾ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਸ ਦੀ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ, ਅਕਸਰ, ਜਾਂ ਤੀਬਰ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਜੋਖਮ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਇੰਟੈਂਸਿਵ ਕੇਅਰ ਜਾਂ ਸਰਜਰੀ ਕਰਵਾਈ ਹੈ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਜਿੱਥੇ MRSA ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਕੇਸ ਰਿਪੋਰਟ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ, ਤਾਂ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਜੋਖਮ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਟੀਕਿਆਂ ਰਾਹੀਂ ਨਸ਼ੇ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਵੀ ਵਧੇਰੇ ਜੋਖਮ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

MRSA ਕਿੰਨਾ ਚਿਰ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ?

ਸਿਹਤਮੰਦ ਲੋਕ ਆਪਣੇ ਨੱਕ ਵਿੱਚ, ਆਪਣੀ ਚਮੜੀ 'ਤੇ, ਜਾਂ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਜਾਂ ਸਾਲਾਂ ਤੱਕ ਵੀ ਨਾ ਠੀਕ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਜ਼ਖਮਾਂ ਵਿੱਚ MRSA ਕੈਰੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ MRSA ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਕਈ ਵਾਰ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚੋਂ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ MRSA ਵਾਪਸ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਜੋ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਸ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।

MRSA ਲਾਗਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?

ਚਮੜੀ ਦੀਆਂ ਹਲਕੀਆਂ ਲਾਗਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਸਿਰਫ਼ ਗਰਮ ਕੰਪਰੈਸ ਨਾਲ ਜਾਂ ਫੋੜਾ ਹੋਣ 'ਤੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਨਿਕਾਸੀ ਨਾਲ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰੇਗਾ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਨੱਕ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਚਮੜੀ 'ਤੇ MRSA ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਸਿਹਤਮੰਦ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਲਾਜ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਆਮ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਕੈਰੀਅਰ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ, ਸਹਿ-ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ, ਜਾਂ ਜਨਤਾ ਨੂੰ MRSA ਸੰਚਾਰਿਤ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਘੱਟ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ, ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਅਲਕੋਹਲ ਵਾਲੇ ਹੈਂਡ ਰਬ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸਤਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ ਛੂਹਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ MRSA ਦੇ ਫੈਲਣ ਨੂੰ ਰੋਕ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ, ਸਕੂਲ ਜਾਂ ਡੇਅਕੇਅਰ ਸੈਂਟਰ ਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ MRSA ਕੈਰੀ ਕਰਦੇ ਹੋ।

ਮੈਂ MRSA ਲਾਗਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਰੋਕ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

MRSA ਲਈ ਕੋਈ ਵੈਕਸੀਨ ਉਪਲਬਧ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਚੀਜ਼ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਉਹ ਹੈ ਖਾਣ, ਪੀਣ, ਸਿਗਰਟਨੋਸ਼ੀ ਕਰਨ, ਨਿੱਜੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਉਤਪਾਦ ਲਗਾਉਣ, ਆਪਣੇ ਚਿਹਰੇ, ਨੱਕ ਜਾਂ ਅੱਖਾਂ ਨੂੰ ਛੂਹਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਟਾਇਲਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋਣਾ। ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਸਾਬਣ ਵਰਤ ਕੇ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 20 ਸਕਿੰਟਾਂ ਲਈ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਧੋਵੋ (ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕਾਫ਼ੀ ਦੇਰ ਤੱਕ ਹੱਥ ਧੋਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ, ABC ਗੀਤ ਗਾਓ)। ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਜ਼ਖ਼ਮਾਂ ਨੂੰ ਠੀਕ ਹੁੰਦੇ ਸਮੇਂ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਢੱਕ ਕੇ ਰੱਖੋ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਸੰਕਰਮਿਤ ਨਾ ਹੋ ਜਾਣ। ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਸੁਕਾਉਣ ਲਈ ਪੇਪਰ ਟਾਵਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਉਪਲਬਧ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਅਲਕੋਹਲ-ਅਧਾਰਤ ਹੈਂਡ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥ ਦੇਖਣ ਵਿੱਚ ਗੰਦੇ ਨਹੀਂ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਤਾਂ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਕੁਝ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਰੇਲਿੰਗਾਂ, ਨਲਕਿਆਂ ਅਤੇ ਹੈਂਡਲਾਂ ਵਰਗੀਆਂ ਸਤਹਾਂ 'ਤੇ ਦਿਨਾਂ ਜਾਂ ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੱਕ ਵੀ ਜਿਉਂਦੇ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਘਰੇਲੂ ਕਲੀਨਰ ਨਾਲ ਇਹਨਾਂ ਸਤਹਾਂ ਦੀ ਨਿਯਮਤ ਸਫ਼ਾਈ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੇ ਫੈਲਾਅ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। CA-MRSA ਉਦੋਂ ਫੈਲ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਲੋਕ ਤੌਲੀਏ ਜਾਂ ਐਥਲੈਟਿਕ ਕੱਪੜੇ ਜਾਂ ਅਜਿਹਾ ਸਾਜ਼ੋ-ਸਮਾਨ ਸਾਂਝਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਚਮੜੀ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਸੰਗਠਿਤ ਖੇਡਾਂ ਦੇ ਖਿਡਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਜਦੋਂ ਵੀ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਆਪਣੀ ਵਰਦੀ ਅਤੇ ਸਾਜ਼ੋ-ਸਮਾਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

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

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ MRSA ਦੇ ਫੈਲਣ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਹਸਪਤਾਲ ਅਤੇ ਮਰੀਜ਼ ਦੇ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਅਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣ ਵੇਲੇ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋਣਾ ਜਾਂ ਹੈਂਡ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਸੰਭਵ ਹੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ MRSA ਦੇ ਕੈਰੀਅਰ ਹੋ ਅਤੇ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਦਾਖਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸਟਾਫ਼ ਨੂੰ ਦੱਸੋ। ਦੂਜੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਸਟਾਫ਼ ਨੂੰ MRSA ਦੀ ਲਾਗ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਕਦਮ ਚੁੱਕੇ ਜਾਣਗੇ।



BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority