



香港紅十字會
HONG KONG RED CROSS

سیسٹیمیک لوپس ایریتھیمائوسس (SLE)

Five health
Five home
Community Health Education Project



سیسٹیمیک لوپس ایریتھیمائوسس (SLE) ایک خود کار قوت مدافعت کی بیماری ہے جس میں مدافعتی نظام اپنے بافتوں پر حملہ کرتا ہے، جس سے متاثرہ اعضاء میں بڑے پیمانے پر انفیکشن اور بافتوں کو نقصان پہنچتا ہے۔ بچے پیدا کرنے والی عمر کی خواتین (15 سے 44 سال) کو SLE ہونے کا سب سے زیادہ خطرہ ہوتا ہے۔ دنیا بھر میں دس لاکھ سے زیادہ اور بانگ کانگ میں ~7000 (0.1%) لوگوں کو SLE کی تشخیص ہو چکی ہے۔ لوپس) جلد کی بیماری) کا کوئی علاج نہیں ہے، لیکن طبی مداخلت اور طرز زندگی میں تبدیلیاں اس پر قابو پانے میں مدد کر سکتی ہیں۔



نشانات و علامات

- جوڑوں میں سوزش (85% سے زیادہ)
- جلد کی خارش (~80%)
- سورج کی روشنی کی حساسیت
 - میلر ریش: گالوں اور ناک پر تتلی کی شکل کے ریش
 - ڈسکوائڈ جلد کی ریش: چہرے، گردن اور/یا سینے پر سرخ کھجلی، ڈسک کی شکل کے زخم
- نڈھال یا اکثر تھکاوٹ محسوس کرنا
- انفیکشن کی علامات کے بغیر بخار
- بار بار منہ کا السر
- مرض رینو (25-30%)
 - خون کا خراب بہاؤ ہے جس کا سبب بنتا ہے، یا جب کسی شخص کو ٹھنڈ لگتی ہے تو انگلیوں کے سروں کی نیلی یا سفیدی کا سبب بنتا ہے۔



علاج

SLE کا کوئی علاج نہیں ہے۔ علاج کا مقصد صحت کے مسائل کو بگڑنے سے روکنا، صحت کے مسائل (جیسے اعضاء کو پہنچنے والے نقصان) کے خطرے کو کم کرنا اور معیار زندگی کو برقرار رکھنا ہے۔

استعمال	ادویات
بلکے لوپس میں ڈکھتے ہوئے جوڑوں اور جوڑوں کی سوزش کو دور کرنے کے لیے استعمال کی جاتی ہیں جب درد محدود ہو اور اعضاء متاثر نہ ہوں۔	نان-سٹیرائڈل اینٹی-انفلاماٹوری ادویات (NSAIDs)
بڑے اعضاء کی شمولیت کے لیے استعمال کیے جاتے ہیں۔ تجویز کردہ مقدار اعضاء کی شمولیت کی قسم اور طبی صورتحال پر منحصر ہوگی۔	کورٹیکوسٹیرائڈز
جوڑوں میں سوزش یا جلد کے مسائل کے لیے تجویز کردہ دوا - یہ بیماری کو کنٹرول کرنے میں بھی مدد کرتی ہیں -	اینٹی ملیریل ادویات
لوپس کے مریضوں میں زیادہ فعال لیکن غلط سمت والے مدافعتی نظام کو کنٹرول کرنے میں مدد کرتے ہیں اور بڑے اعضاء کو پہنچنے والے نقصان کو محدود کرنے میں مدد کرتے ہیں -	امیونوسوپریسی ایجنٹس
یہ شریک دوا ہے۔ یہ دوسری بیماریوں کے ساتھ لگنے والی بیماری اور پہلے سے ہونے والے نقصان سے طے ہوتا ہے	ملحقہ علاج

تجاویز

کافی آرام حاصل کریں



زہنی تناو کم کریں



سن اسکرین اور دھوپ سے حفاظتی لباس استعمال کریں

ذاتی حفظان صحت کو برقرار رکھیں

صحت مند اور متوازن غذا کھائیں

باقاعدگی سے ورزش کریں

محفوظ مانع حمل طریقہ استعمال کریں

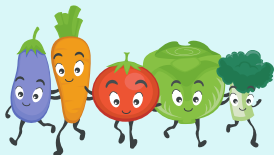
• انٹرا یوٹرن ڈیوائس اور منہ سے لی جانے والی مانع حمل دوائیاں استعمال کرنے سے گریز کریں

تباکو نوشی چھوڑ دیں



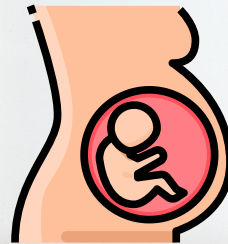
باقاعدگی سے پیروی کریں

علاج پر عمل کریں



SLE کی شکار خواتین کو خاندانی منصوبہ بندی کے دوران غور کرنا چاہیے

- حمل کے دوران دوبارہ ہو سکتا ہے۔
- حمل کے منفی نتائج میں اضافے کا باعث بنتا ہے جن میں جنین کا نقصان، پری ایکلیمپسیا، قبل از وقت پیدائش، اور حمل کی عمر کے بچوں کے لیے چھوٹا ہوتا ہے۔



* برائے مہربانی فیملی پلاننگ سے پہلے طبی مشورہ لیں

حوالہ جات:

بانگ کانگ آرٹھرائٹس اینڈ ریومیٹزم فاؤنڈیشن لمیٹڈ
بیماریوں کے کنٹرول اور روک تھام کے مراکز

اوپر دی گئیں معلومات صرف حوالہ کے لیے ہیں۔

24/11/2022 کو اپ ڈیٹ ہوا۔

ایڈیٹر: منگ ی من MingYi Man