

20 June 2014

## मध्य पूर्व का श्वसन सिंड्रोम

### प्रभावोत्पादक एजेंट

कोरोनावायरस (Coronaviruse) विषाणुओं का एक बड़ा वर्ग है जिनमें वे विषाणु शामिल हैं जिनके कारण मनुष्यों में सामान्य जुकाम जैसी मामूली बीमारी के साथ-साथ गंभीर अतिपाती श्वसन सिंड्रोम (सार्स–SARS) जैसा गंभीर रोग हो सकता है। कोरोनावायरस के तीन मुख्य उप-समूह हैं: अल्फा ( $\alpha$ ), बीटा ( $\beta$ ) और गामा ( $\gamma$ )। मध्य पूर्व श्वसन सिंड्रोम कोरोनावायरस (MERS-CoV), जिसे पूर्व में नवीन कोरोनावायरस (NCoV) के रूप में जाना जाता था, बीटा कोरोनावायरस है जिसे पूर्व में मनुष्यों में नहीं पहचाना गया है और मनुष्यों तथा पशुओं में पाए जाने वाले किसी भी कोरोनावायरस (सार्स–कोरोनावायरस सहित) से भिन्न है।

### नैदानिक विशेषताएं

संक्रमित व्यक्तियों में बुखार, खांसी, सांस की तकलीफ और सांस लेने में कठिनाई होने जैसे लक्षणों के साथ अतिपाती गंभीर श्वसन रोग हो सकता है। अधिकांश रोगियों में निमोनिया बन सकता है। कई रोगियों में जठरांत्र संबंधी लक्षण या गुर्दे की विफलता पाई गई थी। प्रतिरक्षण क्षमता में दोष वाले लोगों में, रोग में दस्त लगने जैसा असामान्य प्रदर्शन भी हो सकता है।

### संचरण विधि

इस समय भी अनिश्चितता की स्थिति है। लोग पशुओं (ऊंट), परिवेश या अन्य पुष्टिकृत रोगियों (जैसे अस्पताल परिसर में) के संपर्क में आने पर संक्रमित हो सकते हैं।

कोरोनावायरस औसतन नज़ले (influenza ) जैसे अन्य श्वसन संक्रमणों की भांति फैलते हैं। वर्तमान सूचना के आधार पर, MERS-CoV निकटवर्ती संपर्क के माध्यम से व्यक्ति-दर-व्यक्ति तक फैल सकता है। अप्रैल 2014 से, अनेक मामलें गौण मामलें प्रतीत हुए जिन्हें पुष्टिकृत रोगी से संक्रमण हुआ होगा। ये गौण मामलें मुख्य तौर पर स्वास्थ्य देखभाल कर्मियों के थे जिन्होंने MERS से पीड़ित रोगियों की देखभाल की थी। उनमें से अधिकांश को कोई भी लक्षण नहीं था या मामूली लक्षण थे और स्वास्थ्य देखभाल परिसरों के भीतर ही संक्रमित हुए थे।

इसके अलावा, हाल के अध्ययन इस बात का समर्थन करते हैं कि ऊंट MERS-CoV के प्राथमिक स्रोत के रूप में काम करता है।

### रोगोद्भव अवधि

14 दिनों तक।

### प्रबंधन

वर्तमान में रोग के लिए कोई निश्चित उपचार नहीं है। उपचार मददगार है।

## रोकथाम

अगर श्वसन संबंधी लक्षण उत्पन्न होते हैं तो सर्जिकल मास्क पहनें और तुरंत चिकित्सा सलाह लें।

### निजी स्वास्थ्य-रक्षा

- हाथ साफ रखें
  - विशेष रूप से छींक आने, खांसी आने या नाक साफ करने के बाद हाथों को लगातार तरल साबुन और पानी से धोएं
  - अगर दिखाई देने में गंदे नहीं हैं तो 70-80% अल्कोहल-आधारित हैंडरब से हाथ साफ करें
  - हाथ धोने से पूर्व अपनी आंखों, नाक और मुंह को स्पर्श करने से बचें
- छींकते या खांसते समय नाक और मुंह को टिशू पेपर से ढंक लें और गंदे टिशू पेपर को ढक्कन लगे कूड़े में डाल दें
- संतुलित आहार, नियमित व्यायाम और पर्याप्त विश्राम करते हुए शरीर की प्रतिरक्षण को बेहतर बनाएं, धूम्रपान और मदिरापान ना करें

### पर्यावरणीय स्वास्थ्य-रक्षा

हालांकि कोरोनावायरस पर्यावरण में कुछ समय तक जीवित रह सकता है, किंतु वे अधिकांश डिटर्जेंट और क्लिनिंग एजेंटों से आसानी से नष्ट हो जाते हैं। निम्न कार्य करना अत्यावश्यक है:

- हवा का बेहतर संचार बनाए रखें
- कम हवा वाले और भीड़ भरे स्थानों का दौरा करने से बचें
- अपने घर को साफ रखें- अक्सर स्पर्शनीय सतहों, फर्नीचर, आम तौर पर साझा की जाने वाली वस्तुओं और फर्श को रोजाना कम-से-कम एकबार उचित कीटाणुनाशक का प्रयोग करते हुए साफ और कीटाणुमुक्त करें। अधात्विक सतह के लिए, पतला किए हुए घर में काम आने वाले ब्लीच (10मिली ब्लीच जिसमें 5.25% सोडियम हाइपोक्लोराइट है, को 990मिली पानी में मिलाएं) से साफ करें, सूखने तक प्रतीक्षा करें और फिर पानी से धो दें। धातु की सतहों के लिए, 70% अल्कोहल से कीटाणुमुक्त करें

### **यात्रा के दौरान स्वास्थ्य संबंधी सलाह**

यात्रा करने से पूर्व जोखिम की समीक्षा के लिए डॉक्टर से परामर्श करें, क्योंकि मधुमेह, फेफड़ों की पुरानी बीमारी, पहले से मौजूद गुर्दे की विफलता, या प्रतिरक्षण क्षमता को जोखिम में डालने वाली स्थितियों सहित पहले से मौजूद प्रमुख चिकित्सा संबंधी स्थितियां यात्रा के दौरान मध्य पूर्व के श्वसन सिंड्रोम (MERS) सहित चिकित्सा संबंधी समस्याओं में वृद्धि कर सकती हैं।

- खेतों, अनाजघरों और ऊंट के बाजारों में जाने से बचें;
- पशुओं विशेष तौर पर ऊंटों ( ऊंट की सवारी या ऊंटों के संपर्क में लानेवाली किसी गतिविधि में भागीदारी सहित), पक्षियों, मुर्गियों या बीमार लोगों के संपर्क में आने से बचें;
- खेतों, अनाजघरों और ऊंट के बाजारों में जाने पर पशुओं को छूने से पूर्व और बाद में नियमित रूप से हाथ धोएं;
- बीमार लोगों, विशेष तौर पर अतिपाती श्वसन संक्रमणों से पीड़ित लोगों के निकटवर्ती संपर्क में आने से बचें, और उन स्वास्थ्य देखभाल परिसरों का दौरा करने से बचें जहां MERS के रोगी हों;
- यात्रियों को भी दूध और मांस सहित कच्चे या अधपके पशु उत्पादों, या ऐसा आहार जो पशु स्त्रावों, अपशिष्ट पदार्थों (जैसे मूत्र) या उत्पादों से संदूषित हो सकता है, को खाने से बचने जैसे खाद्य सुरक्षा और स्वास्थ्य-रक्षा के नियमों के मुताबिक चलना चाहिए, और उनका सेवन तब तक नहीं करना चाहिए जब तक वे सही ढंग से पक न जाएं, उन्हें अच्छे ढंग से धो या छील ना दिया जाए।
- अगर आप स्वस्थ महसूस नहीं कर रहे हैं, तो सर्जिकल मास्क लगा लें और तत्काल चिकित्स सहायता लें

- प्रस्थान से पूर्व: ठीक होने तक अपनी यात्रा टाल दें
- विदेश में रहने के दौरान: होटल स्टाफ या दौरे के प्रमुख को सूचित करें
- घर वापस लौटने पर: चिकित्सा परामर्श के दौरान, डॉक्टर को हाल की यात्रा का वृत्तांत बताएं

### तीर्थयात्रा के लिए यात्रा करने की योजना बना रहे लोगों हेतु विशेष नोट

यात्रा के दौरान पहले से मौजूद बड़ी चिकित्सा स्थितियां (उदाहरणतः मधुमेह, फेफड़ों की पुरानी बीमारी, प्रतिरक्षण क्षमता का दोष जैसी पुरानी बीमारियां) MERS-CoV संक्रमण सहित बीमारी की संभावना को बढ़ा सकती हैं; अतः, तीर्थयात्रियों को यात्रा करने से पूर्व खतरे की समीक्षा करने और यह पता लगाने के लिए कि तीर्थयात्रा करना उचित है या नहीं, डॉक्टर से परामर्श करना चाहिए।

उन्हें खांसी करते या छिंकते समय टिश्यू से अपने मुंह और नाक को ढक लेना चाहिए तथा उपयोग करने के बाद टिश्यू को कूड़ेदान में फेंक देना चाहिए तथा हाथ धो लेने चाहिए, या, अगर यह संभव ना हो, तो अपने वस्त्र की ऊपरी आस्तीन में खांसी करें या छींके, किंतु अपने हाथों में ऐसा ना करें।