

रुबेला का निवारण (जर्मन खसरा)

रुबेला को रोकथाम (जर्मन मिजल्स)

रोबिला (जर्मन खसरा) की रोक तहाम

Prevention of Rubella (German Measles)

(Hindi version)

(Nepali version)

(Urdu version)



- रुबेला युक्त टीका प्राप्त करें
रुबेला भएको खोप लिने

रोबिला का ठीके ल्गोवाँन

Receive rubella-containing vaccine

- हांगकांग बालपन प्रतिरक्षण टीकाकरण कार्यक्रम के तहत, बच्चों को रुबेला टीकाकरण के दो खुराक दिए जाएँगे
हङकङको बाल्य प्रतिरक्षण कार्यक्रम (Hong Kong Childhood Immunisation Programme) अन्तर्गत, बच्चाहरूले दुई-पटकको कोर्समा रुबेला (rubella)को खोप प्राप्त गर्दछन

زیر تحت ہانگ کانگ چائلڈہڈ امیونائزیشن پروگرام، بچے روبیلا ویکسینیشن کی دو خوراकों کا کورس وصول پاتے ہیں

Under the Hong Kong Childhood Immunisation Programme, children receive a two-dose course of rubella vaccination

- प्रसव की उम्र वाली महिलाएँ जो प्रतिरक्षित नहीं हैं, उन्हें गर्भावस्था की योजना बनाने से पहले अपनी प्रतिरक्षा स्थिति की जाँच करनी चाहिए और यदि आवश्यक हो तो रुबेला युक्त टीका प्राप्त करें
खोप प्राप्त नगरेका बच्चा पाउन सक्ने उमेरका महिलाहरूले गर्भधारणको योजना गर्नु भन्दा अघि आफ्नो प्रतिरोधक स्थितिको जाँच गर्नु पर्दछ र आवश्यक भएमा रुबेला जीवाणु भएको खोप प्राप्त गर्नु पर्दछ

बچه जनने की عمر तक پہنچ جانے والی خواتین جو کہ امیونائزڈ نہ ہوں انہیں حمل کی منصوبہ بندی سے قبل اپنی دفاعی استعداد کی کیفیت کی پڑتال کر لینی چاہیے اور اگر ضروری ہو تو روبیلا پر مشتمل ویکسین لگوا لینی چاہیے

Women of childbearing age who are not immunised should check their immune status before planning for pregnancy and receive rubella-containing vaccine if necessary

- रुबेला के विरुद्ध प्रतिरक्षा के विकास के लिए टीकाकरण के बाद लगभग दो सप्ताह लेता है
रुबेला बिरुद्ध प्रतिरक्षात्मक शक्तिको विकास खोप लिएको २ हप्ता पछि मात्र हुन्छ ।

रोबिला के خلاف دفاع की صلاحیت پیدا ہونے میں ٹیکہ کاری کے بعد تقریباً دو ہفتے لگتے ہیں

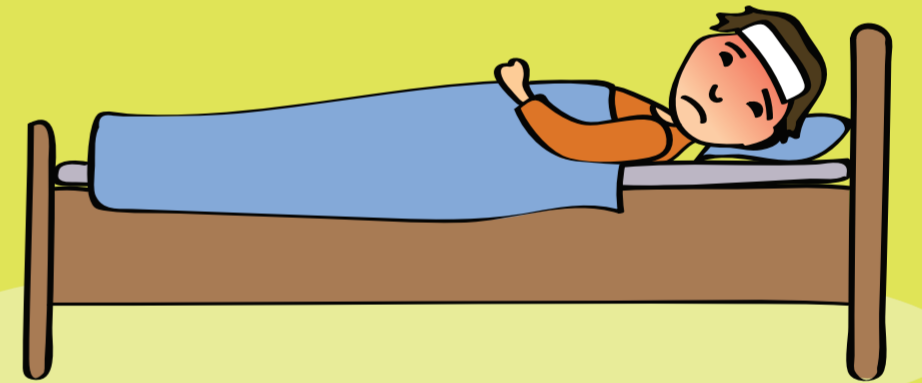
Takes about two weeks after vaccination for development of immunity against rubella



- रैश की उपस्थिति से 7 दिनों के लिए घर पर रहना चाहिए और गर्भवती महिलाओं और गर्भावस्था की तैयारी करने वाली महिलाओं के सम्पर्क में न आएं
संक्रमित व्यक्तिको अनुहारमा डाबर देखा परेको दिन देखि ७ दिन सम्म घरमा आराम गर्ने सल्लाहा दिन आवश्यक छ र संक्रमित व्यक्तिलाई गर्भवती महिला र गर्भधारण गर्न तयारी महिलाहरूको सम्पर्कमा आउन बाट रोकन आवश्यक छ

सرخ बाद के ظهور के بعد से 7 दिनों तक गृह पर फियाम करना चाहिये और حامله عورتों और गर्भवती महिलाओं के सम्पर्क में न आने से बचना चाहिये

Should stay at home for 7 days from the appearance of rash and avoid contact with pregnant women and women preparing for pregnancy



- हाथ साफ रखें
हात सफा राख्ने
हाथों का साफ रक्खीय
Keep hands clean

- छींकने या खांसने पर टिशू पेपर से नाक और मुँह ढकें
हाच्छिउँ गर्दा व खोक्दा टिसु पेपरले मुख र नाकलाई छोप्नु पर्दछ
चेहिनके या केहान्सेने वकत नाक और मुँह को त्शु पेपर से ढक लीय
Cover nose and mouth with tissue paper when sneezing or coughing

- ऐसी वस्तुओं को साफ़ और कीटाणु मुक्त करें जिन्हें अक्सर छुआ जाता है जैसे खिलौने और फर्नीचर
बारम्बार स्पर्शमा आउने बस्तु जस्तै फर्निचर र खेलौनालाई सफा गर्ने र किटाणुरहित राख्ने बारबार चेहोनी जाने वाली चीजों जियेसे के फ्रिज्जर और केहलोनो को साफ और अन से जराथिम दुर करीय

- Clean and disinfect frequently touched objects such as furniture and toys
- रुबेला के लक्षण विकसित होने पर तुरंत डॉक्टरों से सलाह लें
यदि रुबेलाका लक्षणहरु देखा परेमा चिकित्सकहरुको परामर्ष लिने
रोबिला की علامات پیدا ہونے پر ڈاکٹروں سے فوراً رابطہ करीय
Consult doctors promptly if develop symptoms of rubella



衛生防護中心
Centre for Health Protection



衛生防護中心網站
Centre for Health Protection Website

www.chp.gov.hk



衛生防護中心 Facebook 專頁
Centre for Health Protection Facebook Fanpage

[fb.com/CentreforHealthProtection](https://www.facebook.com/CentreforHealthProtection)



衛生署
Department of Health

衛生署二十四小時健康教育熱線
24-Hour Health Education Hotline of the Department of Health

2833 0111