کھٹمل
حقائق نامہ

کھٹمل کیا ہوتے ہیں؟
کھٹمل چھوٹے، بھورے رنگ کے کیڑوں کو کہا جاتا ہے جو سیب کے بیج کے سائز کے ہوتے ہیں اور انسانی خون پیتے ہیں۔خون چوسنے کے بعد، یہ حجم میں پھول جاتے ہیں اور ان کا رنگ تیز یا گھرا سرخ ہوجاتا ہے۔کھٹملوں کے پر نہیں ہوتے ہیں اور اڑ یا کود نہیں سکتے ہیں۔یہ عام طور پر ان جگھوں پر پائے جاتے ہیں جہاں لوگ سوتے ہیں۔

کھٹمل میری صحت کو کس طرح متاثر کرتے ہیں؟

حجم حقیقی
(بالغ محروم سے غذا)

اس بات کا کوئی ثبوت موجود نہیں ہے کہ کھٹملوں کی وجہ سے انسانوں میں بیماریاں پھیلتی ہیں۔کھٹملوں کے کاٹنے سے کسی بھی رد عمل کا مظاہرہ نہ ہونے سے، کھجلی کرنے والے سرخ ابھار تک کئی مختلف اقسام کے ردعمل ممکن ہیں۔اگر خون چوستے وقت کھٹمل کو تنگ کیا جائے، تو ممکن ہے کہ وہ اسی حصے میں سے ایک سے زیادہ دفعہ کاٹ لیں، جس کی وجہ سے ایک دوسرے کے قریب کاٹنے کے کئی نشان ہوں۔کاٹنے میں درد نہیں ہوتا ہے لیکن ہوسکتا ہے کہ ایک یا دو دن کے بعد ان میں کھجلی شروع ہوجائے۔انہیں کھجانا انفیکشن کا باعث ہوسکتا ہے۔جب کھٹملوں کا انکشاف ہوتا ہے تو کئی لوگ پریشان ہو جاتے یا گھبرا جاتے ہیں۔

کھٹملوں کی زندگی کے کیا مراحل ہیں؟
کھٹملوں کی زندگی کے تین مراحل ہیں:انڈے، نشونما (یا بچے) اور بالغ۔انڈوں کا ایک چھلکا ہوتا ہے جو انہیں چیزوں پر چپکنے میں مدد دیتا ہیں اور عام طور پر چھ سے 17 دنوں میں بچے نکل آتے ہیں۔انڈوں سے نکلنے والے بچے فوراً ہی کھانا کھانا شروع کردیتے ہیں۔بالغ کھٹملوں کی زندگی 12 مہینوں سے زیادہ ہوسکتی ہے۔ اس کا انحصار مقام یا ماحولیاتی حالات پر ہوتا ہے، کیونکہ کوئی میزبان نہ ہونے کی صورت میں یہ غیرفعال ہوجاتے ہیں۔

کھٹمل کس طرح زندہ رہتے ہیں؟
بالغ کھٹمل زیادہ تر خون چوس کر انڈے دیتے ہیں۔بچوں کو بڑھنے کے لئے خون کی ضرورت ہوتی ہے۔کھٹمل عام طور پر تین سے 15 منٹوں کے لئے خوراک لیتے ہیں۔ یہ انکی اسٹیج پر منحصر ہے۔کھانا کھانے کے بعد، کھٹمل عام طور پر ایسی جگھوں کے قریب چھپ جاتے ہیں جہاں لوگ سوتے ہوں۔

میرے گھر میں کھٹمل کس طرح آتے ہیں؟
کھٹمل ہپائے جانے کا مطلب یہ نہیں ہے کہ آپ کا گھر صاف اور اچھی طرح بند نہیں رہتا۔کھٹمل چیزوں جیسا کہ سامان اور فرنیچر یا گھر کے سامان میں آسکتے ہیں جنھیں ایک جگہ سے دوسری جگہ لے جایا گیا ہو۔ان میں سب سے زیادہ عام گدے، باکس اسپرنگس، کشن والا فرنیچر، گھر کا سامان، الیکٹرانکس اشیاء، کتابیں یا تصویریں ہیں۔

مجھے کیسے معلوم ہوگا اگر میرے گھر میں کھٹمل ہیں؟

کھٹملوں کے علامات میں مندرجہ ذیل شامل ہیں:
- آپ کی جلد پر کاٹنے کے نشان یا لال ابھار جن کی وجہ سمجھ میں نہ آئے۔
- بستر کی چادروں، گدوں یا اسپرنگ پر کالے یا گھرے سرخ نشان۔
- بچوں کی اتاری ہوئی جلدیں۔
- زندہ یا مردہ کھٹمل۔

اگر بہت ذیادہ کھٹمل ہوں تو، باسی یا میٹھی خوش بو جیسے کہ دھنیا، رکھ سکتے ہیں۔

میں کھٹملوں کو اپنے گھر میں داخل ہونے سے کیسے روکوں؟
کھٹملوں کے خاتمے کا بہترین طریقہ کار یہ ہے کہ انہیں گھر میں آنے نہ دیا جائے۔
- اپنے تمام استعمال شدہ اشیاء کی کھٹملوں اور کھٹملوں کے انڈوں کے لئے اچھے سے جانچ پڑتال کریں۔
- سفر کرتے وقت، اپنے کمرے کا تفصیلی معائنہ کریں، خاص طور پر گدے، باکس اسپرنگ اور بیڈبورڈ کا۔زندہ کھٹمل، کھٹمل کے انڈے، اور گھرے نشان یا کٹی ہوئی مرچی جیسے مواد کے لئے تلاش کریں۔
- اپنے سامان کو بستر سے دور، باتھ ٹب کے اندر یا پلاسٹک کی تھیلی میں ریک پر رکھیں۔

جب آپ گھر واپس آئیں، اگر ممکن ہو:
- اپنے سامان کو ویکیوم کریں اور ویکیوم کے تھیلے کو پلاسٹک کے کچرے کے ڈبے میں ڈالیں، اسے سیل کریں اور باہر پھینک دیں۔
- اپنے گندے کپڑے کو گرم پانی میں دھوئیں اور گرم ڈرائیر میں سکھائیں۔
- اپنے تمام صاف کپڑوں کو گرم ڈرائیر میں ڈالیں۔ کھٹملوں کے تمام مراحل کو ختم کرنے کے لئے عام ڈرائیر کو درمیانے سے گرم پر 15 سے 20 منٹ تک چلانے کی ضرورت ہے۔
- منجمد کرنے سے کھٹمل کم تو ہوسکتے ہیں، لیکن یہ کھٹملوں کے انڈوں کو ختم کرنے کا مؤثر طریقہ کار نہیں ہے۔

Winnipeg Regional Health Authority
Caring for Health
Office régional de la santé de Winnipeg
À l'écoute de notre santé
Manitoba

کھٹمل

حقائق نامہ

میں کھٹملوں سے کیسے چھٹکارا حاصل کروں؟

گھر کے مالکان کے لئے کھٹملوں سے چھٹکارا حاصل کرنا مشکل ہوسکتا ہے۔
اگر آپ کا خیال ہے کہ آپ کے گھر میں کھٹمل آگئے ہیں، تو پلنگ کی ٹانگوں کے پاس یا بستر کے پاس زمین پر دہری اطراف میں ٹیپ لگادیں۔
اگر کھٹمل پائےجاتے ہیں:

- زمینوں، دراڑوں، بورڈ اور قالینوں کو ویکوم یا بھاپ کے ذریعے صاف کریں۔
- بستر کی چادروں اور کپڑوں کو کم از کم 15 سے 20 منٹوں کے لئے درمیانے یا گرم ڈرائر میں رکھیں۔صفائی مکمل ہونے تک صاف اشیاء کو پلاسٹک کی تھیلیوں میں بند کردیں۔
- گدوں کے اوپر کھٹملوں سے محفوظ کور رکھیں اور انہیں نہ ہٹائیں۔
- دکانوں میں ملنے والےکیمائی اسپرے یا پاؤڈر کا استعمال کریں، جنہیں خاص طور پر کھٹمل سے بچاؤ کے لئے بنایا گیا ہو۔ لیبل پڑھیں اور ہدایات پردھیان سے عمل کریں۔ضروری نہیں ہے کہ زیادہ استعمال کرنے سے نتائج بھی بہتر آئیں۔کیڑے مکوڑوں کو ختم کرنے والے شخص کو بلائیں۔
- اب کئی گرمی کے ساتھ ساتھ کیمیائی مواد کا استعمال کرتے ہیں۔پیشہ ورانہ افراد بہترین نتائج حاصل کرنے کے لئے مختلف مصنوعات اور طریقہ کار کے استعمال سے واقف ہوں گے۔

کھٹمل پر قابو پانے کے لئے ذمہ دار کون ہے؟

اگر آپ اپنے گھر کے مالک ہوں تو آپ ہی کھٹملوں سے چھٹکارا حاصل کرنے کے ذمہ دار ہیں۔اگر آپ کرایہ دار ہوں تو آپ کے مالک مکان کھٹملوں سے چھٹکارا حاصل کرنے کےذمہ دار ہیں۔کھٹملوں سے چھٹکارا حاصل کرنے کے لئے مالک مکان اور کرایہ دار کو ایک ساتھ کام کرنے کی ضرورت ہے۔مالک مکان کھٹملوں کے خاتمے کے لئے پیشہ ور افراد بلائے گا اور کرایے دار کو ان کے آنے کے وقت کی اطلاع دے گا اور گھر کو کھٹمل مارنے کی کارروائی کے لئے تیار کرنے کے متعلق بتائے گا۔کرایے داروں کے لئے کارروائی سے پہلے اور بعد میں گھر کو تیار کرنے کے متعلق مالک مکان کی ہدایات پر عمل کرنا بہت ضروری ہے۔کھٹملوں کے خاتمے کے لئے کرایہ داروں کو کھٹمل مارنے کے لئے پیشہ ور افراد کو اپنے گھر میں داخل ہونے کی اجازت دینی ہوگی۔

اپنے اپارٹمنٹ کی تیاری کے متعلق تفصیلی معلومات کے لئے درج ذیل گورنمنٹ آف مینیٹوبا کی ویب سائٹ دیکھیں۔

رابطے:

:Winnipeg Regional Health Authority
www.wrha.mb.ca/healthinfo/a-z/files/BedBugs.pdf

:City of Winnipeg
http://www.winnipeg.ca/publicworks/bugline/insect_information/bedbugs.stm

:Manitoba Government
www.manitoba.ca/bedbugs