

एब्सेसको रोकथाम तथा व्यवस्थापन

- » सुई लगाउनु अघि सुई लगाउने स्थानमा अल्कोहल स्वाबले सफा गरी सुकाउनु पर्दछ ।
- » सुईको प्रयोग गर्दा प्रत्येक पटक नयाँ सुईको प्रयोग गर्नुपर्दछ ।
- » सावुन पानीले हात सफा गरि एब्सेस हुन लागेको ठाँउलाई पाक्न नदिन तातो पानीले सेक्ने गर्नुपर्दछ ।
- » पञ्जा प्रयोग गरि पिपलाई निचोरेर फाल्ने र एन्टिसेप्टिक (डिटोल, स्याभ्लॉन, बेटाडिन) औषधिको प्रयोग गरि पट्टी लगाउने गर्नुपर्दछ ।
- » घाऊ छिटो निको गराउनको लागि पोषिलो प्रोटीन युक्त खानेकुराहरू (गेडागुडी, मासु, अण्डा आदि) खानु पर्दछ ।
- » एब्सेस भएको ठाउँमा पूनःसुई प्रयोग गर्नु हुदैन ।
- » चाँडो भन्दा चाँडो नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा गई उपचार गराउनु पर्दछ ।



एब्सेस उपचारको लागि सम्पर्क स्थानहरू:

यदि एब्सेस भएको थाहा भएमा उचित परामर्श तथा उपचार को लागि नजिकको स्वास्थ्य संस्था तथा डि.आई.सी.हरूमा सम्पर्क राख्ने बानी बसालौं ।

साथै युथ भिजनको तल उल्लिखित स्थानमा सम्पर्क राख्नुहोस ।

काठमाडौं	सम्पर्क: ०१ ४४६६३३९
ललितपुर	सम्पर्क: ०१ ५०००२६४
भैरहवा	सम्पर्क: ०७१ ५२७४५९
नवलपरासी	सम्पर्क: ०७८ ५२०४०७
विरागज	सम्पर्क: ०५१ ५२००३५

मुख्य कार्यालय

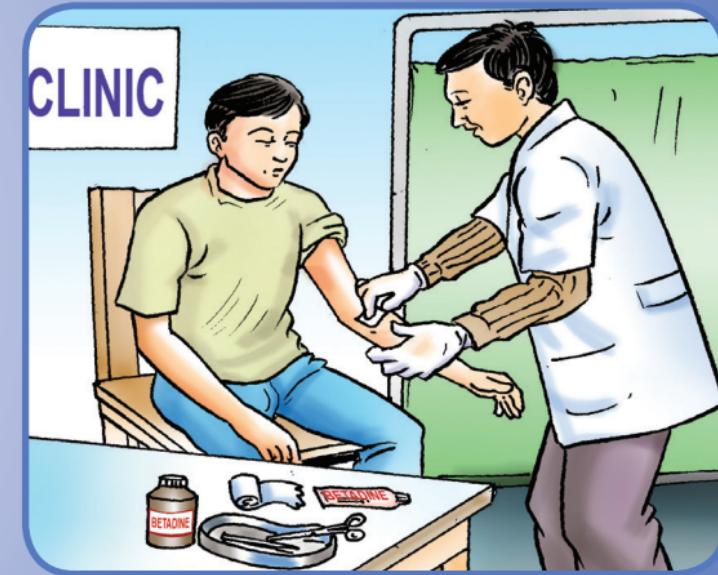
भनिमण्डल, ललितपुर, नेपाल

सम्पर्क : ०१ ५०००२६४, पोस्ट बक्स : ८८०९

इमेल : program@youthvision.org.np

web : www.youthvision.org.np

एब्सेस (Abscess) सम्बन्धि उपयोगी जानकारी



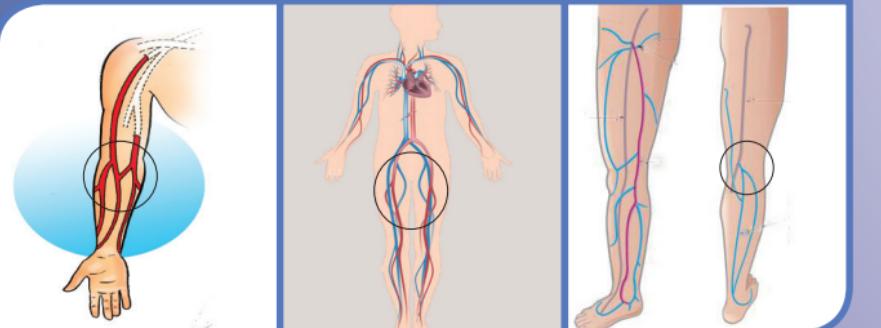
एब्सेस भनेको के हो ?

सुईको प्रयोग गर्दा नशामा नपरी मासु तथा अन्य अङ्गमा परेमा त्यस स्थानको छाला वा मासुमा घाउँ भई पाकेको अवस्थालाई एब्सेस (Abscess) भनिन्छ ।



एब्सेस कहाँ हुन सक्छ ?

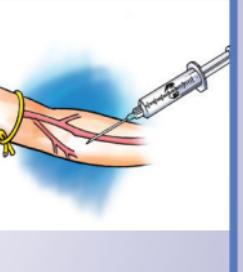
सुई प्रयोग गर्दा सूक्ष्म कीटाणुहरूको संक्रमणबाट कुनैपनि रक्तनली तथा अङ्गहरूमा एब्सेस हुन सक्छ ।



एब्सेस के कारणले हुन्छ ?

एब्सेस बिभिन्न कारणहरूबाट हुने गर्दछ :

- » दुषित तथा फोहर सुईको प्रयोग गरेमा,
- » सुई लगाउने शरिरको भाग फोहर भएमा,
- » किटाणु रहित सिरीन्जको प्रयोग नगरेमा
- » सहि तरिकाबाट सुईको प्रयोग नभएमा,
- » तिखो तथा नयाँ सुई प्रयोग नगरी खिया लागेको वा बोधो सुई प्रयोग गरेमा,
- » नशा भन्दा बाहिर सुई प्रयोग गरेमा
- » एकै ठाउँमा धेरै पटक सुईको प्रयोग गरेमा ।



एब्सेस भएको कसरी थाहा पाउने ?

एब्सेस भएको थाहा पाउनको लागि निम्न कुराहरू माथि समयमा नै बिचार गर्नुपर्छ र यसको व्यवस्थापनमा लाग्नु पर्दछ ।

अबस्थाहरू :

सुई लगाएको ठाउँ सुन्निएमा



सुई लगाएको ठाउँ तातो तथा रातो देखिएमा



सुई लगाएको ठाउँमा छुदौँ असाध्यै दुखेमा



पिप जम्मा हुने, वाहिर आउने र गन्हाउने भएमा

ज्वरो आउन पनी सक्छ नआउन पनी सक्छ