Education & Communities
Public Schools NSW

HEAD LICE TREATMENT OPTIONS
INFORMATION FOR PARENTS AND CARERS
HINDI

सिर की जुओं के इलाज के विकल्प

माता-पिता / देखभालकर्ताओं के लिए जानकारी

सिर की जुओं के इलाज के लिए दो विकल्प हैं।

1. किसी उपकरण से हटाना (सिर की जुओं को कंघे से हटाना)
2. रसायनों से हटाना

किसी उपकरण से हटाना

किसी उपकरण से हटाने के लिए सूखे बालों में सामान्य कंडीशनर लगाया जाता है। सारे बालों में कंडीशनर लगाने के बाद, उलझे बालों को सादे कंघे से सुलझा कर भागों में अलग करें। उसके बाद जुओं के लिए बने बारीक़ लम्बे दातों वाले धातु के कंघे से अलग-अलग भागों में कंघी करें। कंडीशनर से जुएँ मरेंगी नहीं पर वे 20 मिनिट तक घबड़ाई रहती हैं और इससे उन्हें हटाना आसान हो जाता है। जुओं का कंघा लीखों (अंडों) व डरी हुई जुओं को निकाल देगा। कंघे को सफ़ेद टिशु के कागज़ पर पोंछें और देखें कि जुएँ व लीखें हैं या नहीं। जब तक टिशु के कागज़ पर जुएँ व लीखें आनी बंद न हो जाएँ, कंघी करते रहें। इस तरीके को हर दो दिन बाद उपयोग करना चाहिए, जब तक कि जुएँ व लीखें समाप्त न हो जाएँ (आमतौर पर 7 से 10 दिन तक)।

सिर की जुओं का इलाज करने के इस तरीके को अधिक चुना जाता है क्योंकि यह प्रभावशाली है, और सिर की जुओं में कीटनाशक दवा के विरोध में प्रतिरोधक क्षमता पैदा करने के लिए कुछ नहीं करता व इससे त्वचा में जलन का ख़तरा भी कम होता है।

किसी उपकरण से हटाने का तरीक़ा इसमें भी मदद करता है कि यह सिर की जुओं को सिर में जमने से पहले ही हटा देता है। अपने स्नानघर में एक अच्छा सिर की जुओं का कंघा रखें और आपके परिवार में जब भी कोई फ़व्वारे से नहाते समय सिर धोए तो उसे इस कंघे से बालों में कंघा करना चाहिए। इससे यह सुनिश्चित होता है कि इससे पहले कि जुएँ बहुत अधिक अंडे दें, उन्हें पकड़ लिया जाए।

यदि आपके बच्चे अपने आप अपना सिर धोते हैं तो उन्हें प्रोत्साहित करें कि वे भी इस कंघे से अपने बालों में कंघी करें। इस कंघे को इस प्रकार रखें कि जब भी आप अपने बच्चों के बाल धोएँ तो आपको हर बार आसानी से मिल जाए।

रसायनिक तरीके से जुएँ हटाना

यदि आप रसायनिक तरीके से जुएँ हटाने का विकल्प चुनते हैं तो याद रखें कि आप निर्देशों का ध्यान से पालन करें। यदि किसी एक रसायन से लाभ नहीं होता तो उसको दुबारा उपयोग करने का लालच न करें। इसके बजाय किसी अन्य रसायन का उपयोग करें या फिर कंघी व कंडिशनर का उपयोग करें। आपको यह इलाज 7 दिन बाद फिर करना चाहिए जिससे नए पैदा हुए अंडे मर जाएँ। यह पक्का करने के लिए कि इलाज से फ़ायदा हो रहा है आपको जुओं के कंघे का भी उपयोग करना होगा। यदि आपको मरी हुई जुएँ मिलती हैं तो इसका अर्थ है कि यह पदार्थ काम कर रहा है। यदि आपको जिन्दा जुएँ मिलती हैं तो इसका अर्थ है कि उस इलाज़ से फ़ायदा नहीं हुआ है।

जब आपके बच्चे के सिर में जुएँ व लीखें समाप्त हो जाएँ तो महीन दातों वाले जुओं के कंघे व कंडिशनर से नियमित रूप से कंघी करना न भूलें। शुरू में ही पता लगाने व उसका इलाज करने से परिवार के सदस्यों व कक्षा के अन्य साथियों में जुओं को दुबारा फैलने से रोका जा सकता है।

बिस्तर व कपड़ों का क्या करना चाहिए

शोध बताता है कि बिस्तर की चादरों, टोपियों, कपड़ों व फ़र्निचर में जुएँ नहीं रहती, न ही उनके द्वारा फैलाई जाती हैं, इसलिए इलाज के विकल्प के रूप में उन्हें धोने से कोई लाभ नहीं है। जुएँ व लीखें केवल लोगों के सिरों में ही रहती हैं। सिर से हटाए जाने के बाद वे जल्द ही सूख कर मर जाती हैं।

यह जानकारी NSW Health Nitbusters की वेबसाईट पर दी गई जानकारी पर आधारित है।