

روبیلا کی روک تھام (جرمن خسرہ)

روبیلا پر مُشتمل 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 ٹیکے نہ لگوائے گئے ہوں انہیں حمل کی منصوبہ بندی کرنے سے قبل اپنی قوت مدافعت کی جانچ 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

دھبڑ 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 پیپر سے ڈھانپ لیں

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

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