መረጃ ስለ ኩፍኝ

ኩፍኝ ምንድን ነው

የኩፍኝ በሽታ በቫይረስ የሚመጣ ነው፥ እና በሰዎች መካከል በቀላሉ ይተላለፋል። ምልክቶች ከታዩ በኋላ ሰዎች በፍጥነት ሊታመሙ ይችላሉ። በማንኛውም ዕድሜ ላይ የኩፍኝ በሽታ ሊያዙ ይችላሉ፥ ነገር ግን ብዙውን ጊዜ የሚያዙት ትናንሽ ልጆች ናቸው።

ኩፍኝ እንዴት እንደሚተላለፍ

ኩፍኝ ካለበት ሰው ጋር በቅርበት በመገናኘት የኩፍኝ በሽታ ሊይዝ ይችላል። ይህ በሚስሉበት ወይም በሚያስሉበት ጊዜ ከአየር ወይም በኩፍኝ የተያዘ ሰው ያስነጠሳቸውን ነገሮች በመንካት ሊሆን ይችላል። የኩፍኝ በሽታ በቤተሰቦችና ሌሎች ሰዎች በአንድ ላይ መጥተው በሚቀላቀሉባቸው ቦታዎች በቀላሉ ይተላለፋል።

የኩፍኝ፣ የማምፐስና ሩበላ(MMR) ክትባቶች 2 ዶዝ ከወሰዱ በበሽታው ከመያዝ ሊከላከሎት ይችላል ወይም ከዚህ በፊት በበሽታው ተይዘው ከሆነ ላለመያዝ ይችላሉ።

የኩፍኝ በሽታ ያለበት ሰው ሽፍታው ከመከሰቱ በፊት ባሉት 4 ቀናት ውስጥ ሽፍታው ካጋጠመው ከ4 ቀናት በኋላ በሽታውን ሊያሰራጭ ይችላል።

የኩፍኝ ምልክቶች

የኩፍኝ ምልክቶች ብዙውን ጊዜ በበሽታው ከተያዙ ከ10 እስከ 12 ቀናት ባለው ጊዜ ውስጥ ይጀምራሉ። አንዳንድ ጊዜ ማንኛውም ምልክቶች እስኪታዩ ድረስ እስከ 21 ቀናት ሊወስድ ይችላል።

ኩፍኝ አብዛኛውን ጊዜ በጉንፋን መሰል ምልክቶች ይጀምራል። የኩፍኝ የመጀመሪያ ምልክቶች የሚከተሉትን ያካትታሉ:

- ከፍተኛ የሰውነት ሙቀት
- ንፍጥ ወይም የአፍንጫ መዘጋት
- ማስነጠስ
- ሳል
- መቅላት፥ ህመም፥ ዓይኖች ዕምባ መቋጠር

ከጥቂት ቀናት በኋላ በጉንጮችኛና በከንፈሮቹ ውስጠኛው ክፍል ላይ ትናንሽ ነጭ ነጠብጣቦች ሊከሰቱ ይችላሉ። እነዚህ ነጫጭ ነጠብጣቦች አብዛኛውን ጊዜ ለጥቂት ቀናት ይቆያሉ።

ጉንፋን የሚመስሉ ምልክቶች ከታዩ ከ2-4 ቀናት በኋላ ሽፍታ ይታያል። ሽፍታው ወደ ቀሪው የሰውነት ክፍል ከመስፋፋቱ አስቀድመው በፊትና ከጆሮች ጀርባ ላይ ይጀምራል።

የኩፍኝ ሽፍታ ቦታዎች አንዳንድ ጊዜ ሊሰፉ ይችላሉ። ሰፋ ያለ የሻከረ ቆዳ ቅርጽን ለመፍጠር ሊገጣጠሙ ይችላሉ። አብዛኛውን ጊዜም የሚያሳክኩም አይደሉም።

ሽፍታው በነጭ ቆዳ ላይ ቡናማ ወይም ቀይ ይመስላል። ቡናማና ጥቁር ቆዳ ላይ ለማየት በጣም ከባድ ሊሆን ይችላል።

የኩፍኝ በሽታ ምን ያህል ከባድ ነው?

ኩፍኝ ከያዛቸው ከ15 ሰዎች ውስጥ 1 በጠና ሊታመም ይችላል። ትናንሽ ልጆች፣ ነፍሰ-ጡር ሴቶችና በሽታ የመከላከል አቅማቸው ደካማ የሆኑ ሰዎች ለከባድ ህመም የመጋለጥ እድላቸው ከፍተኛ ነው።

የኩፍኝ በሽታ በጣም ከባድ የሆኑ ችግሮች የሚከተሉትን ሊያካትቱ ይችላሉ:

- የጆሮ ኢንፌክሽን
- የሳንባ ኢንፌክሽን (የሳንባ ምች)
- ተቅማጥ
- ድርቀት
- ማንቀጥቀጥ (በጣም ያልተለመደ)

በእርግዝና ወቅት የኩፍኝ በሽታ የልጅ ሞትን ወይም ከትክክለኛው ጊዜ ቀደም ብሎ መወለድን ሊያስከትል ይችላል።

የኩፍኝ በሽታን መከላከል

የMMR ክትባት መውሰድ ኩፍኝን ለመከላከል ምርጡ መንገድ ነው።

ክትባቱ ብዙውን ጊዜ ለልጆች በሁለት ዶዝ ይሰጣል። የመጀመሪያው ዶዝ ዕድሜያቸው 12 ወር ለሆኑ ህጻናት የሚሰጥ ሲሆን ሁለተኛው ዶዝ ደግሞ ከ 3 ዓመት ከ 4 ወር በኋላ ይሰጣል።

ልጅዎ የኩፍኝ በሽታ ካለበት ሰው ጋር የቅርብ ግንኙነት እንዳለው ከታወቀ፣ አንዳንድ ጊዜ ዶክተርዎ የMMR ክትባቱን ከእነዚህ የታቀዱ ዶዞች አስቀድመው እንዲሰጥ ሊመክር ይችላል። አንድ ዶዝ ከ12 ወር በታች ለሆነ ህጻን ከተሰጠ የተለመደው 2 የMMR ዶዝ አሁንም በተለመደው ጊዜ መስጠት አለበት (ቢያንስ የ1 ወር ልዩነት በማንኛውም ዶዝ መካከል)።

አንድ ሰው አንድ ዶዝ ካመለጠው ወይም ምንም ዓይነት ክትባት እንደወሰደ እርግጠኛ ካልሆነ ክትባቱ በማንኛውም ዕድሜ ሊሰጥ ይችላል። ወላጆችና አሳዳጊዎች የልጃቸውን ቀይ መጽሐፍ ለክትባት መዝገቦቻቸው ማረጋገጥ ይችላሉ።

ነፍሰ-ጡር ሴቶች ወይም ደካማ በሽታ የመከላከል ስርዓት ያለባቸው ሰዎች ክትባቱን መውሰድ የለባቸውም። የኩፍኝ በሽታ ካለበት ሰው ጋር ግንኙነት እንዳለን ካሰቡ ለበለጠ ምክር ጠቅላላ ሐኪሞቻቸውን ወይም አዋላጆችን ማነጋገር አለባቸው።

ስለ MMR ክትባቶች የበለጠ መረጃ ለማግኘት የሚከተለውን ይጎብኙ፡

http://www.nhs.uk/conditions/vaccinations/mmr-vaccine

ወይም የQR ኮድን ስካን ያድርጉ፡

በኩፍኝ በሽታ የታመሙ ከሆነ ከሌሎች ሰዎች መራቅ

የኩፍኝ በሽታ ያለበት ሰው ሽፍታው ከመታየቱ በፊት ባሉት 4 ቀናት ውስጥ በሽታውን ሊያሰራጭ ይችላል። አንድ ሰው ሽፍታው አንዴ ከታየበት በኋላ ኢንፌክሽኑን ለሌላ 4 ቀናት ሊያስተላልፉ ይችላሉ።

የኩፍኝ በሽታ እንዳለቦት በጤና አጠባበቅ ባለሙያ ከተነገራቸው፣ ሽፍታው ለመጀመሪያ ጊዜ ከታየበት ጊዜ አንስቶ ቢያንስ ለ4 ቀናት ከህጻን እንክብካቤ፣ ትምህርት ቤት ወይም ከስራ መራቅ አለብዎት። ጠንነት ከተሰማዎትና ትኩሳት ከሌለዎት ከ 4 ቀናት በኋላ ወደ መደበኛ ስራዎችዎ መመለስ ይችላሉ።

የኩፍኝ በሽታ ላለባቸው ሰዎች የሚደረግ ሕክምና

ኩፍኝ አብዛኛውን ጊዜ ከአንድ ሳምንት በኋላ መሻሻል ይጀምራል።

ማረፍና ድርቀትን ለማስወገድ እንደ ውሃ ያሉ ብዙ ፈሳሾችን መጠጣት ሊያግዝ ይችላል።

ኩፍኝ አንዳንድ ጊዜ ሌሎች በሽታዎችን ሊያስከትል ይችላል። እነሱን ለማከም አንቲባዮቲክ ሊሰጥዎት ይችላል።

የኩፍኝ በሽታ እንዳለቦት በጤና አጠባበቅ ባለሙያ ከተነገራቸውና እርስዎ ወይም ልጅዎ የበለጠ ከባድ የጤና ችግሮች እያዳበሩ ነው ብለው ካሰቡ፣ የእርስዎን ጠቅላላ ሐኪም ማነጋገር አለቦት።

ስለ ኩፍኝ ተጨማሪ መረጃ የሚገኘው በዚህ ነው፡

http://www.nhs.uk/conditions/measles

ወይም የQR ኮድን ስካን ያድርጉ፡