

ਜ਼ੀਕਾ ਵਾਇਰਸ ਸੰਕਰਮਣ

ਕਾਰਕ ਏਜੰਟ

ਜ਼ੀਕਾ ਵਾਇਰਸ ਇੱਕ ਮੱਛਰ-ਜਨੁ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ ਜੋ ਜ਼ੀਕਾ ਵਾਇਰਸ ਨਾਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਕਲੀਨਿਕਲ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ

ਜ਼ੀਕਾ ਵਾਇਰਸ ਸੰਕਰਮਣ ਨਾਲ ਪੀੜਤ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕ ਬਿਨਾ ਲੱਛਣ ਵਾਲੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਲੱਛਣ ਵਾਲੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ, ਉਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਚਮੜੀ ਦੀ ਧੱਫੜ, ਬੁਖਾਰ, ਕੰਨਜੰਕਟਿਵਾਇਟਿਸ, ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਜਾਂ ਜੋੜਾਂ ਦੇ ਦਰਦ, ਅਸਹਜ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਸਿਰ ਦਰਦ ਨਾਲ ਮੌਜੂਦ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਲੱਛਣ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹਲਕੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ 2 ਤੋਂ 7 ਦਿਨਾਂ ਤੱਕ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੌਰਾਨ ਜ਼ੀਕਾ ਵਾਇਰਸ ਦੀ ਲਾਗ ਬੱਚੇ ਵਿੱਚ ਮਾਈਕੋਸੇਫਾਲੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਜਨਮਜਾਤ ਵਿਗਾੜਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੀ ਹੈ। ਜਨਮਜਾਤ ਵਿਗਾੜ ਲੱਛਣਾਤਮਕ ਅਤੇ ਗੈਰ ਲੱਛਣਾਤਮਕ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦੋਵਾਂ ਦੇ ਬਾਅਦ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਜ਼ੀਕਾ ਦੀ ਲਾਗ ਗਰਭਪਾਤ, ਵਿਕਲਾਂਗ ਜਨਮ ਅਤੇ ਪ੍ਰੀ-ਟਰਮ ਜਨਮ ਜਿਹੀਆਂ ਪੇਚੀਦਗੀਆਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਵੀ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਜ਼ੀਕਾ ਵਾਇਰਸ ਦੀ ਲਾਗ *Guillain-Barré* ਸਿੰਡਰੋਮ, ਨਿਊਰੋਪੈਥੀ ਅਤੇ ਮਾਇਲਾਈਟਿਸ ਦਾ ਕਾਰਨ ਵੀ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਟ੍ਰਾਂਸਮਿਸ਼ਨ ਦਾ ਤਰੀਕਾ

ਜ਼ੀਕਾ ਵਾਇਰਸ ਮੁੱਖ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇੱਕ ਸੰਕਰਮਿਤ *Aedes* ਮੱਛਰ ਦੇ ਕੱਟਣ ਦੁਆਰਾ ਮਨੁੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਸੰਚਰਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। *Aedes aegypti*, ਜੋ ਇਸ ਸਮੇਂ ਹਾਂਗਕਾਂਗ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ, ਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਵੈਕਟਰ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਹੋਰ *Aedes* ਮੱਛਰਾਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ *Aedes ਐਲਬੋਪਿਕਟਸ* ਜੋ ਕਿ ਹਾਂਗਕਾਂਗ ਵਿੱਚ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਿਲਦੀਆਂ ਹਨ, ਨੂੰ ਵੀ ਸੰਭਾਵੀ ਵੈਕਟਰ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਜ਼ੀਕਾ ਵਾਇਰਸ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੌਰਾਨ ਮਾਂ ਤੋਂ ਗਰੱਭਸਥ ਸ਼ੀਸ਼ੂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਫੈਲ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਨਾਲ ਹੀ ਜਿਨਸੀ ਸੰਪਰਕ, ਖੂਨ ਅਤੇ ਖੂਨ ਦੇ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦੇ ਟ੍ਰਾਂਸਫਿਊਜ਼ਨ, ਅਤੇ ਸੰਭਾਵੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਟ੍ਰਾਂਸਪਲਾਂਟੇਸ਼ਨ ਰਾਹੀਂ ਪਸਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਨਕਿਊਬੇਸ਼ਨ ਪੀਰੀਅਡ

ਜ਼ੀਕਾ ਵਾਇਰਸ ਸੰਕਰਮਣ ਦੀ ਇਨਕਿਊਬੇਸ਼ਨ ਅਵਧੀ 3 ਤੋਂ 14 ਦਿਨ ਹੈ।

ਪ੍ਰਬੰਧਨ

ਜ਼ੀਕਾ ਵਾਇਰਸ ਸੰਕਰਮਣ ਲਈ ਕੋਈ ਖਾਸ ਦਵਾਈ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਲੱਛਣਾਂ ਤੋਂ ਰਹਾਤ ਅਤੇ ਡੀਹਾਈਡਰੇਸ਼ਨ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਇਲਾਜ ਦਾ ਮੁੱਖ ਅਧਾਰ ਹੈ। ਜੇ ਲੱਛਣ ਵਿਗੜਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਡਾਕਟਰੀ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਰੋਕਥਾਮ

ਫਿਲਹਾਲ ਜ਼ੀਕਾ ਵਾਇਰਸ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦਾ ਕੋਈ ਅਸਰਦਾਰ ਟੀਕਾ ਜਾਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਰੋਕਥਾਮ ਦਾ ਉਪਾਅ ਮੱਛਰ ਦੇ ਕੱਟਣ ਤੋਂ ਬਚਣਾ ਅਤੇ ਮੱਛਰਾਂ ਦੀ ਵਾਧੂ ਨੂੰ ਰੋਕਣਾ ਹੈ। ਜਨਤਕ ਨੂੰ ਜ਼ੀਕਾ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਜਿਨਸੀ ਸੰਚਾਰ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਵਰਤਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਵੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਮੱਛਰ ਦੇ ਕੱਟਣ ਤੋਂ ਰੋਕਥਾਮ

1. ਢਿੱਲੇ, ਹਲਕੇ ਰੰਗ ਦੇ, ਲੰਬੀ ਬਾਹਾਂ ਵਾਲੇ ਟੌਪਸ ਅਤੇ ਪੈਂਟਸ ਪਹਿਨੋ

2. ਸਰੀਰ ਅਤੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਦੇ ਸੱਜਣੇ ਹਿੱਸਿਆਂ 'ਤੇ DEET ਵਾਡਾ ਕੀੜੇ ਰਿਪੈਲੈਂਟ ਵਰਤੋ।

- ਗਰਭਵਤੀ ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਅਤੇ 6 ਮਹੀਨੇ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ DEET ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਕੀੜੇ-ਮਕੌੜਿਆਂ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

3. ਬਾਹਰੀ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਵੇਲੇ ਵਾਧੂ ਰੋਕਥਾਮੀ ਉਪਾਅ ਕਰੋ:

- ਖੁਸ਼ਬੂਦਾਰ ਕਾਸਮੈਟਿਕਸ ਜਾਂ ਚਮੜੀ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ
- ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਕੀੜੇ-ਮਕੌੜਿਆਂ ਨੂੰ ਭਗਾਉਣ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਦੁਬਾਰਾ ਲਾਗੂ ਕਰੋ

ਮੱਛਰ ਦੇ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਨੂੰ ਰੋਕੋ।

1. ਖੜ੍ਹੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਇਕੱਠਾ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਥਾਮ ਕਰੋ।

- ਹਫ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਇਕ ਵਾਰ ਫੁੱਲਦਾਨਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਬਦਲੋ
- ਫੁੱਲਾਂ ਦੇ ਬਰਤਨ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਸੈਂਸਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ
- ਪਾਣੀ ਦੇ ਡੱਬਿਆਂ ਨੂੰ ਕੱਸ ਕੇ ਢੱਕੋ
- ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰੋ ਕਿ ਏਅਰ-ਕੰਡੀਸ਼ਨਰ ਡ੍ਰਿਪ ਟਰੇ ਖੜ੍ਹੇ ਪਾਣੀ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹਨ
- ਵਰਤੇ ਗਏ ਸਾਰੇ ਡੱਬੇ ਅਤੇ ਬੋਤਲਾਂ ਨੂੰ ਢੱਕੇ ਹੋਏ ਡਸਟਬਿਨ ਵਿੱਚ ਪਾਓ

2. ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਵੈਕਟਰ ਅਤੇ ਭੰਡਾਰ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰੋ

- ਭੋਜਨ ਸਟੋਰ ਕਰੋ ਅਤੇ ਕੂੜੇ ਨੂੰ ਸਹੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਨਿਪਟਾਓ

ਮੱਛਰ ਪ੍ਰਜਨਨ ਦੇ ਨਿਯੰਤਰਣ ਅਤੇ ਰੋਕਥਾਮ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ

http://www.fehd.gov.hk/english/pestcontrol/handbook_prev_mos_breeding.html 'ਤੇ ਖੁਰਾਕ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਸਫ਼ਾਈ ਵਿਭਾਗ (FEHD) ਦੀ ਵੈਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ ।

ਯਾਤਰੀਆਂ ਲਈ ਸਲਾਹ

1. ਮੱਛਰਾਂ ਦੇ ਕੱਟਣ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਉਪਾਅ ਕਰੋ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇਸ਼ਾਂ ਜਾਂ ਇਲਾਕਿਆਂ ਦੀ ਯਾਤਰਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਜਿੱਥੇ ਮੱਛਰਾਂ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਆਲਮੀ ਜਾਂ ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਜਿੱਥੇ ਐਕਸਪੋਜ਼ਰ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, 2 ਮਹੀਨੇ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ DEET ਦੀ ਇਕਾਗਰਤਾ ਨਾਲ DEET ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕਾਂ ਨੂੰ 30% ਤੱਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕੀੜੇ-ਮਕੌੜਿਆਂ ਤੋਂ ਬਚਵਾਅ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਅਤੇ ਪਾਲਣ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਮੁੱਖ ਬਿੰਦੂਆਂ ਬਾਰੇ ਵੇਰਵਿਆਂ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ 'ਕੀੜੇ-ਮਕੌੜਿਆਂ ਤੋਂ ਬਚਵਾਅ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਸੁਝਾਅ' ਵੇਖੋ।
2. ਜੇ ਸਰਗਰਮ ਜ਼ੀਕਾ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਪ੍ਰਸਾਰਣ ਦੇ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ, ਖ਼ਾਸਕਰ ਇਮਿਊਨ ਵਿਕਾਰ ਜਾਂ ਗੰਭੀਰ ਕ੍ਰੋਨਿਕ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਅਤੇ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪੁਰਸ਼ ਜਿਨਸੀ ਸਾਥੀ, ਯਾਤਰਾ ਤੋਂ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 6 ਹਫ਼ਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਇੱਕ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰੇ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰੋ, ਅਤੇ ਮੱਛਰਾਂ ਦੇ ਕੱਟਣ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਵਾਧੂ ਰੋਕਥਾਮ ਉਪਾਅ ਕਰੋ।
3. ਜੇ ਸਰਗਰਮ ਜ਼ੀਕਾ ਵਾਇਰਸ ਪ੍ਰਸਾਰਣ ਦੇ ਪੇਂਡੂ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਯਾਤਰਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇੱਕ ਪੋਰਟੇਬਲ ਬੈੱਡ ਜਾਲ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਇਸ 'ਤੇ ਪਰਮੇਥਰਿਨ (ਇੱਕ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ) ਲਗਾਓ। ਪਰਮੇਥਰਿਨ ਨੂੰ ਚਮੜੀ 'ਤੇ ਨਹੀਂ ਲਗਾਇਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਡਾਕਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਵੋ।
4. ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਪ੍ਰਸਾਰਣ ਦੇ ਖੇਤਰਾਂ ਤੋਂ ਵਾਪਸ ਪਰਤਣ ਵਾਲੇ ਯਾਤਰੀਆਂ ਨੂੰ ਹਾਂਗਕਾਂਗ ਪਹੁੰਚਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 21 ਦਿਨਾਂ ਤੱਕ ਕੀੜੇ-ਮਕੌੜਿਆਂ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਅਸਵੱਸ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬੁਖਾਰ ਹੋਣਾ, ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਡਾਕਟਰੀ ਸਲਾਹ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਯਾਤਰਾ ਦੇ ਵੇਰਵੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

ਜਿਨਸੀ ਸੰਚਾਰ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ

1. ਸਾਰੇ ਯਾਤਰੀਆਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸੈਕਸ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ (ਕੰਡੋਮ ਦੀ ਸਹੀ ਅਤੇ ਇਕਸਾਰ ਵਰਤੋਂ ਸਮੇਤ) ਜਾਂ ਸਰਗਰਮ ਸੰਚਾਰ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰਾਂ ਦੀ ਯਾਤਰਾ ਦੌਰਾਨ ਜਿਨਸੀ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
2. ਸਰਗਰਮ ਪ੍ਰਸਾਰਣ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰਾਂ ਤੋਂ ਵਾਪਸ ਪਰਤਣ ਵਾਲੇ ਮਰਦ ਅਤੇ ਔਰਤ ਯਾਤਰੀਆਂ ਨੂੰ ਵਾਪਸੀ 'ਤੇ ਕ੍ਰਮਵਾਰ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 3 ਮਹੀਨੇ ਅਤੇ 2 ਮਹੀਨਿਆਂ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸੈਕਸ ਜਾਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਸਲਾਹ

1. ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਲਾਗ ਦੇ ਜ਼ੋਖਮ ਵੱਲ ਪੂਰਾ ਧਿਆਨ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੇ ਉਹ ਸਰਗਰਮ ਪ੍ਰਸਾਰਣ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਯਾਤਰਾ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।
2. ਗਰਭਵਤੀ ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਸਰਗਰਮ ਟ੍ਰਾਂਸਮਿਸ਼ਨ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰਾਂ ਦੀ ਯਾਤਰਾ ਦੌਰਾਨ DEET ਵਾਲਾ ਕੀੜੇ-ਮਕੌੜੇ ਭਜਾਉਣ ਵਾਲਾ ਰੋਗਾਣੂਨਾਸ਼ਕ ਵਰਤਣ।
3. ਸਰਗਰਮ ਪ੍ਰਸਾਰਣ ਦੇ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਜਾਂ ਵਾਪਸ ਪਰਤਣ ਵਾਲੀਆਂ ਗਰਭਵਤੀ ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਦੇ ਜਿਨਸੀ ਭਾਈਵਾਲਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸੈਕਸ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੌਰਾਨ ਜਿਨਸੀ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
4. ਸਰਗਰਮ ਪ੍ਰਸਾਰਣ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰਾਂ ਤੋਂ ਵਾਪਸ ਪਰਤਣ ਵਾਲੀਆਂ ਗਰਭਵਤੀ ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ:
 - ਐਂਟੀਨੋਟਲ ਫਾਲੋਅਪ ਵਿੱਚ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ ਤੇ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੋ ਅਤੇ ਹਾਲ ਹੀ ਵਿੱਚ ਯਾਤਰਾ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਬਾਰੇ ਹਾਜ਼ਰੀ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰੋ;
 - ਜ਼ੀਕਾ ਵਾਇਰਸ ਦੀ ਲਾਗ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਦਿੱਖੋ ਅਤੇ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਜ਼ਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਡਾਕਟਰੀ ਸਲਾਹ ਲਓ;
 - ਹਾਂਗ ਕਾਂਗ ਪਹੁੰਚਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 21 ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਕੀੜੇ-ਮਕੌੜਿਆਂ ਬਚਾਓ ਲਈ ਦਵਾਈ ਲਗਾਓ।

ਵਧੇਰੇ ਸਿਹਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਹੈਲਥ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਵੈਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ
www.chp.gov.hk

ਅਨੁਵਾਦਿਤ ਸੰਸਕਰਣ ਸਿਰਫ਼ ਸੰਦਰਭ ਲਈ ਹੈ। ਅਨੁਵਾਦਿਤ ਸੰਸਕਰਣ ਅਤੇ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸੰਸਕਰਣ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਅੰਤਰ ਹੋਣ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ, ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸੰਸਕਰਣ ਪ੍ਰਬਲ ਰਹੇਗਾ।

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

3 ਜਨਵਰੀ 2024 (3 January 2024)

Zika Virus Infection

Causative agent

Zika virus infection is a mosquito-borne disease caused by Zika virus.

Clinical features

Most people infected with Zika virus infection are asymptomatic. For patients with symptoms, they commonly present with skin rash, fever, conjunctivitis, muscle or joint pain, malaise and headache. These symptoms are generally mild and usually last for 2 – 7 days.

Zika virus infection during pregnancy is a cause of microcephaly and other congenital malformations in the infant. Congenital malformations can occur following both symptomatic and asymptomatic infection. Zika infection in pregnancy can also cause complications such as fetal loss, stillbirth and preterm birth.

Zika virus infection can also cause Guillain-Barré syndrome, neuropathy and myelitis.

Mode of transmission

Zika virus is mainly transmitted to humans through the bite of an infected *Aedes* mosquito. *Aedes aegypti*, which is currently not found in Hong Kong, is considered the most important vector. Other *Aedes* mosquito species such as *Aedes albopictus* which is commonly found in Hong Kong are also considered as potential vectors.

Zika virus can also be transmitted from mother to fetus during pregnancy, as well as through sexual contact, transfusion of blood and blood products, and possibly through organ transplantation.

Incubation period

The incubation period of Zika virus infection ranges from 3 – 14 days.

Management

There is no specific medication for Zika virus infection. Symptomatic relief and prevention of dehydration is the mainstay of treatment. If symptoms worsen, patients should seek medical care and advice.

Prevention

At present, there is no effective vaccine against Zika virus infection. The best preventive measure is to avoid mosquito bites and prevent mosquito proliferation. The public is also advised to take precautions to prevent sexual transmission of Zika virus.

Prevention of mosquito bites

1. Wear loose, light-coloured, long-sleeved tops and trousers
2. Use DEET-containing insect repellent on exposed parts of the body and clothing.

- Pregnant women and children of 6 months or older can use DEET-containing insect repellent.
3. Take additional preventive measures when engaging in outdoor activities:
 - Avoid using fragrant cosmetics or skin care products
 - Re-apply insect repellents according to instructions

Prevention of mosquito proliferation

1. Prevent accumulation of stagnant water
 - Change the water in vases once a week
 - Avoid using saucers underneath flower pots
 - Cover water containers tightly
 - Ensure air-conditioner drip trays are free of stagnant water
 - Put all used cans and bottles into covered dustbins
2. Control vectors and reservoir of the diseases
 - Store food and dispose of garbage properly

For more information about control and prevention of mosquito breeding, please visit the website of Food and Environmental Hygiene Department (FEHD) at http://www.fehd.gov.hk/english/pestcontrol/handbook_prev_mos_breeding.html

Advice for travellers

1. Take measures to avoid mosquito bites. For children who travel to countries or areas where mosquito-borne diseases are endemic or epidemic and where exposure is likely, children aged 2 months or above can use DEET-containing insect repellents with a concentration of DEET up to 30%. For details about the use of insect repellents and the key points to be observed, please refer to '[Tips for using insect repellents](#)'.
2. If going to areas of [active Zika virus transmission](#), especially for persons with immune disorders or severe chronic illnesses and women planning to conceive or their male sexual partners, arrange a consultation with a doctor at least 6 weeks before the trip, and have extra preventive measures to avoid mosquito bites
3. If travelling in rural areas of active Zika virus transmission, carry a portable bed net and apply permethrin (an insecticide) on it. Permethrin should NOT be applied to the skin. Seek medical attention promptly if feeling unwell.
4. Travellers returning from areas of active transmission should apply insect repellent for at least 21 days after arrival in Hong Kong. If feeling unwell e.g. having a fever, the person should seek medical advice promptly, and provide travel details to the doctor.

Prevention of sexual transmission

1. All travellers should practice safer sex (including correct and consistent use of condoms) or abstain from sexual activity during travel to areas of active transmission.
2. Male and female travellers returning from areas of active transmission should practice safer sex or abstinence for at least 3 months and 2 months respectively upon return.

Advice for pregnant women

1. Pregnant women should pay close attention to the infection risk if they travel to areas with active transmission.
2. Pregnant women are advised to use DEET-containing insect repellent during travel to areas with active transmission.
3. Sexual partners of pregnant women living in or returning from areas of active transmission should practice safer sex or abstain from sexual activity throughout pregnancy.
4. Pregnant women returning from areas with active transmission are advised to:
 - Attend antenatal follow up regularly and inform the attending doctor about recent travel history;
 - Observe for symptoms of Zika virus infection and seek medical advice as soon as possible if feeling unwell;
 - Apply insect repellent for at least 21 days after arrival in Hong Kong.

3 January 2024