

برائے والدین.....

- اگر آپ کے بچوں کو جوئیں یا لیکھ (انڈے) ہیں تو یاد رکھیں کہ:
- جوں چھلانگ نہیں لگا سکتی یا اڑ نہیں سکتی۔
- یہ جانوروں سے نہیں آ سکتیں۔
- انہیں سماجی حیثیت سے کوئی مطلب نہیں ہے۔
- یہ صاف اور گندے دونوں طرح کے بالوں میں رہتی ہیں۔
- یہ سیدھے بالوں میں زیادہ عام ہیں۔

جب تک کہ جوں یا لیکھیں موجود نہ ہوں اس کیلئے خصوصی مصنوعات استعمال کرنے کی ضرورت نہیں ہے

سر میں جوں ہونے سے درج ذیل ہوسکتا ہے:

- خارش
- خشک بھورا / سیاہ رنگ کے سفوف کی موجودگی
- تکیے پر بھورے رنگ کے ذرات کی موجودگی

جوں یا لیکھ ہونے کی صورت میں کیا کریں



1. تصدیق کیلئے ڈاکٹر کے پاس جائیں
2. معالجے کا استعمال کریں
3. بچے کے اسکول ، دوستوں اور کھیل کی ٹیم کو اطلاع دے دیں تاکہ دیگر والدین اپنے بچے کے سروں کی جانچ کرسکیں
4. اپنے بچے کو واپس اسکول بھیجنے سے قبل درکار کاغذ لینے کیلئے دوبارہ اپنے بچے کے ڈاکٹر کے پاس جائیں

علاج

کیمسٹ کے یہاں سے خاص طور پر جوں کے علاج کیلئے بنا آمیزہ یا محلول لیں۔ اس میں درج ذیل ہونا چاہئے
1% سینرجائزڈ پائریتھرین یا پرمیٹھرین یا 4% ڈائمپیٹھون

اگر ایک ہفتے کے استعمال کے بعد جوں یا لیکھیں ختم نہیں ہوتی ہیں تو میلیتھون استعمال کریں (اس کیلئے بچے کی عمر 6 سال سے زیادہ ہونی چاہیے)

To اثر انگیزی میں اضافے کیلئے سر کو سرکے اور پانی سے دھوئیں (ایک بوتل پانی میں ایک گلاس سرکہ)



اپنے ہاتھوں سے جوں کو درج ذیل طریقے سے نکالیں:

- صاف بھیگے بالوں کو گچھوں کی شکل میں تقسیم کریں۔
 - ایک باریک دندانوں والی کنگھی سے گچھوں میں کھوپڑی سے چپکا کر سرے کی جانب کنگھی کریں پھر پچھلے سرے سے کھوپڑی تک کریں
 - ہر گچھے میں کنگھی کرنے کے بعد کنگھی کو صاف کر لیں
 - کسی بچے ہوئے انڈے کو اپنی انگلیوں سے چن کر نکال دیں یا اگر وہ آسانی سے باہر نہ نکلتے ہوں تو اس اکلوتے بال کو کاٹ دیں۔
- یہ عمل کم از کم دو ہفتوں تک یا جب تک جوں اور لیکھیں ختم نہ ہوجائیں ہر چار دن پر کرنا چاہئے۔

بال کٹوانا ضروری نہیں ہے۔

علاج شروع ہونے پر آپ کا بچہ واپس اسکول آسکتا ہے لیکن آپ کو یہ یقینی بنانا ہوگا کہ جوں یا لیکھیں نہ ہوں۔

بچے کے اسکول واپس آنے سے قبل یہ ضروری ہے کہ آپ ڈاکٹر کی جانب سے استاد کو نوٹ

دوبارہ جوں ہونے سے کس طرح روکیں

- جب جوں یا لیکھیں موجود تھیں اس وقت بچے کے ذریعہ استعمال کردہ کپڑوں اور بستر کے چادر کو مشین سے دھوئیں (60°) یا ڈرائی کلین کروائیں
- ایسی کسی بھی چیز کو پلاسٹک کے تھیلے میں دو ہفتوں تک کیلئے پوری طرح بند کر کے رکھ دیں جنہیں دھونا ممکن نہ ہو
- کنگھی اور فرش کو ساپن اور گرم پانی (60°) سے دھوئیں۔
- فرنیچر اور فرش کو اچھی طرح صاف کر دیں۔



دوسروں کو متاثر ہونے سے کیسے بچائیں

- آپ کے بچوں کو اپنی ذاتی چیزوں کا تبادلہ نہیں کرنا چاہئے (بیٹ، اسکارف، کنگھی)
- لمبے بالوں کو پیچھے باندھنے والی چیزیں (پونی ٹیل، پلائٹس)
- بچے کے بالوں کو عام شیمپو کے ذریعہ ہفتے میں دوبار دھوئیں۔
- ہر ہفتے اپنے بچے کے بالوں کی جانچ کریں، خواہ انہیں خارش نہ ہو رہی ہو یا ان کے کسی دوست کو جوں نہ بھی ہو (ایسی جگہ کا انتخاب کریں جہاں اچھی روشنی ہو اور مکبرنما شیشے کا استعمال کریں)
- اگر آپ کے بچے کو جوں ہو تو استاد کو بتائیں۔

