

रूबेला

कारक एजेंट

रूबेला को "जर्मन खसरा" के रूप में भी जाना जाता है और यह रूबेला वायरस के कारण होता है।

नेदानिक सुविधाएँ

लोगों को आमतौर पर फैले हुए दाने, बुखार, सिरदर्द, अस्वस्थता, लसिका ग्रंथि का बढ़ना, ऊपरी श्वसन लक्षण और नेत्रश्लेष्मलाशोथ आदि होता है। दाने आमतौर पर लगभग 3 दिनों तक रहता है, लेकिन कुछ रोगियों में दाने बिल्कुल नहीं हो सकते हैं। रूबेला के साथ वयस्क महिलाओं में आर्थ्रलजिया या गठिया अधिक होता है। रूबेला संक्रमण भी विकासशील गर्भ में विसंगतियों का कारण बन सकता है। गर्भावस्था के पहले 3 महीनों के दौरान संक्रमित हुई महिलाओं में जन्म लेने वाले शिशुओं में होने की संभावना होती है, जन्मजात से रूबेला होना, बहरापन, मोतियाबिंद, हृदय की विकृतियों, मानसिक मंदता आदि लक्षणों को दर्शाता है।

संचरण की विधि

यह संक्रमित व्यक्तियों के नाक और गले से साव के साथ छोटी बूंदों के माध्यम से फैल सकता है या रोगियों के साथ सीधे संपर्क के माध्यम से फैल सकता है। यह एक अत्यधिक संक्रामक बीमारी है और रोगी को दाने निकलने के 1 सप्ताह पहले से 1 सप्ताह पहले तक अन्य व्यक्तियों को यह रोग हो सकता है।

रोगोद्भव अवधि

यह 12 - 23 दिन तक, आमतौर पर 14 दिन तक होता है।

प्रबंधन

कोई विशिष्ट उपचार नहीं है लेकिन पीड़ा को कम करने के लिए दवाओं को निर्धारित किया जा सकता है।

निवारण

1. अच्छी व्यक्तिगत स्वच्छता बनाए रखें

- हाथ की अक्सर सफाई रखें, विशेषकर मुँह, नाक या आंखों को छूने से पहले, सार्वजनिक प्रतिष्ठानों जैसे कि हैंडरेल या डोर नॉब को छूने के बाद या जब खांसी या छींकने के बाद श्वसन साव से हाथ दूषित हो जाएँ तब। तरल साबुन और पानी से हाथ धोएँ, और कम से कम 20 सेकंड के लिए रगड़ें। फिर पानी से धोएँ और डिस्पोजेबल पेपर टॉवल या हैंड ड्रायर से सुखाएँ। जब हाथ देखने में स्पष्ट रूप से गंदे न हों, तो उन्हें एक प्रभावी विकल्प के रूप में 70 से 80% अल्कोहल-आधारित हैंडरब से साफ़ करें।
- छींकने या खाँसने पर अपने मुँह और नाक को टिशू पेपर से ढक लें। गंदे ऊतकों का ढकन वाले कूड़ादान में निपटारा कर दें, फिर हाथों को अच्छी तरह से धोएँ।
- श्वसन संबंधी लक्षण होने पर, सर्जिकल मास्क पहनें, काम या स्कूल से बचना चाहिए, भीड़-भाड़ वाली जगहों पर जाने से बचें और तुरंत चिकित्सकीय सलाह लें।
- प्रभावित व्यक्तियों को दाने होने की तिथि से 7 दिनों के लिए घर पर रहने और किसी भी अतिसंवेदनशील व्यक्तियों, विशेष रूप से गर्भवती महिलाओं और गर्भावस्था की तैयारी करने वाली महिलाओं के संपर्क से बचने की सलाह दी जानी चाहिए। इसका कारण यह है कि जिन गर्भवती महिलाओं में रूबेला की प्रतिरोधक क्षमता नहीं होती है, वे इस बीमारी का शिकार होंगी और उनका भ्रूण भी प्रभावित हो सकता है। इसलिए, करीबी गर्भवती संपर्कों का पता लगाया जाना चाहिए और उनकी प्रतिरक्षण स्थिति की जाँच की जानी चाहिए।

2. अच्छी पर्यावरणीय स्वच्छता बनाए रखें

- फर्नीचर, खिलौनों और आमतौर पर सांझा की जाने वाली वस्तुओं को 1:99 पतले घरेलू ब्लीच (पानी के 99 भागों के साथ 5.25% ब्लीच का 1 हिस्सा मिलाकर) के साथ नियमित रूप से साफ और कीटाणुरहित करें, 15 - 30 मिनट के लिए छोड़ दें, और फिर पानी से साफ करें और सूखा रखें। धातु की सतह के लिए, 70% अल्कोहल के साथ कीटाणुरहित करें।
- श्वसन स्राव जैसे स्पष्ट संदूषकों को पोंछने के लिए शोषक डिस्पोजेबल तौलिए का उपयोग करें, और फिर 1:49 पतले घरेलू ब्लीच (पानी के 49 भागों के साथ 5.25% ब्लीच का 1 हिस्सा मिलाएँ) के साथ सतह और पड़ोसी क्षेत्रों को कीटाणुरहित करें, 15 - 30 मिनट तक छोड़ दें और फिर पानी से साफ करें और सूखा रखें। धातु की सतह के लिए, 70% अल्कोहल के साथ कीटाणुरहित करें।
- अंदरूनी वायु-संचार को अच्छा बनाए रखें। भीड़-भाड़ वाले या खराब वायु-संचार वाले सार्वजनिक स्थानों पर जाने से बचें; उच्च जोखिम वाले व्यक्ति ऐसी जगहों पर रहते हुए सर्जिकल मास्क लगा सकते हैं।

3. प्रतिरक्षण

- रूबेला युक्त टीका के साथ प्रतिरक्षण रोग को रोकने में प्रभावी है। हांगकांग बालपन प्रतिरक्षण कार्यक्रम के तहत, बच्चों को रूबेला टीकाकरण की दो खुराक दी जाएँगी (कृपया हांगकांग बालपन प्रतिरक्षण कार्यक्रम का संदर्भ लें)।
- प्रसव की उम्र की महिलाओं को जिन्हें प्रतिरक्षित नहीं किया जाता है, उन्हें गर्भावस्था की योजना बनाने से पहले अपनी प्रतिरक्षण स्थिति की जाँच करनी चाहिए और यदि आवश्यक हो तो रूबेला युक्त टीका प्राप्त करना चाहिए।
- विभिन्न स्थानों पर उनके महामारी विज्ञान प्रोफाइल के प्रकाश में विभिन्न टीकाकरण कार्यक्रम विकसित होंगे। माता-पिता को अपने बच्चों को उनके निवास स्थान के स्थानीय टीकाकरण कार्यक्रम के अनुसार टीके प्राप्त करने की व्यवस्था करनी चाहिए। उदाहरण के लिए, एक वर्ष से कम आयु के बच्चे जो अयात्रा करते हैं मेनलैंड में रहते हैं, उन्हें रूबेला युक्त टीकाकरण की मुख्य खुराक के साथ रूबेला युक्त टीका की पहली खुराक का पालन 8 महीने की उम्र में करना चाहिए, इसके बाद 18वें महीने में दूसरी खुराक लेनी चाहिए।
- सभी विदेशी घरेलू सहायक (FDH) जो रूबेला के लिए गैर-प्रतिरक्षित^० हैं, उन्हें हांगकांग में पहुँचने से पहले मीज़ल्स, मम्स और रूबेला (MMR) टीका प्राप्त करना चाहिए। यदि यह संभव नहीं है, तो वे हांगकांग आने के बाद डॉक्टर से परामर्श कर सकते हैं। रोजगार एजेंसियाँ FDH के लिए रूबेला या MMR टीकाकरण के खिलाफ प्रतिरक्षण स्थिति के आंकलन को पूर्व-रोजगार मेडिकल चेक-अप पैकेज में अतिरिक्त आइटम के रूप में जोड़ने पर विचार कर सकती हैं।
- निम्नलिखित व्यक्तियों को MMR टीका नहीं मिलना चाहिए:^१
 1. MMR या टीके के किसी भी घटक (जैसे जिलेटिन या नियोमाइसिन) टीके की पिछली खुराक के प्रति गंभीर एलर्जी प्रतिक्रिया

2. बीमारियों या उपचार से गंभीर इम्युनोसप्रेसेशन वाले व्यक्तियों (जैसे कि कीमोथेरेपी और रेडियोथेरेपी जैसे वर्तमान कैंसर उपचार पर, उच्च खुराक कॉर्टिकोस्टेरोइड इत्यादि जैसे इम्युनोसप्रेसिव दवाएँ लेना)

3. गर्भावस्था#

@ सामान्य तौर पर, लोगों को खसरा के लिए गैर-प्रतिरक्षक माना जा सकता है अगर (i) उन्हें पहले कभी प्रयोगशाला परीक्षण से खसरा संक्रमण की पुष्टि नहीं हुई थी, और (ii) उन्हें खसरा के खिलाफ पूरी तरह से टीका नहीं लगाया गया था या टीकाकरण की अज्ञात स्थिति है।

^चिकित्सा सलाह हमेशा मांगी जानी चाहिए।

* विश्व स्वास्थ्य संगठन और संयुक्त राज्य अमेरिका के रोग नियंत्रण और रोकथाम केंद्रों से मिली जानकारी के अनुसार, MMR टीकों के लिए एनाफिलेक्टिक प्रतिक्रियाएँ अंडे के एंटीजन अतिसंवेदनशीलता से जुड़े नहीं हैं, लेकिन टीके के अन्य घटकों (जैसे जिलेटिन) से जुड़ी हैं। अंडा-एलर्जी व्यक्तियों द्वारा इन टीकों की प्राप्ति के बाद गंभीर एलर्जी प्रतिक्रियाओं के लिए जोखिम बहुत कम है। इसलिए, गैर-एनाफिलेक्टिक अंडा एलर्जी वाले व्यक्तियों को MMR टीके के साथ सुरक्षित रूप से टीका लगाया जा सकता है। अंडे के लिए गंभीर एलर्जी प्रतिक्रिया (जैसे एनाफिलेक्सिस) वाले लोगों को उचित सेटिंग में टीकाकरण के लिए एक स्वास्थ्य देखभाल पेशेवर से परामर्श करना चाहिए।

सामान्य तौर पर, महिलाओं को MMR टीके की प्राप्ति के बाद तीन महीने तक गर्भधारण से बचना चाहिए और गर्भनिरोधक उपाय करना चाहिए।

9 जुलाई 2019

9 July 2019