इन्टेरोभाइरस 71 संक्रमण

(Nepali Version)

اینٹیرووائرس 71 انفیکشن

(Urdu Version)

腸病毒71型感染
Enterovirus 71 Infection

衞生防護中心
Centre for Health Protection

衞生署
Department of Health

इन्टेरोभाइरस 71 संक्रमण

कारक एजेन्ट

इन्टेरोभाइरस 71 (EV71) सिंगल स्टॉयन्डेड आर.एन.ए. भाइरस हो र हात, खुट्टा र मुखको रोग (HFMD) को लागी कारक एजेन्ट हो। इन्टेरोभाइरस 71 (EV71) संक्रमण सामान्यतया दक्षिण पूर्व एशियाली क्षेत्रहरूमा, विशेष गरी गर्मी र शरद ऋतुमा देखा पर्दछ। अस्ट्रेलिया, मेनल्याण्ड चीन, मलेसिया, सिंगापुर, ताइवान, आदिमा फैलिएको रिपोर्ट गरिएको छ।

क्लिनिकल विशेषताहरू

इन्टेरोभाइरस 71 (EV71) संक्रमणले सामान्यतया साना बच्चाहरूलाई असर गर्दछ। प्रायः बिरामीहरू हात, खुट्टा र मुखको रोग (HFMD) को विशेष लक्षणहरू जस्तै ज्वरो, मुखमा घाउहरू र छालामा फोका भएको दाना लिएर उपस्थित हुन्छन्। यो रोग सामान्यतया ज्वरो, भोक कम लाग्ने , थकान र घाँटी दुख्नेबाट सुरू हुन्छ। ज्वरो सुरु भएको एक वा दुई दिन पछि, मुखमा पीडादायी घाउहरू उत्पन्न हुन सक्छ। तिनीहरू छालामा साना रातो दागका रूपमा शुरू हुन्छन् र त्यसपछि धेरैजसो अल्सरमा परिवर्तन हुन्छन्। तिनीहरू सामान्यतया जिब्रो, गिजा र गाला भित्र देखिन्छन्। त्यहाँ नचिलाउने छालाको दाग पनि हुन सक्छ जुन कहिलेकाहीं फोकाको साथ हुन्छ। दाग प्राय: जसो हातको हत्केलामा र खुट्टाको पैतलाहरूमा देखा पर्दछ र चाक र / वा जननेंद्रियमा पनि देखा पर्न सक्छ। हात, खुट्टा र मुखको रोग (HFMD) भएको व्यक्तिमा सामन्य लक्षण नदेख्न सक्छ, वा केवल दाग वा मुखको अल्सर हुन सक्छ। इन्टेरोभाइरस 71 (EV71) ले अधिक गम्भीर रोगहरू निम्त्याउन सक्छ, जस्तै भाइरल (एसेप्टिक) मेनिन्जाइटिस, एन्सेफलाइटिस, पोलियोमाइलाईटिस-जस्तै पक्षाघात र मायोकार्डिटिस।

प्रसारणको शैली

यो रोग मुख्यतया संक्रमित व्यक्तिको नाक वा घाँटीबाट निस्कने स्राव, र्‍याल, पुटिकाहरू वा दिसाबाट निस्कने तरल पदार्थ, वा दूषित वस्तुहरूको सम्पर्कद्वारा फैलिन्छ। यो रोग तीव्र चरणमा र सायद लामो समयसम्म संक्रामक हुन्छ, किनकि, दिसाबाट भाइरस बग्ने प्रक्रिया धेरै हप्ता सम्म जारी रहन सक्छ।

इन्कुबेसन अवधि

इनक्युबेशन अवधि सामान्यतया 3 - 5 दिन सम्म हुन्छ।

व्यवस्थापन

आहिले सम्म, इन्टेरोभाइरस 71 (EV71) संक्रमणको लागी कुनै खास उपचार उपलब्ध छैन। लाक्षणिक उपचारले अल्सरबाट हुने ज्वरो र दुखाइ कम गर्न सक्छ। धेरै जसो अवस्थाहरूमा, रोग आफैं निको हुन्छ र ज्वरो, दाग र अल्सर जस्ता लक्षणहरू सामान्यतया एक हप्तामा कम हुन्छन्। अभिभावकहरूले आफ्ना बच्चाहरूको स्वास्थ्य अवस्थामा ध्यान दिनु पर्दछ र यदि उनीहरूको बच्चाहरूमा हात, खुट्टा र मुखको रोग (HFMD) को निम्न लक्षणहरू विकास भएमा तुरुन्त चिकित्सकीय सल्लाह लिनु पर्छ:

- लगातार उच्च ज्वरो
- बारम्बार बान्ता
- लगातार निद्रा वा तन्द्रा
- मायोक्लोनिक झटका वा अचानक अंग कमजोरी

संक्रमित बच्चाहरूलाई ,ज्वरो निको भएको 2 हप्ता र सबै भेसिक्युलर घावहरू सुकेर क्रस्ट नभएसम्म,रोगको फैलावट रोक्नको

लागी ,पार्टीहरू,रुचि कक्षाहरू र पौडी खेल्ने जस्ता स्कूल वा सामूहिक गतिविधिहरूबाट टाढा रहन सल्लाह दिइन्छ । परिवारका अन्य सदस्यहरू, विशेष गरी बच्चाहरूलाई सख्त व्यक्तिगत र वातावरणीय स्वच्छता मार्फत संक्रमण हुनबाट बचाउनुहोस् (रोकथामको सुझाव तल हेर्नुहोस्) ।

रोकथाम

अहिले हङकङमा EV71 संक्रमण रोक्न खोप उपलब्ध छैन। राम्रो व्यक्तिगत र वातावरणीय स्वच्छता रोकथामको मुख्य आधार हो।

1. राम्रो व्यक्तिगत स्वच्छता कायम राख्नुहोस्
   - हातको सरसफाइ बारम्बार गर्नुहोस्, विशेष गरी मुख र नाक वा आँखामा छुनु भन्दा अघि र पछि; खाना खानु वा खाना ह्यान्डल गर्नु अघि; छालाका फोकाहरू छोए पछि; र शौचालय प्रयोग गरे पछि।
   - तरल साबुन र पानीले हात धुनुहोस्, र कम्तिमा 20 सेकेन्डको लागी रगड्नुहोस्, त्यसपछि पानीले धुनुहोस् र सफा कपासको तौलिया वा कागजको तौलियाले सुकाउनुहोस्। अल्कोहल आधारित ह्यान्डरबलाई हातको स्वच्छतामा, तरल साबुन र पानीको विकल्प गर्नु हुँदैन, किनकि अल्कोहलले हात, खुट्टा र मुखको रोग (HFMD) निम्त्याउने केही भाइरस (जस्तै EV71) लाई प्रभावकारी रूपमा मार्दैन।
   - खोक्दा वा हाच्छिउं गर्दा टिसु पेपरले आफ्नो मुख र नाक छोप्नुहोस्। फोहोर टिश्यु पेपरलाई ढक्कन भएको फोहोर बिनमा फाल्नुहोस्, त्यसपछि हात राम्रोसँग धुनुहोस्।
   - खानाको समयमा चपस्टिकहरू र चम्चाहरू प्रयोग गर्नुहोस्। अरूसँग खाना र पिउने पदार्थ साझेदारी नगर्नुहोस्।
   - तौलिए र व्यक्तिगत आईटमहरू अरूसँग साझेदारी नगर्नुहोस्।
   - संक्रमित व्यक्तिहरूसँग नजिक सम्पर्क (जस्तै चुम्बन, अँगालो) नगर्नुहोस्।
   - अस्वस्थ महसुस भएमा, काममा वा स्कूल कक्षाको उपस्थितिबाट जोगिनुहोस्, र चिकित्सा सल्लाह लिनुहोस्।
   - संक्रमित व्यक्तिहरूलाई खानेकुरा सम्हाल्न र बालबालिका, वृद्धवृद्धा र प्रतिरोधात्मक क्षमता कम भएका व्यक्तिहरूको हेरचाह गर्नबाट रोक्नुहोस्।

2. राम्रो वातावरणीय स्वच्छता कायम राख्नुहोस्
   - बारम्बार छुने सतहहरू जस्तै फर्निचर, खेलौना र सामान्य साझा वस्तुहरू 1:99 पातलो घरेलु ब्लीच (5.25% सोडियम हाएपोक्लोराइट भएको 1 भाग घरेलु ब्लीच र 99 भाग पानी मिक्स गरेको) ले नियमित सफा र कीटाणुरहित गर्नुहोस्, 15 - 30 मिनेट सम्म छोड्नुहोस्, र पानीले पखाल्नुहोस् र सुख्खा राख्नुहोस्।
   - प्रयोग गरिएको घरेलु ब्लिचको म्याद समाप्त नभएको सुनिश्चित गर्नुहोस्। प्रभावकारी निसङ्क्रमणका लागि पातलो ब्लिच तयारी गरेको 24 घण्टाभित्र प्रयोग गर्नुपर्छ किनकि प्रयोग नगरी राखेमा समय अनुसार प्रभावकारिता कम हुँदै जान्छ।
   - पातलो नबनाइएको ब्लिचलाई घाममा राख्दा विषालु ग्यास छाड्ने भएकाले यसलाई ठण्डा र छाँया परेको ठाउँमा बच्चाले नभेट्ने गरी राख्नु पर्छ।
   - स्पष्ट दूषित पदार्थहरू जस्तै श्वास स्राव, बान्ता वा मलमूत्र सफा गर्नको लागी शोषक डिस्पोजेबल टावल प्रयोग गर्नुहोस्, र त्यसपछि सतह र नजिकैको क्षेत्रहरूलाई 1:49 पातलो घरेलु ब्लीच (5.25% सोडियम हाइपोक्लोराइट भएको 1 भाग घरेलु ब्लीच र 49 भाग पानी मिक्स गरेको) ले सफा गर्नुहोस्। 15 - 30 मिनेटसम्म छोड्नुहोस्, र पानीले पखाल्नुहोस् र सुख्खा राख्नुहोस्।
   - स्कूल वा संस्थामा हात, खुट्टा र मुखको रोग (HFMD) प्रकोप देखा पर्दा, समूह गतिविधिहरू आयोजना

नगर्नुहोस्।साथै, कर्मचारीको आवतजावतलाई कम गर्नुहोस् र सकेसम्म एउटै समूहका बालबालिकाको हेरचाह गर्न एउटै समूहका कर्मचारीहरूको व्यवस्था गर्नुहोस्।

थप स्वास्थ्य जानकारीको लागि, कृपया स्वास्थ्य सुरक्षा केन्द्रको वेबसाइटमा जानुहोस् www.chp.gov.hk

अनुवादित संस्करण सन्दर्भको लागि मात्र हो। अनुवादित संस्करण र अङ्ग्रेजी संस्करण बीचको भिन्नता भएमा, अंग्रेजी संस्करण प्रबल हुनेछ।

Translated version is for reference only. In case of discrepancies between translated version and English version, English version shall prevail.

18 नोभेम्बर 2024 मा संसोधन गरिएको (18 November 2024)

(Urdu version)

انٹیرووائرس 71 انفیکشن

مسبب عامل

انٹیرووائرس 71 (ای وی 71) واحد و یکتا آر این اے وائرس ہے جو ہاتھ، پاؤں اور منہ کے مرض (ایچ ایف ایم ڈیHFMD) کا سبب بننے والے جراثیمی عناصر میں سے ایک ہے۔ ای وی 71 انفیکشن خاص طور پر موسم گرما اور ابتدائی موسم خزاں میں، عام طور پر جنوب مشرقی ایشیا علاقوں میں پایا جاتا ہے۔ آسٹریلیا، مین لینڈ چین، ملائیشیا، سنگاپور، تائیوان، وغیرہ میں اس کی وبا پھیلنے کی اطلاعات ہیں۔

طبی خواص

ای وی 71 انفیکشن عام طور پر نوعمر بچوں کو متاثر کرتا ہے۔ مریضوں میں عام طور ایچ ایف ایم ڈی (HFMD)کی علامات پائی جاتی ہیں، جس کی خصوصیت بخار، منہ کے زخم، اور چھالوں کے ساتھ سرخ دانے ہیں۔ یہ مرض عام طور پر بخار، اشتہاء کی کمی، تھکاوٹ اور گلے کی خراش سے شروع ہوتا ہے۔ بخار کے ابتدائی حملہ کے ایک یا دو دن بعد، منہ میں تکلیف دہ پھوڑوں میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ وہ چھالوں کے ساتھ چھوٹے لال نشانوں کے طور پر شروع ہوتے ہیں اور پھر اکثر کھلے زخم بن جاتے ہیں۔ وہ عام طور پر زبان، مسوڑھوں، اور رخساروں کی اندرونی جانب واقع ہوتے ہیں۔ یہ جلدی دانوں جیسے بھی ہو سکتے ہیں جس میں خارش نہ ہو اور، بعض اوقات اس کے ساتھ چھالے ہوتے ہیں۔ سرخ دانے عام طور پر ہاتھ کی ہتھیلیوں اور پاؤں کے تلوؤں پر نمودار ہوتے ہیں؛ اور کولہوں اور/یا اعضائے تناسل پر بھی نمودار ہو سکتے ہیں۔ ایچ ایف ایم ڈی (HFMD) کے حامل ایک فرد میں ہو سکتا ہے، علامات نہ ہوں، یا صرف سرخ دانے یا صرف منہ کا السر ہو سکتا ہے۔ ای وی 71 زیادہ سنگین امراض جیسا کہ وائرل (جراثیم سے پاک) گردن توڑ بخار، دماغ کی سوزش، پولیو جیسا فالج اور قلبی عضلات کے ورم کا سبب بن سکتا ہے۔

ترسیلی طریقہ

مرض بنیادی طور پر ناک یا گلے کے اخراجی مواد، تھوک، چھالے کے مواد، مریضوں کے پاخانہ یا آلودہ اشیاء کو چھونے سے اتصال کی وجہ سے پھیلتا ہے۔ مرض شدید مرحلے کے دوران وبائی مرض ہے اور شاید طویل مدت تک، وائرس کے پاخانہ میں شیڈنگ کے طور پر کئی ہفتوں تک جاری رہ سکتی ہے۔

نگہداشتی مدت

نگہداشتی مدت عام طور پر 3-5 ایام پر محیط ہے۔

انتظام

فی الوقت، ای وی 71 انفیکشن کے لئے کوئی مخصوص علاج دستیاب نہیں ہے۔ علامتی علاج السر سے بخار اور درد میں آرام پہنچا سکتے ہیں۔ زیادہ تر معاملات میں، بیماری میں از خود کمی ہوتی ہے، علامات میں بخار، دانے اور السرز عام طور پر ایک ہفتے کے وقت میں دھیمے پڑتے جاتے ہیں۔ والدین کو اپنے بچوں کی صحت کی حالت پر توجہ دینی چاہئے اور اگر آپ بچوں میں ایچ ایف ایم ڈی (HFMD) کی مندرجہ ذیل علامات کو پیش رفت پاتے ہوئے دیکھتے ہیں تو فوری طور پر طبی مشورہ حاصل کریں:

- مسلسل تیز بخار
- قے کی شکایات
- مسلسل سستی یا غنودگی
- عضلاتی جھٹکے یا اعضاء کی اچانک کمزوری

متاثرہ بچوں کو اسکولوں یا گروپ کی سرگرمیوں سے گریز کرنے کا مشورہ دیا جاتاہے جیسا کہ پارٹیوں، دلچسپی کی کلاسیں، اور بخار ختم ہونے کے بعد 2 ہفتوں تک تیراکی سے پرہیز کریں اور بیماری کے پھیلاؤ کو روکنے کے لئے تمام آبلہ نما زخموں کو خشک ہونے اور ان پر کرنڈ آنے دیں۔ خاندان کے دیگر ارکان کو سخت ذاتی اور ماحولیاتی حفظان صحت کے ذریعے انفیکشن میں مبتلا ہونے سے خاص طور پر بچوں کا تحفظ کریں ذیل میں بچاؤ سے متعلق مشورہ دیکھیں)۔

بچاؤ

اس وقت ہانگ کانگ میں ای وی 71 انفیکشن کو روکنے کے لئے ویکسین دستیاب نہیں ہے۔ عمدہ ذاتی اور ماحولیاتی حفظان صحت اس کی کی روک تھام کا بنیادی ذریعہ ہے۔

1. عمدہ ذاتی حفظان صحت برقرار رکھیں

- ہاتھوں کا حفظان صحت اکثر انجام دیں، خاص طور پر منہ، ناک یا آنکھوں کو چھونے سے پہلے، کھانے کھانے یا خوراک سے نمٹنے سے پہلے، کسی چھالے کو چھونے کے بعد، اور ٹوائلٹ استعمال کرنے کے بعد۔
- ہاتھوں کو مائع صابن اور پانی سے دھوئیں، اور کم از کم 20 سیکنڈ تک رگڑیں؛ پھر پانی سے دھولیں اور صاف سوتی تولیہ یا کاغذ کے تولیے سے خشک کریں۔ الکحل پر مبنی ہینڈ رب کو ہاتھ کی صفائی کو مائع صابن اور پانی سے تبدیل نہیں کرنا چاہیے، کیونکہ الکحل HFMD کا باعث بننے والے کچھ وائرسوں)مثلاً EV71(کو مؤثر طریقے سے ہلاک نہیں کرتا ہے۔
- کھانسنے یا چھینکتے ہوئے ٹشو پیپر کے ساتھ اپنے منہ اور ناک کو ڈھانپ لیں۔ ڈھکن دار کوڑا دان میں گندے ٹشوز تلف کریں، اس کے بعد اچھی طرح ہاتھ دھو لیں۔
- کھانے کی پیش کش کے وقت چینی کانٹا اور چمچ استعمال کریں۔ دوسروں کے ساتھ اپنی خوراک اور مشروبات کا اشتراک نہ کریں۔
- دوسروں کے ساتھ تولیے اور ذاتی اشیاء کا اشتراک نہ کریں۔
- متاثرہ افراد کے ساتھ قریبی روابط (جیسا کہ چومنے، گلے ملنے) سے پرہیز کریں۔
- اسکول میں کلاس میں شرکت کرنے سے گریز کریں، اور اگر طبعیت خراب محسوس ہو تو طبی مشورہ طلب کریں۔
- متاثرہ افراد کو غذا سے نپٹنے اور بچوں، بزرگوں اور مامونیت سے محروم افراد کی دیکھ بھال کرنے سے خارج کریں۔

2. عمدہ ماحولیات حفظان صحت برقرار رکھیں

- کثرت سے چھوئی جانے والی سطحات جیسا کہ فرنیچر، کھلونے اور عمومی مشترکہ اشیاء کو 1:99 کی گھریلو بلیچ کے محلول (پانی کے 99 حصوں کے ساتھ گھریلو بلیچ کا 1 حصہ، جس میں 5.25% سوڈیم ہائپوکلورائٹ کی آمیزش ہو) کو صاف کریں اور جراثیم سے پاک کریں، اور 30 - 15 منٹوں کے لئے چھوڑ دیں، اور اس کے بعد پانی سے کھنگالیں اور خشک کر لیں۔
- یقینی بنائیں کہ استعمال ہونے والی گھریلو بلیچ کی میعاد ختم نہ ہوئی ہو۔ مؤثر جراثیم کشی کے لیے تیار شدہ بلیچ کو 24 گھنٹوں کے اندر استعمال کریں، کیونکہ وقت گزرنے کے ساتھ اس کی مؤثریت کم ہو سکتی ہے اگر اسے استعمال نہ کیا جائے۔
- چونکہ غیر مخفف بلیچ دھوپ کے سامنے آنے پر زہریلی گیس خارج کرتا ہے، اسے ٹھنڈی اور سایہ دار جگہ پر بچوں کی پہنچ سے دور محفوظ رکھنا چاہیے۔
- واضح غلاظت جیسا کہ تنفسی رطوبت کا اخراج، قے میں خارج شدہ مادہ یا فضلہ کو صاف کرنے کے لئے جذب کرنیوالا قابل تلفی تولیہ استعمال کریں، اور پھر 1:49 کی گھریلو بلیچ کے محلول (پانی کے 49 حصوں کے ساتھ گھریلو

بلیچ کا 1 حصہ، جس میں 5.25% سوڈیم ہائپوکلورائٹ کی آمیزش ہو) سطح اور قرب و جوار کی جگہوں کو جراثیم سے پاک کریں، اور 30 - 15 منٹوں کے لئے چھوڑ دیں، اور اس کے بعد پانی سے کھنگالیں اور خشک کر لیں۔

- جب ایچ ایف ایم ڈی (HFMD) کی وبا پھوٹتی ہے تو اسکول یا ادارے میں گروپ کی سرگرمیوں کا انعقاد کرنے سے احتراز کریں۔ اس کے علاوہ، عملے کی نقل و حمل کو کم سے کم کریں اور بچوں کے ایک ہی گروپ کی دیکھ بھال کرنے کے لیے، جہاں تک ممکن ہو ایک ہی الگ گروپ کا بندوبست کریں۔

صحت سے متعلق مزید معلومات کے لیے، براہ مہربانی سینٹر فار ہیلتھ پروٹیکشن کی ویب سائٹ ملاحظہ کریں www.chp.gov.hk

ترجمہ شدہ ورژن صرف حوالہ کے لیے ہے۔ ترجمہ شدہ ورژن اور انگریزی ورژن میں تضاد کی صورت میں، انگریزی ورژن غالب ہوگا۔

Translated version is for reference only. In case of discrepancies between translated version and English version, English version shall prevail.

18 نومبر 2024 میں ترمیم شدہ(18 November 2024)

衞生防護中心網站 www.chp.gov.hk
Centre for Health Protection Website www.chp.gov.hk

थप स्वास्थ्य जानकारीको लागि, कृपया स्वास्थ्य सुरक्षा केन्द्रको वेबसाइटमा
जानुहोस् www.chp.gov.hk

صحت سے متعلق مزید معلومات کے لیے، براہ مہربانی
سینٹر فار ہیلتھ پروٹیکشن کی ویب سائٹ ملاحظہ کریں www.chp.gov.hk

二零二四年十一月修訂
Revised in November 2024