

Rubella

Sanhi ng sakit

Ang Rubella ay kilala rin bilang 'German Measles' at ito ay dulot ng rubella virus.

Mga klinikal na katangian

Ang mga tao ay karaniwang nagkakaroon ng pantal sa buong katawan, lagnat, sakit ng ulo, panghihina, paglaki ng mga kulani, sintomas sa itaas na bahagi ng sistemang respiratoryo, at conjunctivitis. Ang pantal ay karaniwang tumatagal ng humigit-kumulang 3 araw, pero may ilang pasyente na maaaring hindi magkaroon ng pantal. Mas karaniwan ang pananakit ng kasu-kasuan o arthritis sa mga nasa hustong gulang na babae na may rubella. Ang impeksyon ng rubella ay maaari ring magdulot ng mga abnormalidad sa sanggol habang nasa sinapupunan. Ang Congenital Rubella Syndrome, na matutukoy dahil sa mga sintomas tulad ng pagkabingi, katarata, depekto sa puso, at sakit sa pag-iisip, ay maaaring mangyari sa mga sanggol na isinilang ng mga inang nahawa sa loob ng unang 3 buwan ng pagbubuntis.

Paraan ng Pagpapasa

Ito ay maaaring maipasa sa pamamagitan ng kontak sa mga likidong nagmumula sa ilong at lalamunan ng taong may impeksyon, sa pamamagitan ng mga patak o direktang pakikisalamuha sa pasyente. Ito ay isang lubhang nakakahawang sakit, at ang pasyente ay maaaring makahawa mula 1 linggo hanggang 1 linggo matapos lumabas ang pantal.

Panahon bago lumabas ang mga sintomas

Ito ay mula 12 - 23 araw, karaniwan ay 14 na araw.

Pamamahala

Walang partikular na lunas, ngunit maaaring magreseta ng gamot upang mabawasan ang hindi komportableng pakiramdam.

Pag-iwas

1. Panatilihin ang tamang personal na kalinisan

- Ugaliing maghugas ng kamay nang madalas, lalo na bago hawakan ang bibig, ilong, o mata; pagkatapos humawak sa mga gamit sa pampublikong lugar tulad ng mga hawakan o hawakan ng pinto; o kapag nadumihan ang mga kamay ng sipon, plema, o iba pang likido mula sa ilong at bibig matapos umubo o bumahing. Maghugas ng kamay gamit ang likidong sabon at tubig, at kuskusin ng hindi bababa sa 20 segundo. Pagkatapos, banlawan ng tubig at patuyuin gamit ang disposable na paper towel o hand dryer. Kung walang pasilidad para sa paghuhugas ng kamay, o kapag hindi nakikita ang dumi, ang pag-aalaga sa kalinisan ng kamay gamit ang 70 hanggang 80% na alcohol-based handrub ay isang mabisang alternatibo.
- Takpan ang bibig at ilong gamit ang tisyu kapag bumabahing o umuubo. Itapon agad ang ginamit na tisyu sa basurahang may takip, pagkatapos ay maghugas ng kamay nang maigi.
- Kapag may sintomas ng sakit respiratoryo, magsuot ng surgical mask, huwag muna pumasok sa trabaho o paaralan, iwasan ang mataong lugar, at agad kumunsulta sa doktor.
- Ang mga apektadong tao ay pinapayuhang manatili sa bahay sa loob ng 7 araw mula sa paglitaw ng pantal at iwasang makipag-ugnayan sa mga taong maaaring mahawa, lalo na ang mga buntis at mga babaeng nagbabalak magbuntis. Ito ay dahil kapag ang isang buntis na walang imunidad laban sa rubella ay nahawa, maaari ring maapektuhan ang kanyang sanggol. Dahil dito, kailangang matukoy ang mga buntis na nagkaroon ng malapit na kontak at suriin kung sila ay may sapat na proteksyon laban sa sakit.

2. Panatilihin ang tamang kalinisan sa kapaligiran

- Linisin at disimpektahan nang regular ang mga madalas hawakan tulad ng kasangkapan, laruan, at mga gamit na pinagsasaluhan gamit ang 1:99 na household bleach na hinaluan ng tubig (pagsamahin ang 1 bahagi ng 5.25% bleach sa 99 na bahagi ng tubig), iwan ito nang 15–30 minuto, saka banlawan ng tubig at patuyuin. Para sa mga metal na ibabaw, gumamit ng 70% alkohol.
- Gumamit ng sumisipsip na madaling itapon na tuwalya upang punasan ang mga halatang kontaminant tulad ng likido mula sa paghinga, pagkatapos ay disimpektahan ang ibabaw at mga kalapit na lugar gamit ang 1:49 na household bleach na hinaluan ng tubig (pagsamahin ang 1 bahagi ng 5.25% bleach sa 49 na bahagi ng tubig), iwan ito nang 15 – 30 minuto, saka banlawan ng tubig at patuyuin. Para sa mga metal na ibabaw, gumamit ng 70% alkohol.
- Panatiliing maayos ang bentilasyon sa loob ng bahay. Iwasan ang pagpunta sa matao o kulob na pampublikong lugar; maaaring magsuot ng surgical mask ang mga taong may mataas na panganib habang nasa ganitong mga lugar.

3. Pagbabakuna

- Ang pagbabakuna gamit ang bakunang may rubella ay epektibo sa pag-iwas sa sakit. Sa ilalim ng Programa ng Pagbabakuna para sa mga Bata sa Hong Kong, ang mga bata ay tumatanggap ng dalawang dose ng bakuna laban sa rubella (Mangyaring sumangguni sa [Programa ng Pagbabakuna para sa mga Bata sa Hong Kong](#) para sa karagdagang detalye).
- Ang mga babaeng nasa edad na maaaring magkaanak na hindi pa nababakunahan ay dapat magpasuri kung may imunidad sila bago magplano ng pagbubuntis, at tumanggap ng bakunang may rubella kung kinakailangan.
- Magkakaiba ang mga programa ng pagbabakuna sa bawat lugar depende sa kalagayang pangkalusugan at pagkalat ng sakit doon. Dapat tiyakin ng mga magulang na nababakunahan ang kanilang mga anak ayon sa lokal na programa ng pagbabakuna sa kanilang lugar na tinitirhan. Halimbawa, ang mga batang wala pang isang taong gulang na madalas bumiyahen o nananatili sa Mainland ay dapat sumunod sa iskedyul ng pagbabakuna sa Mainland kung saan ang unang dosis ng bakunang may rubella ay ibibigay sa edad na 8 buwan, at kasunod na dosis sa edad na 18 buwan.
- Ang lahat ng banyagang kasambahay (FDH) na walang imunidad[@] laban sa rubella ay dapat tumanggap ng bakuna kontra Tigdas, Beke at Rubella (MMR), mas mainam kung bago pa man sila dumating sa Hong Kong. Kung hindi ito posible, maaari silang kumonsulta sa doktor pagdating nila sa Hong Kong. Maaaring isama ng mga ahensiya ng empleyo ang pagsusuri ng imunidad laban sa rubella o pagbabakuna ng MMR para sa FDH bilang karagdagang bahagi ng medical check-up bago magsimula sa trabaho.
- Bilang pangkalahatan, ang mga sumusunod na indibidwal ay HINDI DAPAT tumanggap ng bakuna para sa MMR^{^*}:
 1. mga may malubhang allergic reaction sa nakaraang dosis ng bakuna para sa MMR o anumang bahagi ng bakuna (halimbawa, gelatin o neomycin)
 2. mga indibidwal na may malubhang immunosuppression dulot ng sakit o paggamot (halimbawa, kasalukuyang sumasailalim sa paggamot sa kanser tulad ng chemotherapy at radiotherapy, o umiinom ng mga immunosuppressive na gamot tulad ng mataas na dosis ng corticosteroid, atbp.)

3. nagbubuntis#

[@]Bilang pangkalahatan, maaaring ituring na walang imunidad sa rubella ang isang tao kung (i) hindi siya nagkaroon ng rubella na nakumpirma ng laboratoryo noon, at (ii) hindi siya nabakunahan laban sa rubella o hindi tiyak ang kanyang status ng pagbabakuna.

^Laging kumonsulta sa doktor para sa medikal na payo.

**Ayon sa impormasyon mula sa Pandaigdigang Organisasyon sa Kalusugan at Sentro sa Pagkontrol at Pag-iwas sa Sakit ng Estados Unido, ang mga anaphylactic na reaksiyon sa MMR vaccines ay hindi nauugnay sa hypersensitivity sa egg antigens kundi sa iba pang mga bahagi ng bakuna (tulad ng gelatin). Ang panganib ng malubhang allergic na reaksiyon pagkatapos tumanggap ng mga bakunang ito ng mga taong may allergy sa itlog ay napakababa. Kaya naman, ang mga indibidwal na may non-anaphylactic na allergy sa itlog ay maaaring ligtas na mabakunahan ng bakuna para sa MMR. Ang mga may malubhang allergic na reaksiyon (halimbawa, anaphylaxis) sa itlog ay dapat kumonsulta sa isang propesyonal sa kalusugan para sa pagbabakuna sa tamang lugar.*

#Bilang pangkalahatan, ang mga babae ay dapat iwasan ang pagbubuntis sa loob ng tatlong buwan matapos tumanggap ng bakuna para sa MMR at gumamit ng tamang paraan ng kontrasepsyon.

Para sa karagdagang impormasyon sa kalusugan, mangyaring Bisitahin ang Website ng Proteksyon ng Sentro para sa Kalusugan www.chp.gov.hk

Ang isinaling bersyon ay para sa sanggunian lamang. Sa kaso ng mga pagkakaiba sa pagitan ng isinalin na bersyon at Ingles na bersyon, Ingles na bersyon ang mananaig.

Translated version is for reference only. In case of discrepancies between translated version and English version, English version shall prevail.

23 Pebrero 2024 (23 February 2024)