چچڑی اور مچھر

موسمیاتی تبدیلی سال کے گرم موسموں کو زیادہ گرم اور طویل بنا رہی ہے۔ جلد موسم بہار اور دیر سے موسم خزاں کے درجہ حرارت میں اضافہ ہو رہا ہے اور چند ہی راتیں نقطہ انجماد سے کم ہیں۔ موسم کی یہ تبدیلیاں چیچڑیوں کے فعال دنوں کی تعداد میں اضافہ کرتی ہیں اور چیچڑی سے پیدا ہونے والی بیماریوں جیسے کہ لائم کا مرض اور بیبیسیوسس کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔

موسمیاتی تبدیلی موسم گرم کے گرم دنوں کی تعداد اور شدید بارشوں والے دنوں کی تعداد میں اضافہ کر رہی ہے۔ زیادہ بارشیں اور طویل گرم موسم مچھروں کی افزائش اور کاٹنے کے دنوں میں اضافہ کرتے ہیں، جس سے ویسٹ نیل وائرس (WNV) اور ایسٹرن ایکوائن انسیفلائٹس (EEE) جیسی مچھروں سے پیدا ہونے والی بیماریوں کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔

کون زیادہ خطرے میں ہے؟

- باہر کام کرنے والے، کھیلنے والے، یا ورزش کرنے والے لوگ
- وہ لوگ جن کے پاس باہر جانے والے پالتو جانور ہیں

ہم اس بارے میں کیا کر سکتے ہیں؟

چیچڑیاں:

- باہر نکلتے وقت لمبی بازو والی شرٹس، لمبی پتلون اور موزے پہنیں
- باہر وقت گزارنے کے بعد خود، بچوں اور پالتو جانوروں پر چیچڑیوں کی موجودگی کی جانچ کریں
- چچڑی سے پیدا ہونے والی بیماری کی علامات سے آگاہ رہیں، جیسے "بلز آئی" جلد سرخ ہونا
- چچڑی سے پیدا ہونے والی بیماری کی روک تھام کے طریقہ کے بارے میں مزید جانیں

مچھر:

- جب بھی آپ گھر سے باہر ہوں تو حشرات کو بھگانے والی ادویات استعمال کریں
- لمبی آستین والے کپڑے پہنیں
- شدید مچھروں والے موسم میں شام سے صبح تک کے اوقات سے گریز کرتے ہوئے بیرون خانہ سرگرمیوں کا شیڈول بنائیں
- خراب کھڑکیوں اور دروازے کے پردوں کی مرمت کریں
- اپنے گھر کے آس پاس کی جگھوں سے کھڑے پانی کو ہٹا دیں
- مچھروں سے پھیلنے والی بیماری کی روک تھام کے طریقہ کار کے بارے میں مزید جانیں