

दादुरा: अभिभावकले के जान्न आवश्यक छ

द्वारा: एन्ड्रयू एन. हशिकावा, एमडी, एमएस, एफएएपी र एडम रेटनर, एमडी, एमपीएच, एफएएपी

दादुरा रोग दादुराको भाइरसबाट लाग्ने अत्यधिक संक्रामक रोग हो। संक्रमणले गम्भीर र कहिलेकाहीं घातक समस्याहरू निम्त्याउन सक्छ। सौभाग्यवश, दादुरा खोपबाट रोक्न सकिने रोग हो।



पहिले संयुक्त राज्यमा दादुरा नियन्त्रणमा थियो, तर खोपको दर घटेको क्षेत्रहरूमा हामीले फेरि **प्रकोप** देखिरहेका छौं। (के दादुराको खोप नलगाएका बालबालिकाले प्रकोपको बेला विद्यालय जानु हुन्छ ? तल हेर्नुहोस्।) दादुरा धेरै संक्रामक भएकोले, प्रकोप चाँडै फैलन्छ। अधिकांश समय, दादुरा लागेका बालबालिकाहरू सिफारिस गरिएका भ्याक्सिनहरू पुरा लगाएको हुँदैन ([//English/safety-prevention/immunizations/Pages/Recommended-Immunization-Schedules.aspx](https://www.aap.org/English/safety-prevention/immunizations/Pages/Recommended-Immunization-Schedules.aspx)) वा दादुराको खोप लगौंउने उमेर पुगेको हुँदैन। ([//English/safety-prevention/immunizations/Pages/Protecting-Your-Baby-from-a-Measles-Outbreak-FAQs.aspx](https://www.aap.org/English/safety-prevention/immunizations/Pages/Protecting-Your-Baby-from-a-Measles-Outbreak-FAQs.aspx))

संयुक्त राज्य अमेरिकामा बालबालिका र किशोर खोप कार्यक्रमले, १९६३ देखि दादुराका घटनाहरूमा ९९ प्रतिशत भन्दा बढी कमी ल्यायो। यद्यपि, अन्य देशहरूबाट संयुक्त राज्य अमेरिका भ्रमण गर्न आउने वा फर्कने यात्रुहरूले जोखिममा रहेका मानिसहरूमा दादुरा फैलाउन र **प्रकोप** निम्त्याउन सक्छन्।

(<https://www.cdc.gov/measles/data-research/>).

समुदायमा पहिलो दादुराको संक्रमण देखा परेपछि, दादुरा चाँडो फैलिने हुदा यसलाई प्रकोप भनिन्छ। स्थानीय स्वास्थ्य विज्ञहरूले दादुरा अरुलाई फैलिनबाट रोक्नको लागि यसलाई पहिचान गर्ने काम द्रुत रूपमा गर्नुपर्छ।

साना बच्चाहरु संग अन्तर्राष्ट्रिय यात्रा गर्दा सुझावहरु

- ६ महिनाभन्दा कम उमेरका शिशुहरुलाई खोप लगाउन सकिँदैन तर गर्भावस्थामा आमा बाट उनीहरुलाई सर्ने एन्टिबडीहरुबाट केही सुरक्षा हुन सक्छ। (हेर्नुहोस् "[भ्याक्सिनहरुले कसरी काम गर्छ।](#)") गम्भीर रोगको जोखिमबाट बच्न दादुराको प्रकोप भएका स्थानहरुमा यात्रा गर्न केहि समय को लागि ढिलाइ गर्ने बारे विचार गर्नुहोस्।
- ६ महिना देखी ११ महिना सम्मका शिशुहरु ले उनीहरुको पहिलो MMR खोपको खुराक (डोज), यात्रा गर्नु भन्दा कम्ति मा २ हप्ता अगाडी लिनु पर्छ। यदि तिनीहरुले १२ महिनाको उमेर अघि एक खुराक (डोज) लिएको खण्डमा तिनीहरुलाई १२ महिनाको उमेर पछि अझै पनि MMR खोपको २-डोज नै चाहिन्छ।
- १२ महिना र १२ महिना भन्दा माथिका बच्चाहरुले MMR खोपको पहिलो डोज लिए साथ साथै [सिफारिस गरिएका अन्य खोपहरु](#) त्यो उमेरमा लिनु पर्छ। १२ महिना वा माथिका शिशुहरुले पहिलो डोजको २८ दिन पछि MMR खोपको दोस्रो डोज प्राप्त गर्न सक्छन्।
- यात्रा गर्नु अघि, स्वास्थ्य सल्लाहहरुको लागी [रोग नियन्त्रण र रोकथाम यात्रा स्वास्थ्य केन्द्रहरुको सुचनापाटि](#) वेबपेजमा हेर्नु होस।

दादुरा कति संक्रामक छ?

दादुरा संसारमा सबैभन्दा धेरै संक्रामक रोगहरु मध्ये एक हो। वास्तवमा, [१० जना मध्ये ९ व्यक्तिहरु](#) (<https://www.cdc.gov/measles/resources/measles-is-highly-contagious-infographic.html>) दादुराको सम्पर्कमा आएको खण्डमा, यदि उनीहरुले खोप लगाइएको छैन, पहिले यो रोग लागेको छैन वा उनीहरुको प्रतिरक्षा प्रणालीमा समस्या छ भने तिनीहरुलाई पनि यो रोगले समात्न सक्छ। साझा ठाउँमा संक्रमित व्यक्तिसँग सामान्य सम्पर्कले पनि खोप नलगाएका व्यक्तिहरुको लागि उच्च जोखिम हुन्छ।

दादुरा भएको व्यक्ति कति लामो समयसम्म संक्रामक हुन्छ?

दादुरा भएका व्यक्तिहरु आफू बिरामी भएको थाहा हुनुअघि नै संक्रामक भएका हुन्छन्। दादुरा को डाबर देखा परेको ४ दिन अगावै संक्रमित व्यक्तिले सजिलै अरुलाई दादुरा फैलाउन सक्छ र दादुरा को डाबर देखा परेको ४ दिन पछि पनि संक्रामक हुन्छ।

दादुरा कसरी सर्छ?

दादुरा एक व्यक्तिबाट अर्को व्यक्तिमा र बच्चाको खोकी वा हाँछ्युँबाट निस्कने श्वासप्रश्वासका थोपाहरुबाट हावाको

माध्यमबाट सछै। भाइरस सतहमा दुई घण्टासम्म बाँच्न सकछ वा हावामा तैरेर बस्न सकछ । पहिले दादुरा भएको व्यक्ति बसेको कोठामा केहि समय पछि आर्को व्यक्ति प्रवेश गर्दा ती व्यक्तिलाई यो रोग लाग्न सकछ। भाइरस हावाको बेगसँगै यात्रा गर्न सकछ र अर्को कोठा मा बसेको मानिसहरूलाई संक्रमित गर्न सकछ।

भाइरसको सामान्य सम्पर्कमा पनि दादुराको खोप पुरा नलगाएको वा यसअघि दादुरा नभएका जो कोहीलाई पनि संक्रमणको उच्च जोखिम हुन्छ। रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता कमजोर हुने अवस्था भएका व्यक्तिहरूलाई पनि संक्रमणको उच्च जोखिम हुन्छ।

दादुराका लक्षणहरू के के हुन्?

दादुरा संक्रमणको सामान्य लक्षणहरूमा उच्च ज्वरो र डाबरहरू देखा पर्न सकछन। डाबरहरू सामान्यतया पहिलो लक्षण देखिएको ३ देखि ५ दिन पछि देखिन्छ। यो टाउकोबाट सुरु हुन्छ र शरीरको बाँकी भागमा फैलिन्छ।

ज्वरो र डाबरहरूको अतिरिक्त, दादुराका यि अन्य हुन सकछन:

- खोकी लाग्नु, नाक बाट सीगान बग्नु र आँखा रातो हुनु र आशु बग्नु
- मुख भित्र गालामा साना दागहरू, जसलाई काप्लिक स्पोट हरु भनिन्छ (<https://medlineplus.gov/ency/imagepages/2558.htm>)
- झाडापखला
- कान पाक्नु



दादुराले **गम्भीर जटिलताहरू पनि निम्त्याउन सकछ** (<https://www.cdc.gov/measles/signs-symptoms/>), जस्तै निमोनिया, इन्सेफलाइटिस (मस्तिष्क सुनिने) , बहिरापन, बौद्धिक असक्षमता र मृत्यु पनि निम्त्याउन सकछ।

भाइरसको सम्पर्कमा आएपछि दादुरा हुन कति समय लागछ?

तपाईंको बच्चालाई दादुराका लक्षणहरू सामान्यतया भाइरसको सम्पर्कमा आएको ८ देखि १२ दिनपछि सुरु हुन्छ। यदि तपाईंको बच्चा दादुरा भएको व्यक्तिको सम्पर्कमा आएको छ भने, तुरुन्तै आफ्नो बाल रोग विशेषज्ञलाई सम्पर्क गर्नुहोस्। तिनीहरूले तपाईंको बच्चाको स्वास्थ्य अवस्था जाँच गर्न सकछन्। आवश्यक भएमा, बाल रोग विशेषज्ञले अरुलाई जोखिममा नराखी तपाईंको बच्चाको जाँच गराउने व्यवस्था गर्न सकनेछन्।

दादुरा भएको बच्चा कति समयसम्म विद्यालय नगई घरमा बस्नुपर्छ?

दादुरा भएका बालबालिका दादुरा को डाबर सुरु भएको कम्तिमा ४ दिन पूरा नभए सम्म, जब तिनीहरू संक्रामक नभए सम्म, बालबालिका विद्यालय नगई घरमै बस्नुपर्छ।

के दादुरा विरुद्धको खोप नलाएका बालबालिकाले प्रकोपको बेला विद्यालय जानुपर्छ?

दादुराको प्रकोपको बेला निम्न कुराहरूको ध्यान राख्नुहोस्:

- दादुरा खोप (MMR वा MMRV खोप) नलगाएका बालबालिकालाई विद्यालय नपठाउनु होला ।
- दादुराको खोप नलगाएका र दादुरा भएको कसैको सम्पर्कमा नआएका बालबालिकाहरूले MMR वा MMRV खोपको डोज पाएपछि तुरुन्तै विद्यालय वा बाल हेरचाहमा फर्कन सक्नेछन्।
- दादुराको खोप नलगाएका र दादुरा भएको कसैको सम्पर्कमा आएका तर पहिलो पटक सम्पर्क भएको ७२ घण्टा भित्र MMR वा MMRV खोपको डोज लगाएका बालबालिका तुरुन्तै विद्यालयमा फर्कन सक्छन्।
- दादुराको खोप नलगाएका र दादुरा भएको कसैको सम्पर्कमा आएका तर पहिलो पटक सम्पर्क भएको ७२ घण्टाभन्दा बढी समय पछि MMR वा MMRV भ्याक्सिनको डोज प्राप्त गरेका बालबालिकालाई अन्तिम सम्पर्क भएको समयदेखि २१ दिनसम्म विद्यालय नपठाउनु होला।
- दादुराको खोप नलगाएका र प्रकोपको समयमा MMR वा MMRV भ्याक्सिन नलगाउने बालबालिकाहरू, जो दादुरा भएको कसैको सम्पर्कमा आएको वा नआएको जे भए तापनि, विद्यालय वा समुदायमा अन्तिम दादुराको बिरामी लाइ डाबर देखा परेको दिन देखि २१ दिनसम्म विद्यालय नपठाउनु होला ।

बाल रोग विशेषज्ञले तपाईंको बच्चा लाई विद्यालय वा बाल हेरचाहमा फर्कन सुरक्षित छ भनेर थाहा दिन सक्नुहुन्छ। यसले दादुराको संक्रमण अरुलाइ फैलाउनबाट बच्न मद्दत गर्नेछ, जो आफ्नो कम उमेर वा उनीहरूको प्रतिरक्षा प्रणालीलाई असर गर्ने अवस्थाको कारण खोप नलगाएको हुन सक्छ ।

दादुरा फैलिनबाट कसरी रोक्ने?

दादुरा खोपबाट रोक्न सकिने संक्रमण हो। एमएमआर (MMR) भ्याक्सिनको एक डोज पाएपछि हरेक १०० जना मध्ये ९५ जना सुरक्षित हुन्छ । MMR भ्याक्सिनको दुई डोज पाएपछि हरेक १०० जना मध्ये ९७-९९ जना सुरक्षित हुन्छ।

रोगबाट बच्नको लागि, [सिफारिस गरिएको तालिका अनुसार खोप लगाउनुहोस् \(/English/safety-prevention/immunizations/Pages/Recommended-Immunization-Schedules.aspx\)](https://www.aap.org/en/safety-prevention/immunizations/Pages/Recommended-Immunization-Schedules.aspx) पहिलो डोज जब बच्चा १२ देखि १५ महिनाको हुन्छ र दोस्रो डोज ४ देखि ६ वर्षका [चेकअपको बेला लगाउने । \(/English/ages-stages/Your-Childs-Checkups/Pages/your-checkup-checklist-4-years-old.aspx\)](https://www.aap.org/en/ages-stages/Your-Childs-Checkups/Pages/your-checkup-checklist-4-years-old.aspx) उच्च जोखिममा रहेका केही बालबालिकालाई रोगको प्रकोप भएमा ३ डोज चाहिन्छ।

६-१२ महिना उमेरका शिशुहरूले [प्रकोपको समयमा \(/English/safety-prevention/immunizations/Pages/Protecting-Your-Baby-from-a-Measles-Outbreak-FAQs.aspx\)](https://www.aap.org/en/safety-prevention/immunizations/Pages/Protecting-Your-Baby-from-a-Measles-Outbreak-FAQs.aspx) वा सक्रिय दादुराको प्रकोप भएको स्थानमा अन्तर्राष्ट्रिय यात्रा गर्नु अघि दादुरा खोप लिन सक्छन्। [\(https://www.cdc.gov/measles/travel/index.html\)](https://www.cdc.gov/measles/travel/index.html)

सम्झीनुहोस

MMR खोप लगाइएका बच्चाहरूले दिगो प्रतिरोधात्मक क्षमता विकास गर्छन् र अरूलाई पनि बचाउँछन्। जब हामी मध्ये धेरैमा दादुराको प्रतिरोधात्मक क्षमता हुन्छ, यो फैलिने सम्भावना कम हुन्छ। यदि तपाईंलाई लाग्छ कि तपाईंको बच्चा दादुराको सम्पर्कमा आएको छ भने, आफ्नो बाल रोग विशेषज्ञलाई तुरुन्तै सम्पर्क गर्नुहोस्।

डा. हाशिकावा को बारेमा



एन्ड्रयू हाशिकावा, **M.D., M.S., FAAP**, मिशिगन मेडिसिनमा आपतकालीन चिकित्सा र बाल चिकित्सा विभागका एक क्लिनिकल प्रोफेसर र मिशिगन विश्वविद्यालयको मोट चिल्ड्रेन अस्पतालमा बाल चिकित्सा आपतकालीन चिकित्सा चिकित्सक हुन्। उहाँ American Academy of Pediatrics Council on early childhood executive committee का सदस्य हुनुहुन्छ र प्रारम्भिक बाल्यकाल च्याम्पियन र बाल हेरचाह स्वास्थ्य सल्लाहकार हुनुहुन्छ। उनको अनुसन्धान बाल संक्रामक रोग निगरानीमा केन्द्रित छ।

डा. र्याटनरको बारेमा



एडम र्याटनर, **MD, MPH, FAAP**, न्यूयार्क युनिभर्सिटी ग्रेसम्यान स्कूल अफ मेडिसिन र हसेनफेल्ड बाल अस्पताल, न्यूयार्कका बाल संक्रामक रोग विशेषज्ञ हुन्। उनी American Academy of Pediatrics committee on infectious disease का सदस्य हुन्।

पछिल्लो अपडेट ३/१/२०२४

स्रोत American Academy of Pediatrics (Copyright @ 2024)

यस वेब साइटमा समावेश जानकारी तपाईंको बाल रोग विशेषज्ञको चिकित्सा हेरचाह र सल्लाहको विकल्पको रूपमा प्रयोग गर्नु हुँदैन। उपचारमा भिन्नताहरू हुन सक्छन् जुन तपाईंको बाल रोग विशेषज्ञले व्यक्तिगत तथ्य र परिस्थितिहरूमा आधारित सिफारिस गर्न सक्छन्।

अस्वीकार: यो स्रोत रोग नियन्त्रण र रोकथाम केन्द्रहरू द्वारा वित्त पोषित सहकारी सम्झौता नम्बर 6NU38OT000282-05-05 द्वारा समर्थित छ। यसका सामग्रीहरू लेखकहरूको मात्र जिम्मेवारी हो र आवश्यक रूपमा रोग नियन्त्रण र रोकथाम केन्द्र वा स्वास्थ्य र मानव सेवा विभागको आधिकारिक विचारहरू प्रतिनिधित्व गर्दैन।