ઓરી વિશે હકીકતપત્ર

ઓરી શું છે?

ઓરી એક પ્રકારનો ચેપ છે વાઇરસથી થાય છે અને લોકોમાં ખૂબ જ સરળતાથી ફેલાય છે. એકવાર લક્ષણો શરૂ થયા પછી, લોકો ઝડપથી બીમાર પડી શકે છે. તમને કોઈપણ ઉંમરે ઓરી થઈ શકે છે, પરંતુ મોટાભાગે નાના બાળકો તેની પકડમાં આવી જાય છે.

ઓરી કેવી રીતે ફેલાય છે?

તમે ઓરી થયેલી વ્યક્તિના નજીકના સંપર્કમાં આવવાથી ઓરીની પકડમાં આવી શકો છો. જ્યારે ઓરી થયેલી વ્યક્તિ ઉધરસ કે છીંક ખાય ત્યારે તે હવામાં ફેલાવાથી અથવા તેમણે જ્યાં ઉધરસ કે છીંક ખાધી હોય તેવી કોઇ વસ્તુઓને સ્પર્શ કરવાથી તે થઈ છે. ઘરોમાં અને અન્ય સ્થળોએ જ્યાં લોકો એકબીજા સાથે નજીકથી ભેગા જાય છે ત્યાં ઓરી ખૂબ જ સરળતાથી ફેલાય છે.

જો તમે ઓરી, ગાલપચોળિયાં અને રુબેલા (MMR) રસીના 2 ડોઝ લીધા હોય અથવા જો તમને પહેલાં ચેપ લાગ્યો હોય તો તમે ઓરીની પકડમાં આવવાથી સુરક્ષિત રહી શકો છો.

ઓરીથી પીડિત વ્યક્તિને ફોલ્લીઓ થાય તેની પહેલાંના 4 દિવસથી લઈને તેમને ફોલ્લી થયા પછી 4 દિવસ સુધી તેમનામાંથી ચેપ ફેલાય છે.

ઓરીનાં લક્ષણો

ઓરીનાં લક્ષણો સામાન્ય રીતે ચેપ લાગ્યાના 10 થી 12 દિવસની વચ્ચે દેખાય છે. કેટલીક વખત કોઈપણ લક્ષણો દેખાવામાં 21 દિવસ જેટલો સમય લાગી શકે છે.

ઓરીની શરૂઆતમાં સામાન્ય રીતે શરદી જેવા લક્ષણો દેખાય છે. ઓરીના પ્રારંભિક લક્ષણોમાં નીચેનાનો સમાવેશ થાય છે:

- શરીરનું તાપમાન વધી જવું
- નાકમાંથી પાણી વહે અથવા બંધ થઈ જાય
- છીંક આવવી
- ઉધરસ આવવી
- લાલ, વ્રણ આંખો તેમજ તેમાં પાણી આવે

થોડા દિવસો પછી ગાલની અંદર અને હોઠની પાછળના ભાગમાં નાની સફેદ ફોલ્લીઓ દેખાઈ શકે છે. આ ફોલ્લીઓ સામાન્ય રીતે થોડા દિવસો સુધી રહે છે.

સામાન્ય રીતે શરદી જેવા લક્ષણો શરૂ થયાના 2 થી 4 દિવસ પછી ફોલ્લીઓ દેખાય છે. ફોલ્લીઓ શરીરના બાકીના ભાગમાં ફેલાતા પહેલાં ચહેરા પર અને કાનની પાછળ શરૂ થાય છે.

ઓરીની ફોલ્લીઓના ડાઘા ક્યારેક ઉપસી આવે છે. તે એકબીજામાં ભેગા થઇને મોટો ડાઘ બની શકે છે. સામાન્ય રીતે તેમાં ખંજવાળ આવતી નથી.

સફેદ ત્વચા પર આ ફોલ્લીઓ કથ્થઇ અથવા લાલ રંગની દેખાય છે. કથ્થઇને અને કાળી ત્વચા પર તેને સ્પષ્ટ જોવામાં થોડી મુશ્કેલી પડે છે.

ઓરીની સમસ્યા કેટલી ગંભીર છે?

ઓરીથી બીમાર પડનારા પ્રત્યેક 15માંથી એક બાળકને ગંભીર અસ્વસ્થતા થઇ શકે છે. નાના બાળકો, ગર્ભવતી મહિલાઓ અને નબળી રોગપ્રતિકારકતા ધરાવતા લોકો ગંભીર રીતે અસ્વસ્થ થવાની શક્યતા વધારે હોય છે.

વધુ ગંભીર તકલીફોમાં નીચે ઉલ્લેખિત સામેલ હોઇ શકે છે:

- કાનમાં ચેપ
- ફેફસામાં ચેપ (ન્યુમોનિયા)
- ઝાડા (અતિસાર)
- ડિહાઇડ્રેશન
- આંચકી (અમુક જ કિસ્સામાં)

ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન ઓરીનો ચેપ લાગવાથી બાળકનું મૃત્યુ થાય અથવા બાળકનો સમય કરતાં વહેલા જન્મ થઇ શકે છે.

ઓરીનું નિવારણ

ઓરીને રોકવાનો શ્રેષ્ઠ માર્ગ એ છે કે, MMR રસી લઇ લેવી જોઇએ.

આ રસી સામાન્ય રીતે બાળકોને બે ડોઝમાં આપવામાં આવે છે. બાળકોને પ્રથમ ડોઝ 12 મહિનાની ઉંમરે આપવામાં આવે છે અને બીજો ડોઝ તેમની ઉંમર 3 વર્ષ અને 4 મહિના થાય તે પછી આપવામાં આવે છે.

જો તમારું બાળક ઓરીથી બીમાર કોઇ વ્યક્તિના નજીકના સંપર્કમાં આવેલા તરીકે ઓળખવામાં આવે, તો કેટલીકવાર તમારા ડૉક્ટર આ નિર્ધારિત સમય કરતાં વહેલાં MMR રસીના ડોઝ લેવાની ભલામણ કરી શકે છે. જો 12 મહિનાથી ઓછી ઉંમરના શિશુને ડોઝ આપવામાં આવે તો MMRનો સામાન્ય બીજો ડોઝ હજુ પણ આપેલા સમયે (બંને ડોઝ વચ્ચે ઓછામાં ઓછા 1 મહિનાના અંતર સાથે) આપવાની જરૂર પડે છે.

જો કોઇ ડોઝ ચૂકી જાય છે અથવા તેમણે કોઇ રસીકરણ કરાવ્યું છે કે નહીં તે અંગે ખાતરી ન હોય, તો કોઇપણ ઉંમરે રસી આપી શકાય છે. માતાપિતા અને વાલીઓ બાળકના રસીકરણના રેકોર્ડ માટે તેમના બાળકની રેડ બુક ચકાસી શકે છે.

ગર્ભવતી મહિલાઓ અથવા જેમની રોગપ્રતિકારક શક્તિ નબળી હોય તેમને રસી આપવી જોઇએ નહીં. જો તેમને લાગતું હોય કે તેઓ ઓરીથી બીમાર થયેલી કોઇ વ્યક્તિ સાથે સંપર્કમાં આવ્યા છે તો તેમણે વધુ સલાહ માટે તેમના જનરલ પ્રેક્ટિશનર અથવા મિડવાઇફ સાથે વાત કરવી જોઇએ.

MMR રસીકરણ વિશે વધુ માહિતી માટે આ લિંકની મુલાકાત લો:

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

અથવા QR કોડ સ્કૅન કરો:

જો તમને ઓરીના કારણે અસ્વસ્થતા હોય તો અન્ય લોકોથી દૂર રહેવું

ઓરીથી પીડિત વ્યક્તિને ફોલ્લીઓ થાય તેની પહેલાંના 4 દિવસમાં તેમનામાંથી ચેપ ફેલાય છે. એકવાર તે વ્યક્તિને ફોલ્લીઓ થઈ જાય, તે પછી હજુ પણ બીજા 4 દિવસ સુધી તેમનામાંથી ચેપ ફેલાઈ શકે છે.

જો તમને આરોગ્ય સંભાળ પ્રોફેશનલ દ્વારા કહેવામાં આવ્યું હોય કે તમને ઓરી હોઈ શકે છે, તેમને પ્રથમ વખત ફોલ્લીઓ દેખાય ત્યારથી ઓછામાં ઓછા 4 દિવસ સુધી શિક્ષણ અથવા બાળસંભાળ વ્યવસ્થાથી અથવા કામથી દૂર રહેવું જોઈએ. જો તમને સ્વસ્થતા અનુભવાતી હોય અને તમારું તાપમાન હવે વધુ ન હોય તો તમે 4 દિવસ પછી સામાન્ય પ્રવૃત્તિઓમાં પાછા આવી શકો છો.

ઓરી થયેલી વ્યક્તિની સારવાર

સામાન્ય રીતે લગભગ એક અઠવાડિયામાં ઓરી મટી જવા લાગે છે.

આરામ કરવાથી અને ડિહાઇડ્રેશન ટાળવા માટે પાણી જેવા પ્રવાહીઓ પુષ્કળ માત્રામાં પીવાથી મદદ મળી શકે છે.

ઓરીના કારણે ક્યારેક અન્ય બીમારીઓ થઈ શકે છે. તેમની સારવાર માટે તમને એન્ટિબાયોટિક્સ આપવામાં આવી શકાય છે.

જો તમને કોઈ આરોગ્ય સંભાળ પ્રોફેશનલ દ્વારા કહેવામાં આવ્યું હોય કે તમને ઓરી હોઈ શકે છે અને તમને લાગતું હોય કે તમને અથવા તમારા બાળકને સ્વાસ્થ્યની વધુ ગંભીર અસરો થઈ રહી છે, તો તમારે તમારા જનરલ પ્રેક્ટિશનરનો સંપર્ક કરવો જોઈએ.

ઓરી વિશે વધુ માહિતી આ લિંક પર ઉપલબ્ધ છે:

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

અથવા QR કોડ સ્કૅન કરો: