Memorial Sloan Kettering Cancer Center

مریض اور نگراں کے لیے تعلیم

2% CHG کپڑوں کا استعمال کرکے غسل کرنے کا طریقہ

یہ معلومات وضاحت کرتی ہیں کہ اسپتال میں رہتے ہوئے اپنی جلد صاف کرنے کے لیے 2% CHG (کلورہگزِڈین گلوکونیٹ) کپڑوں کو کیسے استعمال کیا جائے۔ اس ریسورس میں، ''آپ'' اور ''آپ کا'' کی اصطلاحات آپ یا آپ کے بچے کے لیے ہیں۔

کینسر کے علاج کے دوران آپ کے جسم کو انفیکشن سے لڑنے میں زیادہ دشواری ہوتی ہے۔ اگر آپ کے پاس مرکزی وریدی کیتھیٹر (CVC) ہے، جیسے امپلانٹڈ پورٹ (MediPort®)، ٹنلڈ چھاتی کا کیتھیٹر، یا بازو کے ذریعے لگایا گیا مرکزی کیتھیٹر (PICC)، تو آپ کو سنگین خون کے انفیکشن کا زیادہ خطرہ ہوتا ہے۔ روزانہ 2% CHG کپڑوں سے غسل کرنا اسپتال میں رہتے ہوئے خون کے انفیکشن کا خطرہ کم کرنے میں مددگار ہوگا۔

2% CHG کپڑوں کے استعمال کے بارے میں

CHG ایک مائع ہے جو جراثیم (بیکٹیریا) کو ختم کرتا ہے اور مزید جراثیم کو بڑھنے سے روکتا ہے۔ 2% CHG کپڑے ایسے وائپس ہیں جو CHG اور پانی سے تر ہوتے ہیں۔ آپ ہر وائپ کو ایک بار استعمال کریں گے اور پھر اسے پھینک دیں گے۔

2% CHG کپڑے زیادہ تر لوگوں کے لیے محفوظ ہیں، لیکن اسے اپنے طبی معالج سے بات کیے بغیر استعمال نہ کریں۔ اگر آپ کی جلد میں جلن ہو (مثال کے طور پر، لال ہونا، خارش، یا جلن) یا آپ کو دانہ/ریش آئے، تو 2% CHG کپڑوں کا استعمال بند کریں اور اپنے طبی معالج کو بتائیں۔

2% CHG کپڑوں کا استعمال کرکے غسل کرنے کا طریقہ

- روزانہ 2% CHG کپڑوں سے اپنی جلد صاف کریں۔
- 2% CHG کپڑوں کو ایک خاص ہیٹر میں گرم کیا جا سکتا ہے۔ اگر آپ کپڑوں کو گرم کرنا چاہتے ہیں تو اپنی نرس سے مدد لیں۔ کپڑوں کو گرم کرنے کے لیے کبھی بھی مائیکروویو کا استعمال نہ کریں۔
- اگر آپ چاہیں تو 2% CHG کپڑوں کے استعمال سے پہلے صابن اور گرم پانی سے شاور یا غسل کر سکتے ہیں۔ اپنی جلد کو مکمل طور پر خشک کرنے کے لیے صاف تولیہ استعمال کریں۔
- 2% CHG کپڑوں کا استعمال پاخانہ (پوپ)، پیشاب (پی)، یا دیگر رطوبتوں کو صاف کرنے کے لیے نہ کریں۔

- اگر آپ کا بچہ ڈایپر پہنتا ہے تو 2٪ CHG کپڑوں کے استعمال سے پہلے اس کا نیچے والا حصہ معمول کے مطابق صاف اور خشک کریں (مثال کے طور پر، بیبی وائپس استعمال کرکے)۔

کتنے کپڑے استعمال کرنے ہیں

آپ کتنے کپڑے استعمال کریں گے یہ آپ کے وزن پر منحصر ہے۔ آپ کی نرس آپ کو بتائے گی کہ کتنے کپڑے استعمال کرنے ہیں اور آپ کو صحیح تعداد فراہم کرے گی۔

یاد رکھنے میں مدد کے لیے نیچے دیے گئے خانوں میں سے ایک کو نشان زد کریں۔

- ☐ اگر آپ کا وزن 22 پاؤنڈ (10 کلوگرام) سے کم ہے تو 2 کپڑے استعمال کریں۔
- ☐ اگر آپ کا وزن 22 سے 66 پاؤنڈ (10 سے 30 کلوگرام) ہے تو 4 کپڑے استعمال کریں۔
- ☐ اگر آپ کا وزن 66 پاؤنڈ (30 کلوگرام) سے زیادہ ہے تو 6 کپڑے استعمال کریں۔

کپڑوں کے استعمال کی ہدایات

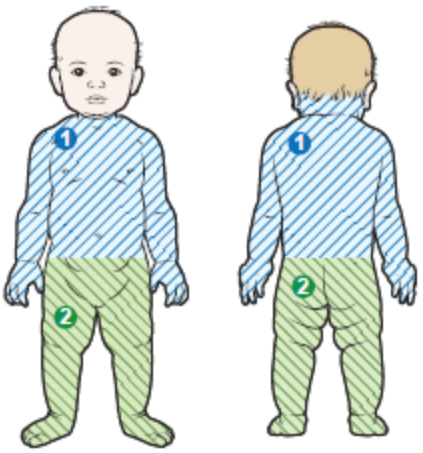
آپ کپڑوں کو کیسے استعمال کریں گے یہ اس بات پر منحصر ہے کہ آپ کتنے کپڑے استعمال کر رہے ہیں۔ آپ کی نرس آپ کو دکھائے گی کہ انہیں کیسے استعمال کرنا ہے۔ یاد رکھنے میں مدد کے لیے ان ہدایات پر عمل کریں۔

- کپڑوں کا استعمال اپنے چہرے یا سر پر نہ کریں۔
- کپڑوں کا استعمال مقعد یا جنسی اعضا (اندام نہانی کے حصے یا عضوِ تناسل کے سرے) پر نہ کریں۔
- کپڑوں کو خراب شدہ جلد، کھلے زخم، یا چیرائی (سرجری کے کٹاؤ) پر استعمال نہ کریں۔
- وائپس استعمال کرنے کے بعد، اور کھانے سے پہلے یا اپنے ہاتھ منہ میں ڈالنے سے پہلے، اپنے ہاتھ صابن اور پانی سے دھوئیں۔

1. اپنے ہاتھ صابن اور گرم پانی یا الکحل پر مبنی ہینڈ سینیٹائزر سے دھوئیں۔
2. اپنی جلد صاف کرنے کے لیے 2٪ CHG کپڑوں کا استعمال کریں۔ گولائی میں یا آگے پیچھے کی حرکت سے استعمال کریں۔ اپنے سر کے قریب سے شروع کریں اور نیچے پاؤں کی طرف جائیں۔

☐ اگر آپ کا وزن 22 پاؤنڈ (10 کلوگرام) سے کم ہے تو 2 کپڑے استعمال کریں (شکل 1 دیکھیں)۔

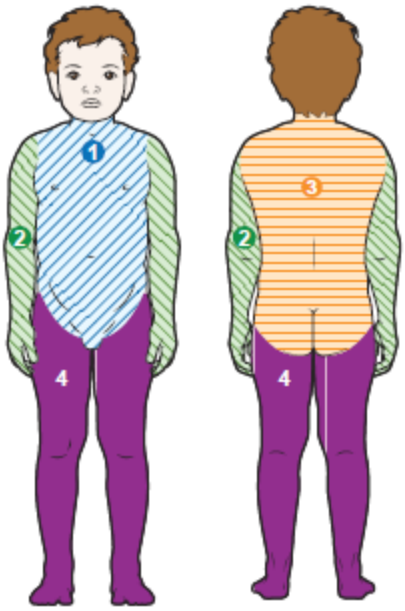
1. پہلا کپڑا اپنی گردن، کندھوں، سینہ، ابڈومن (پیٹ)، کمر، بازوؤں اور ہاتھوں کے لیے استعمال کریں۔ اگر آپ نے اپنے ہاتھ منہ میں ڈالے ہیں تو انہیں نہ پوچھیں۔



شکل 1۔ اگر آپ کا وزن 22 پاؤنڈ (10 کلوگرام) سے کم ہے تو 2 کپڑے استعمال کریں۔

2. اپنے پاؤں، ٹانگیں، کولہوں اور اندرونی ران کے لیے دوسرا کپڑا استعمال کریں۔ یقینی بنائیں کہ آپ اپنے اوپری رانوں اور اندرونی ران کے درمیان کی جلد کے تہوں کو صاف کریں۔ اپنے مقعد اور جنسی اعضا سے پرہیز کریں۔

□ **اگر آپ کا وزن 22 سے 66 پاؤنڈ (10 سے 30 کلوگرام) ہے تو 4 کپڑے استعمال کریں (شکل 2 دیکھیں)۔**



شکل 2۔ اگر آپ کا وزن 22 سے 66 پاؤنڈ (10 سے 30 کلوگرام) ہے تو 4 کپڑے استعمال کریں۔

1. پہلا کپڑا اپنی گردن، سینہ، پیٹ اور اندرونی ران کے لیے استعمال کریں۔ یقینی بنائیں کہ آپ اپنے اوپری رانوں اور اندرونی ران کے درمیان کی جلد کے تہوں کو صاف کریں۔ اپنے جنسی اعضا سے پرہیز کریں۔

2. دوسرا کپڑا اپنے کندھوں، بازوؤں اور ہاتھوں کے لیے استعمال کریں۔ اگر آپ نے اپنے ہاتھ منہ میں ڈالے ہیں تو انہیں نہ پونچھیں۔

3. تیسرا کپڑا اپنی کمر اور کولہوں کے لیے استعمال کریں۔ اپنے مقعد سے پرہیز کریں۔

4. چوتھا کپڑا اپنی ٹانگوں اور پاؤں کے لیے استعمال کریں۔

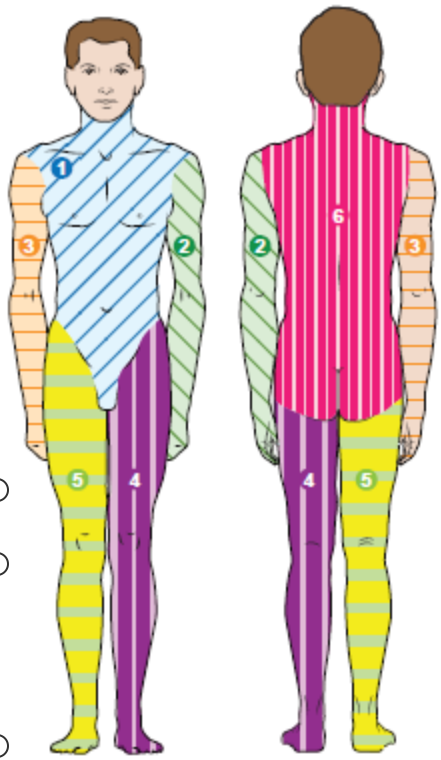
□ **اگر آپ کا وزن 66 پاؤنڈ (30 کلوگرام) سے زیادہ ہے تو 6 کپڑے استعمال کریں (شکل 3 دیکھیں)۔**

1. پہلا کپڑا اپنی گردن، سینہ، پیٹ اور اندرونی ران کے لیے استعمال کریں۔ یقینی بنائیں کہ آپ اپنے اوپری رانوں اور اندرونی ران کے درمیان کی جلد کے تہوں کو صاف کریں۔ **اپنے جنسی اعضا سے پرہیز کریں۔**

2. دوسرا کپڑا اپنے بائیں کندھے، بازو، اور ہاتھ کے لیے استعمال کریں۔ اگر آپ نے اپنے ہاتھ منہ میں ڈالے ہیں تو انہیں نہ پونچھیں۔

3. تیسرا کپڑا اپنے دائیں کندھے، بازو، اور ہاتھ کے لیے استعمال کریں۔ اگر آپ نے اپنے ہاتھ منہ میں ڈالے ہیں تو انہیں نہ پونچھیں۔

4. چوتھا کپڑا اپنی بائیں ٹانگ اور پاؤں کے لیے استعمال کریں۔
5. پانچواں کپڑا اپنی دائیں ٹانگ اور پاؤں کے لیے استعمال کریں۔
6. چھٹا کپڑا اپنی کمر اور کولہوں کے لیے استعمال کریں۔ اپنے مقعد سے پرہیز کریں۔



تصویر 3۔ اگر آپ کا وزن 66 پاؤنڈ (30 کلوگرام) سے زیادہ ہے تو 6 کپڑے استعمال کریں۔

3. اپنی جلد کو ہوا میں خشک ہونے دیں۔ **اپنی جلد کو خشک کرنے کے لیے تولیہ استعمال نہ کریں۔**
   - آپ کی جلد کو خشک ہونے میں 2 منٹ تک لگ سکتے ہیں۔
   - خشک ہونے کے دوران آپ کی جلد چپچپی محسوس ہو سکتی ہے۔ یہ کپڑوں میں موجود لوشن کی وجہ سے ہے۔ جب آپ کی جلد خشک ہو جائے گی تو چپچپاہٹ ختم ہو جائے گی۔
   - اپنی گردن یا جسم کے دوسرے حصوں کی جلد کی تہوں کے درمیان بھی اچھی طرح چیک کریں۔ یقینی بنائیں کہ جلد خشک ہے۔
4. استعمال شدہ CHG 2% کپڑے کو کوڑے دان میں پھینک دیں۔ **کپڑوں کو ٹوائلٹ میں فلش نہ کریں۔**

CHG 2% کپڑے استعمال کرنے کے بعد کیا کرنا ہے

- صاف کپڑے پہنیں۔
- جب تک آپ کی بیڈ شیٹ تبدیل نہ کی جائے، اپنے بستر پر نہ جائیں۔ آپ کی نرس یا نرسنگ اسسٹنٹ انہیں تبدیل کرے گی۔
- اگر آپ کو کپڑے استعمال کرنے کے بعد اپنی جلد صاف کرنے یا لوشن لگانے کی ضرورت ہو تو، اپنی نرس سے وہ مصنوعات مانگیں جو آپ استعمال کر سکتے ہیں۔ **اپنی نرس کے دیے ہوئے مصنوعات کے علاوہ کوئی اور چیز استعمال نہ کریں۔** اس میں ڈیوڈرنٹ اور صابن شامل ہیں۔ CHG کے اوپر کوئی اور چیز استعمال کرنے سے CHG کا اثر ختم ہو جائے گا۔

اگر آپ کا کوئی سوال یا خدشہ ہو، تو اپنے ڈاکٹر سے رابطہ کریں۔ آپ کی نگہداشتی ٹیم کا ایک رکن پیر سے جمعہ ان اوقات کے مطابق جواب دے گا صبح 9 بجے سے شام 5 بجے ان اوقات کے علاوہ، آپ ایک پیغام چھوڑ سکتے ہیں یا کسی اور MSK معالج سے بات کر سکتے ہیں۔ کال پر ایک ڈاکٹر یا نرس ہمیشہ کال پر ہوں گے۔ اگر آپ کو اپنے ہیلتھ کیئر فراہم کنندہ سے رابطہ کرنے کا طریقہ معلوم نہ ہو، تو 212-639-2000 پر کال کریں۔

مزید وسائل کے لیے، www.mskcc.org/pe پر جا کر ہماری ورچوئل لائبریری تلاش کریں۔

How to Bathe Using 2% CHG Cloths - Last updated on December 28, 2023

تمام حقوق Memorial Sloan Kettering Cancer Center کے زیرِ ملکیت اور محفوظ ہیں

آخری اپ ڈیٹ شدہ
دسمبر 28, 2023
.Learn about our Health Information Policy