

## खसरा

### कारक एजेंट

यह मीजल्स वायरस नामक वायरस के कारण होता है।

### नैदानिक सुविधाएँ

खसरे के टीके की शुरुआत से पहले खसरा बचपन का एक सामान्य संक्रमण था। प्रभावित व्यक्ति शुरू में बुखार, खांसी, नाक बहने, लाल आँखें और मुँह के अंदर सफेद धब्बे के साथ दिखेंगे। यह 3 से 7 दिनों के बाद एक लाल थब्बे त्वचा के चकत्ते द्वारा होता है, जो आमतौर पर चेहरे से शरीर के बाकी हिस्सों में फैलता है। दाने आमतौर पर 4-7 दिनों तक रहते हैं, लेकिन 3 सप्ताह तक लगातार रह सकते हैं और बाद में भूरे रंग की धुंधले धब्बे और कभी-कभी त्वचा की छिली रह सकती है। गंभीर मामलों में, फेफड़े, आंत और मस्तिष्क शामिल हो सकते हैं और जो गंभीर परिणाम या मृत्यु तक ले जा सकते हैं।

गर्भावस्था में खसरे के संक्रमण के परिणामस्वरूप गर्भावस्था के प्रतिकूल परिणाम हो सकते हैं, जिसमें गर्भावस्था की क्षति, पूर्व जन्म, और जन्म से कम वजन शामिल है, लेकिन जन्मजात दोषों के बढ़ते जोखिम का समर्थन करने के लिए कोई सबूत नहीं है। इसके अलावा, नवजात शिशु जो संक्रमित हो जाते हैं क्योंकि प्रसव के कुछ समय बाद ही माँ को खसरा हो गया था, उन्हें बाद के जीवन में सबएक्यूट स्केलेरोसिंग पैनेंसफेलाइटिस (केंद्रीय तंत्रिका तंत्र की एक बहुत ही दुर्लभ लेकिन घातक बीमारी) का खतरा बढ़ जाता है।

### संचरण की विधि

यह छोटी बूंदों द्वारा हवा के जरिए या संक्रमित व्यक्ति के नाक या गले के स्राव के साथ सीधे संपर्क द्वारा संचरित हो सकता है और कभी-कभी नाक या गले के स्राव से युक्त चीजों से भी फैल सकता है। मीजल्स सबसे ज्यादा संचारी संक्रामक रोगों में से एक है। रोगी दाने होने के 4 दिन पहले या 4 दिन बाद तक दूसरे लोगों को इससे संक्रमित कर सकता है।

### रोगोद्भवन अवधि

इसकी अवधि आम तौर पर 7 से 18 दिन तक होती है, लेकिन 21 दिन तक भी बढ़ सकती है।

### प्रबंधन

पीड़ित व्यक्तियों को गैर-प्रतिरक्षण वाले व्यक्तियों, खासकर कमजोर प्रतिरक्षण, गर्भवती महिलाओं और नवजात शिशुओं के साथ संपर्क से बचना चाहिए। यद्यपि इसका कोई विशिष्ट उपचार नहीं है, लेकिन लक्षणों को कम करने के लिए दवाएँ दी जा सकती हैं और एंटीबायोटिक दवाएँ बैक्टीरिया की जटिलताओं का इलाज करने के लिए ली जा सकती हैं।

## निवारण

### 1. अच्छी व्यक्तिगत स्वच्छता बनाए रखें

- हाथ की अक्सर सफाई रखें, विशेषकर मुंह, 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 स्राव से हाथ दूषित हो जाएँ तब। कम से कम 20 सेकंड के लिए साबुन और पानी से हाथ धोएँ, फिर 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 - 80% अल्कोहल-आधारित हैंडरब से साफ़ करें।
- छींकने या खाँसने पर अपने मुंह और नाक को टिशू पेपर से ढक लें। गंदे ऊतकों का ढक्कन 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।
- खसरे से संक्रमित व्यक्तियों को घर पर रहना चाहिए; स्कूलों/किंडरगार्टन/किंडरगार्टन-कम-चाइल्ड केयर सेंटर / चाइल्ड केयर सेंटर / कार्यस्थलों के बाहर रखें ताकि गैर-प्रतिरक्षण वाले व्यक्तियों में संक्रमण से फैलने से रोका जा सके।

### 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 से 30 मिनट के लिए छोड़ दें, और फिर पानी से साफ़ 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 साफ़ 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

- खसरा के खिलाफ टीकाकरण सबसे प्रभावी निवारक उपाय है। हांगकांग बालपन प्रतिरक्षण कार्यक्रम के तहत, बच्चों को खसरे के टीकाकरण की दो खुराक दी जाएँगी (कृपया हांगकांग बालपन प्रतिरक्षण कार्यक्रम का संदर्भ लें)।
- 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 रुबेला युक्त टीकाकरण की मुख्य खुराक के साथ रुबेला 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 खसरे के लिए गैर-प्रतिरक्षित<sup>®</sup> हैं, उन्हें हांगकांग में पहुँचने से पहले मीज़ल्स, मम्प्स और रुबेला (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 खसरे 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।

- गर्भवती महिलाएँ और गर्भधारण की तैयारी करने वाली महिलाओं को सलाह के लिए अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए, अगर उन्हें यह सुनिश्चित न हो कि वे खसरे से प्रतिरक्षित हैं या नहीं। चूँकि खसरे युक्त टीके गर्भावस्था के दौरान नहीं दिए जा सकते हैं, उन्हें खसरे से प्रतिरक्षा न होने पर खसरे के प्रकोप या उच्च घटना वाले क्षेत्रों की यात्रा न करने की सलाह दी जाती है।
- निम्नलिखित व्यक्तियों को MMR टीका नहीं मिलनी चाहिए<sup>^\*</sup>:
  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<sup>#</sup>

© 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।

<sup>^</sup> 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।*

<sup>#</sup>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