

हाथ पैर और मुंह की बीमारी

प्रेरक एजेंट

कॉक्ससैकी वायरस और एंटरोवायरस 71 (ईवी 71) जैसे एंटरोवायरस के कारण बच्चों में हाथ, पैर और मुंह की बीमारी (एचएफएमडी) एक आम बीमारी है। EV71 की वजह से HFMD विशेष चिंता का विषय है क्योंकि यह गंभीर जटिलताओं (जैसे कि वायरल मैनिनजाइटिस, एन्सेफलाइटिस और पोलियोमाइलाइटिस-जैसे पक्षाघात) और यहां तक कि मृत्यु के साथ अधिक सम्बद्ध है। हांगकांग में एचएफएमडी के लिए अधिकतम प्रसार मौसम मई से जुलाई और अक्टूबर से दिसंबर तक न्यूनतम प्रसार भी हो सकता है।

नैदानिक विशेषताएं

यह बीमारी ज्यादातर आत्म-सीमित होती है और 7 - 10 दिनों में ठीक हो जाती है। यह आमतौर पर बुखार, खराब भूख, थकान और गले में खराश के साथ शुरू होता है। बुखार शुरू होने के एक से दो दिन बाद, मुंह में दर्दनाक घावों का विकास हो सकता है। वे छाले के साथ छोटे लाल धब्बे के रूप में शुरू होते हैं और फिर अक्सर अल्सर बन जाते हैं। वे आमतौर पर जीभ, गम और गाल के अंदर दिखाई देते हैं। यह त्वचा में लाल चकते के साथ भी आ सकता है जो खुजली और कभी-कभी फफोले के साथ नहीं होता है। चकते आमतौर पर हाथों और तलवों के तलवों में दिखाई देते हैं और नितंबों और / या जननांगों पर भी दिखाई दे सकते हैं। एचएफएमडी वाले व्यक्ति में लक्षण नहीं हो सकते हैं, या केवल दाने या मुंह के छाले हो सकते हैं

एचएफएमडी संक्रमण के कारण होने वाले विशिष्ट वायरस के लिए प्रतिरक्षा (सुरक्षा के खिलाफ) को जन्म देगा। हालांकि, एक अलग वायरस के साथ बाद के संक्रमणों के परिणामस्वरूप एचएफएमडी के आगे के एपिसोड हो सकते हैं।

संचरण की विधि

यह बीमारी मुख्य रूप से संक्रमित व्यक्ति के नाक या गले के डिस्चार्ज, लार, पुटिकाओं या मल से तरल पदार्थ के संपर्क में आने या दूषित वस्तुओं को छूने के बाद फैलती है। यह बीमारी बीमारी के पहले सप्ताह के दौरान सबसे अधिक संक्रामक है और वायरस हफ्तों तक मल में पाया जा सकता है।

ऊष्मायन अवधि

ऊष्मायन अवधि लगभग 3 - 7 दिन है।

प्रबंध

एचएफएमडी के लिए कोई विशिष्ट दवा उपचार नहीं है। रोगियों को पर्याप्त मात्रा में पानी पीना चाहिए और पर्याप्त आराम करना चाहिए, और बुखार और मुंह के छालों के दर्द को कम करने के लिए रोगसूचक उपचार प्राप्त कर सकते हैं।

बीमार बच्चों को स्कूल या समारोहों से दूर रहना चाहिए जब तक कि बीमारी फैलने से बचने के लिए सभी पुटिकाएं सूख गई हों। यदि संक्रमण EV71 के कारण होता है, तो रोगी को बीमारी से उबरने के बाद दो सप्ताह तक घर पर रहने की सलाह दी जाती है (यानी बुखार और दाने कम हो गए हैं, और पुटिका सूख गई है और क्रस्ट हो गई है)।

माता-पिता को बच्चे की स्थिति की बारीकी से निगरानी करनी चाहिए और लगातार तेज बुखार, सतर्कता में कमी या सामान्य परिस्थितियों में कमी होने पर तुरंत चिकित्सा सलाह लेनी चाहिए।

निवारण

एचएफएमडी को रोकने के लिए कोई प्रभावी टीका नहीं है। अच्छी व्यक्तिगत और पर्यावरणीय स्वच्छता रोकथाम का मुख्य आधार है।

1. अच्छी व्यक्तिगत स्वच्छता बनाए रखें

- हाथ की सफाई अक्सर करें, विशेषकर मुंह, नाक या आंखों को छूने से पहले, खाना खाने से पहले या भोजन को संभालने के बाद, छाले को छूने के बाद और शौचालय का उपयोग करने से पहले।
- कम से कम 20 सेकंड के लिए साबुन और पानी से हाथ धोएं, फिर एक डिस्पोजेबल पेपर टॉवल या हैंड ड्रायर से सुखाएं। यदि हाथ धोने की सुविधा उपलब्ध नहीं है, या जब हाथ स्पष्ट रूप से गंदे नहीं होते हैं, तो 70-80% अल्कोहल-आधारित हैंड रूबिस के साथ हाथ स्वच्छता एक प्रभावी विकल्प है।
- छींकने या खांसने पर अपने मुंह और नाक को टिशू पेपर से ढक लें। गंदे टिशू पेपर को एक ढके हुए बिन में डुबोएं, फिर हाथों को अच्छी तरह से धोएं।
- भोजन के समय चॉपस्टिक और चम्मच का उपयोग करें। दूसरों के साथ भोजन और पेय साझा न करें।
- तौलिये और व्यक्तिगत वस्तुओं को दूसरों के साथ साझा न करें।
- संक्रमित व्यक्तियों के साथ निकट संपर्क (जैसे चुंबन, गले लगाना) से बचें।
- स्कूल में काम या उपस्थित कक्षा से बचना, और अस्वस्थ महसूस होने पर चिकित्सीय सलाह लेना।
- संक्रमित व्यक्तियों को भोजन से निपटने और बच्चों, बुजुर्गों और प्रतिरक्षाविज्ञानी लोगों को देखभाल प्रदान करने से बाहर रखें

2. अच्छी पर्यावरणीय स्वच्छता बनाए रखें

- आमतौर पर फर्नीचर और खिलौनों को 1:99 पतला घरेलू ब्लीच (पानी के 99 भागों के साथ 5.25% ब्लीच का 1 हिस्सा मिलाकर) के साथ नियमित रूप से साफ और कीटाणुरहित सतहों को 15 से 30 मिनट के लिए छोड़ दें, और फिर अच्छी तरह से साफ करें और सुखाएं। धातु की सतह के लिए, इसे 70% शराब के साथ कीटाणुरहित करें।
- सांस के साव, उल्टी या मलत्याग जैसे स्पष्ट दूषित पदार्थों को पोंछने के लिए शोषक डिस्पोजेबल तौलिये का उपयोग करें, और फिर 1:49 पतला घरेलू ब्लीच के साथ सतह और पड़ोसी क्षेत्रों को कीटाणुरहित करें (पानी के 49 भागों में 5.25% ब्लीच का 1 भाग मिलाकर), छोड़ दें 15 से - 30 मिनट और फिर पानी से कुल्ला और सूखा रखें। धातु की सतह के लिए, 70% शराब के साथ कीटाणुरहित।
- जब स्कूल या संस्थान में HFMD का प्रकोप होता है तो समूह की गतिविधियों से बचें। इसके अलावा, कर्मचारियों को कम से कम, आने और जाने और कर्मचारियों के एक ही समूह की व्यवस्था करने के लिए जहां तक संभव हो, बच्चों के एक ही समूह की देखभाल करें।

विवरण के लिए, कृपया [हाथ, पैर और मुंह रोग और एंटरोवायरस 71 संक्रमण की रोकथाम के विषयगत वेबपेज देखें।](#)

28 फरवरी 2019

28 February 2019