

سب سے زیادہ مصیبت زدہ فرد کو RSV سے کیسے بچائیں

ریسپیریٹری سنسیٹیوئل وائرس (Respiratory Syncytial Virus)

عمر دراز بالغان (60+)

شیر خوار اور چھوٹے بچے

ہر سال کے اعداد

RSV عمر دراز بالغان میں شدید بیماری کا سبب بنتا ہے، جس کے نتیجے میں ہر سال 60-160,000 ہسپتال میں بھرتی ہونے کے معاملات پیش آتے ہیں اور 6-10,000 اموات ہوتی ہیں۔

ہر سال کے اعداد

RSV امریکہ میں شیر خوار بچوں کے ہسپتال میں بھرتی ہونے کی سرکردہ وجہ ہے، اور 5 سال سے کم عمر کے 58-80,000% بچوں کے ہسپتال میں بھرتی ہونے کے معاملات پیش آتے ہیں۔

عمر دراز بالغان کے لیے تحفظ

- 60 سال اور اس سے زائد عمر کے بالغان RSV ٹیکہ موصول کر سکتے ہیں
- RSV کے معاملات امریکہ کے بعض حصوں میں اوائل جولائی میں بڑھتے ہیں
- آپ کی کمیونٹی میں ٹیکہ دستیاب ہوتے ہی اسے لگوانے کی تجویز کی جاتی ہے

بے بیز/نون ہالوں کے لیے تحفظ

- حاملہ والدین رحم میں تحفظ پہنچانے کے لیے RSV کا ٹیکہ (جس کی تجویز حمل کے 32-36 ہفتوں کے دوران کی جاتی ہے) لگوا سکتے ہیں
- عموماً ستمبر تا جنوری
- بے بی کو RSV اینٹی باڈی براہ راست موصول ہو سکتا ہے؛ 8 ماہ سے کم عمر ہونے پر تجویز کی جاتی ہے
- عموماً اکتوبر - مارچ

خصوصی غور و خوض

- RSV درج ذیل کا سبب بنتا ہے:
- نمونیا (پھیپھڑے کا انفیکشن)
 - ہسپتال میں بھرتی ہونا
 - دیرینہ مزاحم ریوی مرض (Chronic obstructive pulmonary disease, COPD) یا امتلائی دل کی ناکامی والے لوگوں کے لیے زیادہ سخت علامات

خصوصی غور و خوض

- اپنے دوسرے RSV سیزن میں داخل ہونے والے 8-19 ماہ کی عمر کے بچوں کے لیے، RSV اینٹی باڈی (انجیکشن) کی ایک خوراک کی تجویز کی جاتی ہے اگر وہ:
- امریکن انڈین یا الاسکا کے باشندے ہوں
 - شدید حد تک امتناعی مصنویت والے ہوں
 - قبل از وقت پیدا ہونے کے سبب پھیپھڑے کے دیرینہ مرض کے خطرے کی زد میں ہوں
 - شدید مٹانوی لیفیت رکھتے ہوں

روزمرہ کے تدارکی اقدامات

- جب بیمار ہوں تو گھر پر رہیں
- اپنی کھانسی اور چھینکوں کو ٹشو یا شرٹ کی آستین سے ڈھکیں - اپنے ہاتھوں سے نہیں
- اپنے ہاتھوں کو اکثر کم از کم 20 سیکنڈ تک صابن اور پانی سے دھوئیں
- بغیر دھلے ہوئے ہاتھوں سے اپنے چہرے کو چھونے سے پرہیز کریں
- دوسروں کے ساتھ قریبی رابطے (مثلاً، بوسہ لینے، مصافحہ کرنے، پیالیاں اور کھانے کے ظروف شیئر کرنے) سے بچیں
- کثرت سے ٹچ ہونے والی سطحوں جیسے دروازے کی گھنڈیوں یا موبائل ڈیوائسز کی صفائی کریں