

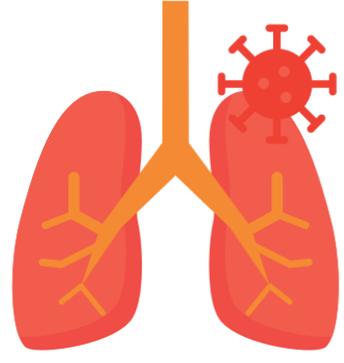
RSV پر ایک گائیڈ

جنوری 2024

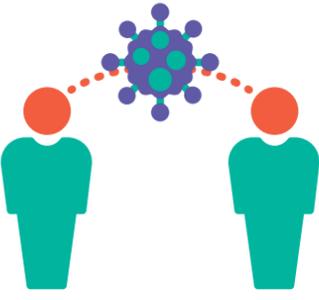
علامات

ریسپائریٹری سنسیشل وائرس (RSV) کے شکار افراد میں عام طور پر انفیکشن لاحق ہونے کے 4 سے 6 دن کے بعد علامات ظاہر ہوں گی:

- ناک بہنا
- بھوک میں کمی
- کھانسی
- چھینکیں آنا
- بخار
- سانس میں خرخراہٹ



یہ علامات عام طور پر مرحلہ وار ظاہر ہوتی ہیں - ایک ساتھ ظاہر نہیں ہوتیں۔ RSV کے شکار بہت چھوٹے شیرخواران میں، واحد علامات چڑچڑاپن، جسمانی سرگرمی میں کمی اور سانس لینے میں دشواری ہو سکتی ہے۔



پھیلاؤ

RSV اس وقت پھیل سکتا ہے جب:

- انفیکشن سے متاثرہ کوئی فرد کھانستا یا چھینکتا ہے
 - کھانسی یا چھینک میں موجود وائرس کے ننھے قطرے آپ کی آنکھوں، ناک یا منہ میں جاتے ہیں
 - آپ کا وائرس سے براہ راست سامنا ہوتا ہے جیسا کہ RSV سے متاثرہ کسی بچے کا چہرہ چومنا
 - آپ ایک ایسی سطح کو چھوتے ہیں جس پر وائرس ہو، اور پھر ہاتھ دھونے سے قبل اپنے چہرے کو چھولتے ہیں
- RSV سخت سطحوں جیسا کہ میزوں اور دروازے کی نابز پر کئی گھنٹے تک زندہ رہ سکتا ہے۔ عام طور پر نرم سطحوں جیسا کہ ٹشوز اور ہاتھوں میں یہ وقت کی مختصر مدت کے لیے زندہ رہتا ہے۔

روک تھام

RSV سے مناعیت کے طریقہ جات صرف ان گروہوں کے لیے تجویز کیے جاتے ہیں:

- دو RSV ویکسینز (GSK کی جانب سے Arexvy اور Pfizer کی جانب سے Abrysvo) FDA سے لائسنس یافتہ ہیں اور 60 سال سے زائد عمر کے لیے CDC کی جانب سے مجوزہ ہیں۔
- ایک RSV ویکسین (Abrysvo کی جانب سے Pfizer) لائسنس یافتہ ہے اور شیرخواران کے تحفظ کے لیے حمل کے 32ویں سے لے کر 36ویں ہفتے تک کے لیے تجویز شدہ ہے۔
- ایک RSV سے بچاؤ کی اینٹی باڈی لائسنس یافتہ ہے اور شیرخواران اور کچھ چھوٹے بچوں کے لیے تجویز کی جاتی ہے۔



دیگران جن کے سنگین نوعیت کے RSV کا شکار ہونے کے امکانات کم ہیں، وہ روزمرہ میں بچاؤ کے اقدامات کے ذریعے RSV پھیلانے کا امکان کم کر سکتے ہیں۔

- جب بیمار ہوں تو گھر پر رہیں
- اپنے ہاتھوں کو کثرت کے ساتھ دھوتے رہیں اور جراثیم سے پاک کریں
- کھانسی اور چھینک کے وقت ٹشو یا قمیص کے بازو سے منہ ڈھانپیں، ہاتھوں سے مت ڈھانپیں
- بغیر ڈھلے ہاتھوں سے اپنے چہرے کو چھونے سے گریز کریں
- بکثرت چھوٹی جانے والی سطحوں کو صاف کریں