

## خسرے نے حقائق نا ورقہ

### خسرہ کی اے

خسرہ نی ہماری اک وائرس کارن ہونی اے، اتے ایہہ بوہت آسانی نال لوکاں وچ پھیلی سکتی۔ اک واری علامتاں شروع ہو جان اتے مڑ لوکی چھیتی نال ہمار پئی جانین، تسان کی کسے عمر اچ وی خسرہ ہوئی سکتا، پر عام طور اپر نکے بچے ای ایس نال شکار ہونے نے۔

### خسرہ کیویں پھیلنا اے

تسان کی خسرہ کسے خسرے آلیے بندے نے قریبی رابطے نال ہوئی سکتا۔ ایہہ اوہناں نے کھنگن یاں چھک مارن نی ہوا نال ہوئی سکتا یاں اوہناں شیاں کی چھون نال جیہناں اپر کھنگیا یاں چھکیا گیا ہووے۔ خسرہ گھراں اتے اوہناں تھانواں اچ جتھے لوکی اک دوجے نال قریبی رابطہ رکھنے بین، بہوں آسانی نال پھیلی سکتا۔

تسی خسرے نا شکار ہون توں بچی سکتے او جے کر تسان خسرے۔ گلے نی سوچ۔ ہلکے خسرے (MMR) نی ویکسن نیاں 2 خوراکاں لیاں ہوئیاں نے، یا تسان کی پہلاں ای ایہ ہماری ہو چکی اے۔

خسرے نال شکار کوئی بندہ تپھڑ بین توں 4 دن پہلاں وچ اتے ایس توں 4 دن بعد تیکر ہماری پھیلائی سکتا اے۔

### خسرے نیاں علامتاں

عام طور اپر ہماری نا شکار ہون نے 10 توں 12 دنان نے اندر خسرے نیاں علامتاں شروع ہونیاں نے۔ کدی کدھاہ تے علامتاں نے ظاہر ہون اچ 21 دن تیکر لگی سکتے نے۔

خسرہ عام طور تے زکام ورگیاں علامتاں نال شروع ہندا اے۔ خسرے نیاں پہلیاں علامتاں وچ شامل بین:

- اچا تپ
- وگنی یاں بند نک
- چھک
- کھنگ
- لال، سجیاں، پانی وگنیاں اکھاں

کجھ دن مغروں نکے نکے چٹے تہے گلان نے اندر لے پاسے اتے بلاں نے پچھلے پاسے بنی جانے بین۔ عام طور تے ایہہ تہے کجھ دن ریہندے بین۔

عام طور تے تپھڑ زکام آلیاں علامتاں توں 2 توں 4 دن مغروں بننے بین۔ تپھڑ باقی پنڈے اپر پھیلن توں پہلاں منہ نے اپر یاں کٹاں نے پچھے بننے شروع ہونے نے۔

خسرے نے تہے بعضے ویلے ابھرے ہوئے ہوئی سکتے نے۔ اوہ مل کے وڈے داغ بنائی سکتے بین۔ عام طور اپر ایہناں اچ کھرک نئیں ہونی۔

تپھڑ چٹی چمڑی اپر بھورا یاں لال دسنا اے۔ ایس نال بھوری یاں کالی چمڑی تے دسنا مشکل ہوئی سکتا۔

### خسرہ کناں خطرناک اے؟

خسرے نا شکار لگ بھگ 15 لوکاں وچوں کسے ہکی کی وڈی ہماری ہوئی سکتی۔ نکے بچے، حاملہ زنانیاں، اتے کمزور مدافعتی نظام آلیے لوکاں نے وڈی ہماری نال شکار ہون نا بوہتا ڈر ہونا اے۔

خسرے نیاں بہوں خطرناک پیچیدگیاں اچ شامل ہوئی سکتیاں:

- کن نیاں ہماریاں
- پھیپھڑیاں نی ہماری (نمونیا)
- پیچش
- پانی نا گھاٹا
- دورے (جیہڑے عام طور اپر گھٹ ہونے)

حمل نے دوران خسرے نی ہماری نال بچہ ضائع یاں ویلے تون پہلاں پیدا ہوئی سکنا۔

### خسرے نا بچاؤ

MMR نی ویکسین لوانا ایس تون بچن نال سب تون بہتر طریقہ اے۔

عام طور اپر بچیاں کی ویکسین دو خوراکاں اچ دتی جانی اے۔ پہلی خوراک 12 مہینیاں نی عمر اچ دتی جانی اے، اتے دوجی خوراک جدوں اوہ 3 سال 4 مہینے نے ہو جان فیر دتی جانی اے۔

جے کر تساں نے بچے نی کسے خسرے آلے بندے نال قریبی رابطہ ہون نی نشان دہی ہونی اے، تے فیر بعض ویلے ڈاکٹر خوراک دے ایہناں وقتاں تون پہلاں وی ویکسین دین نی سفارش کری سکنا۔ جے کر کسے ددھ پیندے 12 مہینیاں نی عمر تون گھٹ بچے کی اک خوراک دتی جانی اے، اتے فیر MMR دیاں عمومی 2 خوراکاں عام وقت تے دتیاں جان نی لوڑ اے (کسے طرحاں نیاں خوراکاں وچ گھٹ تون گھٹ 1 مہینے نے وقفے نال)۔

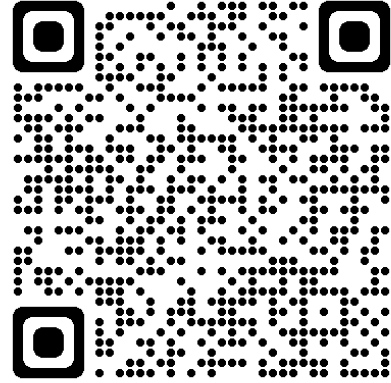
جے کر کسے نی اک خوراک نئیں دتی جا سکی یاں تساں کی یقین نئیں کیہ اوہناں کوئی خوراک گھنی وی تھئی یاں نئیں، تے فیر ویکسین کسے وی عمر اچ دتی جانی سکنی اے۔ ماں پیو اتے سرپرست اوہناں نے ویکسینیشن نے رکارڈ لئی بچیاں نی لال کتاب چیک کری سکین۔

حاملہ زنانیاں یاں کمزور مدافعتی نظام آلیاں کی ایہہ ویکسین نئیں دتی جانی چاہینی۔ جے کر تسی سمجھنے او کیہ اوہناں نا کسے خسرے نے شکار نال رابطہ ہویا اے، اتے فیر اوہناں کی آپنے GP یاں مڈوائف نال ہور ہدانت لئی گل کرنی چاہینی اے۔

MMR ویکسینیشن نی ہور جانکاری لئی وزٹ کرو:

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

یاں کیو آر (QR) کوڈ سکین کرو:



## جے کر تسان کی خسره تهيا اته فير بور لوکاں توں دور ريہنا چاہينا

خسرے نال شکار کوئی بندہ تپھڑ پین توں 4 دن پہلاں وچ ایہہ ہماری پھیلائی سکنا اے۔ اک واری جدوں کسے بندے کی تپھڑ بن جاوے، تے اوہ فیر وی 4 دن مغروں تیکر ہماری پھیلائی سکین۔

جے کر تسان کی کسے طبی نگہداشتی پیشہ ور الوں خسرے نال ممکنہ شکار ہون نا دسیا جاوے، تے فیر تسان کی بچیاں نی دیکھ بہال نی سہولت، سکول یاں کم توں تپھڑ نے پہلی واری ظاہر ہون توں گھٹ و گھٹ 4 دن تیکر دور ریہنا چاہينا۔ جے کر 4 دن بعد تسی بہتر محسوس کرنے او اته تسان کی بخار وی نئیں چڑھنا اته فیر تسان اپنے نارمل کم کار اچ واپس آئی سکے او۔

## خسرے نے شکار لوکاں نال علاج

خسرہ عام طور اپر اک ہفتے اچ ٹھیک ہونا شروع ہوئی جانان۔

آرام کرن اته بوہتیاں مائع شیاں پین نال مدد ملی سکئی اے، جیویں کیہ پانی نا گھاٹا پورا کرن لئی پانی پینا۔

عام طور اپر خسرے نے نال ہور بیماریاں وی ہوئی سکئیاں نے۔ تسان کی ایہناں نے علاج لئی اینٹی بایوٹک دتیاں جانی سکئیاں۔

جے کر تسان کی کسے طبی نگہداشتی پیشہ ور الوں خسرے نال ممکنہ شکار ہون نا دسیا جاوے اته تسی سمجھنے او کیہ تسان یاں تسان نے بچے کی صحت اپر ہور بھیڑے اثرات ہین، تے فیر تسان کی اپنے GP نال رابطہ کرنا چاہينا۔

## خسرے بابت ہور جانکاری ایتھے ملی سکئی اے:

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

یاں کیو آر (QR) کوڈ سکین کرو:

