

پرہیز رہیں

حاملہ خواتین کو سموگ سیزن میں خصوصی احتیاط کی ضرورت: پرنسپل جنرل ہسپتال

فضائی آلودگی سے ماں کے بطن میں پرورش پانے والا بچہ آکسیجن کی کمی کا شکار ہو سکتا ہے
عمر رسیدہ افراد، چھوٹے بچے، کمزور مدافعتی نظام کی وجہ سے زیادہ متاثر ہونے کا خدشہ
سموگ بچوں کو براہ راست متاثر کرتی ہے اور ان کی صحت پر طویل مدتی اثرات مرتب ہوتے ہیں: پروفیسر الفریڈ ظفر

لاہور 10 دسمبر:..... پرنسپل پوسٹ گریجویٹ میڈیکل انسٹی ٹیوٹ معروف گائنا کالوجسٹ پروفیسر ڈاکٹر محمد الفریڈ ظفر نے
کہا کہ سموگ سے انسانی صحت کو شدید خطرات لاحق ہیں اور بالخصوص حاملہ خواتین اور ان کے بطن میں پرورش پانے والا بچہ
بڑھتی ہوئی فضائی آلودگی کے باعث آکسیجن کی کمی کا شکار ہو سکتا ہے، لہذا ایسی خواتین خصوصی احتیاط برتیں تاکہ ماں اور بچہ
کی صحت محفوظ رہ سکے۔ سربراہ جنرل ہسپتال نے سموگ کے حوالے سے گفتگو کرتے ہوئے کہا کہ بزرگ شہری، بچے اور بیمار
افراد بھی ماحولیاتی آلودگی کا آسان ہدف ہیں جبکہ فضائی آلودگی حاملہ خواتین اور بچے کی صحت کو متاثر کرنے کے علاوہ نشوونما
میں خلل ڈال سکتی ہے۔ حاملہ خواتین جو آلودہ علاقوں میں رہتی ہیں ان کے ابتدائی یا قبل از وقت لیبر کا زیادہ امکان ہو سکتا
ہے۔ سموگ سے قبل از وقت لیبر اور دیگر مسائل جیسے کہ پیدائش کے وقت کم وزن، بچے کے پھیپھڑوں کا متاثر ہونا شامل
ہیں۔ انہوں نے کہا کہ سموگ کی وجہ سے قوت مدافعت انتہائی کم ہو جاتی ہے۔ اگر حاملہ خواتین دمہ کے مرض میں مبتلا ہوں تو
تجذیب دہن گھاس بڑھ سکتی ہیں۔

پروفیسر الفریڈ ظفر کا کہنا تھا کہ سموگ کی آلودگی بچوں کو براہ راست متاثر کرتی ہے اور ان کے بڑے ہونے پر ان کی
صحت پر طویل مدتی اثرات مرتب ہوتے ہیں، جس میں ہائی بلڈ پریشر، دمہ، دل کی بیماری اور ٹائپ 2 ڈیابیطس وغیرہ شامل
ہیں اور سانس کے مرض میں مبتلا مریض سموگ سے بری طرح متاثر ہو سکتے ہیں جس سے پھیپھڑوں کے نقصان کا تناسب
بڑھ سکتا ہے۔ انہوں نے کہا کہ سموگ کی علامات میں گھر گھر اہٹ، سینے میں جکڑن، سانس لینے میں دشواری، ہونا پاؤ اور
الرجی جیسے کھانسی، سینے، آنکھوں، گلے اور ناک میں جلن شامل ہیں۔ پروفیسر الفریڈ ظفر کا کہنا تھا شہری سموگ کے اوقات
میں ورزش کرنے سے گریز کریں اور COPD میں مبتلا افراد ہر وقت اپنا آئیڈیلر ساتھ رکھیں، سموگ سے بچاؤ کے لیے
ماحول دوست صارف مصنوعات استعمال کریں اور بلا ضرورت گھر سے باہر نہ نکلیں اور جہوم میں جاتے وقت فیس ماسک کا
استعمال لازمی کریں تاکہ آلودگی سے محفوظ رہ سکیں۔

☆☆☆☆