

روبیلا کی روک تھام (جرمن خسرہ)

روبیلا پر مشتمل ویکسین وصول کریں

ہانگ کانگ چائلڈ ہڈ امیونائزیشن پروگرام کے تحت، بچوں کو 1 برس کی عمر میں اور پرائمری 1 میں خسرہ، ممپس اور روبیلا (MMR) کی ویکسینز لگائی جاتی ہیں

بچے پیدا کرنے کی عمر کی خواتین جنہیں حفاظتی ٹیکرے نہ لگوائے گئے ہوں انہیں حمل کی منصوبہ بندی کرنے سے قبل اپنی قوت مدافعت کی جانب کرنی چاہیے اور اگر ضروری ہو تو روبیلا پر مشتمل ویکسین لگوانی چاہیے

روبیلا کے خلاف قوت مدافعت کی نشوونما کے لیے ویکسینیشن کے بعد تقریباً دو ہفتے لگ جاتے ہیں

دھپڑ کے ظاہر ہونے سے لے کر 7 دن تک گھر میں رہنا چاہئے اور حاملہ خواتین اور حمل کی تیاری کرنے والی خواتین سے رابطے سے گریز کرنا چاہیے

ہاتھوں کو صاف رکھیں

چھینکتے یا کھانستے ہوئے ناک اور منہ کو ٹشو پپر سے ڈھانپ لیں

بار بار چھوئی جانے والی اشیاء جیسے فرنیچر، کھلونے اور عمومی مشترکہ اشیاء کو باقاعدگی سے صاف اور جراحتی سے پاک کریں

روبیلا کی علامات ظاہر ہونے پر فوری طور پر ڈاکٹروں سے رجوع کریں