چیدہ چیدہ حقائق

ریسپائریٹری سنسیشل وائرس (RSV)

یہ کیا ہوتا ہے؟

ریسپائریٹری سنسیشل وائرس (Respiratory syncytial virus) یا RSV پھیپھڑوں کا ایک عام وائرس ہے۔ یہ عام طور پر درمیانے تا شدید درجے کے فلو جیسی علامات کا سبب بنتا ہے۔ اکثر لوگ ایک سے دو ہفتوں میں اس سے صحت یاب ہو جاتے ہیں۔ لیکن، RSV سنگین بھی ہو سکتا ہے، بالخصوص شیرخوار بچوں، طویل مدتی امراض کے شکار بالغ افراد اور معمر بالغ افراد میں۔ RSV، برونکیولائٹس (bronchiolitis) (پھیپھڑے میں ہوا کی باریک نالیوں کی سوزش) اور نمونیا (پھیپھڑوں کا انفیکشن) کا عام ترین سبب ہے۔ RSV، امریکہ میں ایک سال سے چھوٹے بچوں کے ہسپتال میں داخل ہونے کی ایک عام ترین وجہ بھی ہے۔

RSV کیسے پھیلتا ہے؟

- متاثرہ فرد کے کھانسنے یا چھینکنے سے
- کسی کھانسی یا چھینک میں موجود وائرس کی باریک بوندوں کے آپ کی آنکھ، ناک یا منہ میں جانے سے
- وائرس کے ساتھ جسمانی رابطے میں آنے سے، جیسا کہ RSV سے متاثرہ بچے کے چہرے کا بوسہ لینے سے
- ایسی سطح کو چھونا جس پر وائرس موجود ہو اور پھر ہاتھ دھونے سے قبل اپنے چہرے کو چھونے سے

RSV کے شکار لوگ عام طور پر تین سے آٹھ دن تک بیماری پھیلا سکتے ہیں۔ ان میں بیماری کی علامت ظاہر ہونے سے قبل بھی وہ بیماری پھیلا سکتے ہیں۔ تاہم، کچھ شیر خوار بچے اور قوتِ مدافعت کے کمزور نظاموں والے لوگ، تندرست محسوس کرنے کے کئی ہفتوں بعد تک بھی وائرس کو پھیلانا جاری رکھ سکتے ہیں۔

مزید معلومات کے لیے، ملاحظہ کریں:

cdc.gov/rsv

RSV کی نشانیاں اور علامات کیا ہیں اور RSV کے خلاف بچاؤ کے لیے کون سی ویکسین تجویز کی جاتی ہیں؟

شیرخواران

- چڑچڑاپن
- دودھ پینے میں عدم دلچسپی
- بے خوابی
- اپنیا *(سانس لینے میں رکاوٹ)*
- بخار *(ہمیشہ موجود نہیں ہوتا)*

RSV ٹیکہ درج ذیل کے لیے تجویز کیا جاتا ہے:

- شیرخواران جو8 ماہ سے چھوٹے ہوں جو RSV کے موسم میں، یا اس موسم میں پہلی بار داخل ہو رہے ہوں۔

بچے

- ناک بہنا
- بھوک میں کمی
- کھانسی
- چھینکیں
- بخار
- نگلنے میں دشواری
- سانس لینے میں تبدیلی

RSV ٹیکہ درج ذیل کے لیے تجویز کیا جاتا ہے::

- بچے جن کی عمر 8 سے 19 ماہ کے درمیان ہو جو اپنے دوسرے RSV کے موسم کے دوران سنگین RSV کا شکار ہونے کے خطرے سے دوچار رہتے ہیں۔

بالغ افراد

- ناک بہنا
- گلے کی سوزش
- کھانسی
- سردرد
- تھکاوٹ
- سینے کی جکڑن
- بخار

RSV ٹیکہ درج ذیل کے لیے تجویز کیا جاتا ہے:

- ایسی خواتین جو RSV کے موسم میں 32-36 ہفتوں کی حاملہ ہوں۔
- 60 برس اور اس سے زائد عمر کے بالغان کے لیے۔

- امریکہ میں عام طور پر RSV کا موسم خزاں کے اواخر سے لے کر بہار کے آغاز تک رہتا ہے۔
- براہِ کرم اپنی مخصوص کیفیت کے حوالے سے RSV ویکسین کے بارے میں اپنے یا اپنے بچے کے ڈاکٹر سے بات کریں۔

اگر آپ کے بچے میں مندرجہ ذیل علامات ہیں تو فوری طور پر اپنے قریبی شعبہ ایمرجنسی میں جائیں یا 911 پر کال کریں:

- سانس میں خرخراہٹ
- ہر سانس کے ساتھ نتھنے پھول جانا
- ہونٹوں، منہ اور انگلیوں کے ناخنوں کی رنگت نیلی یا سرمئی ہونا
- پیٹ سے سانس لینا یا سینے کا الٹے "V" کی شکل میں اندر دھنسنا جس کا آغاز گردن کے نیچے سے ہوتا ہو
- سانس پھول رہا ہو، اکھڑ رہا ہو، آہستہ یا تیز ہو رہا ہو
- سانس لیتے ہوئے وقفہ آتا ہو

Texas Health

RSV سوالات اور جوابات

RSV کی تشخیص کیسے ہوتی ہے؟

ڈاکٹر آپ کی علامات کے بارے میں آپ سے پوچھے گا اور آپ کے پھیپھڑوں کی آواز سنے گا۔
شاید آپ کی آکسیجن کی سطح کو بھی، چیک کیا جائے۔

آپ کا ایک سواب ٹیسٹ یا خون کا نمونہ لیا جا سکتا ہے تاکہ وائرس یا انفیکشن کا سراغ لگایا جائے۔
آپ کو شدید بیماری کے لیے مزید ٹیسٹوں کی ضرورت پڑ سکتی ہے۔

اگر مجھے محسوس ہو کہ مجھے RSV ہے تو مجھے کیا کرنا چاہیئے؟

زیادہ تر RSV انفیکشنز ایک یا دو ہفتے میں خود بخود ٹھیک ہو جاتے ہیں۔ علامات میں آرام کے لیے:

- بخار اور درد کا علاج کریں۔ **acetaminophen** یا **ibuprofen** جیسی نسخے کے بغیر ملنے والی ادویات استعمال کریں۔ بچوں کو کبھی بھی اسپرین نہ دیں۔
- مناسب مقدار میں مشروبات کا استعمال کریں۔ مناسب مقدار میں مشروبات کا استعمال ڈی ہائیڈریشن (جسم میں موجود پانی کی کمی)سے بچاتا ہے۔
- اپنے بچے کو نسخے کے بغیر ملنے والی زکام کی ادویات دینے سے پہلے اپنے ڈاکٹر سے بات کریں۔ کچھ ادویات میں ایسے اجزا ہوتے ہیں جو بچوں کے لیے مناسب نہیں ہوتے۔
- اپنے نتھنوں اور گلے کو سکون پہنچانے کے لیے ٹھنڈے نمی والے ویپورائزر استعمال کریں۔ پہلے اپنے ڈاکٹر سے بات کریں۔
- اپنی ناک میں ریشے کو نرم کرنے لیے ناک کے سیلائن قطرے استعمال کریں۔
- اپنے سانس کے راستوں کو کھلا رکھنے کے لیے ناک سے ہوا کو فوری خارج کرتے ہوئے صاف کریں۔ آپ اپنے شیرخوار بچے کی ناک سے ریشے کو نرمی سے کھینچ سکتے ہیں۔
- اگر آپ کے پاس ڈاکٹر نہیں ہے، تو **1-877-THR-WELL (1-877-847-9355)** پر کال کریں۔

میں خود کو اور دوسروں کوکیسے محفوظ رکھوں؟

ویکسین لگوائیں

اکثر و بیشتر اپنے ہاتھ دھوئیں

اپنے ہاتھوں کو اپنے چہرے سے دور رکھیں

بیمار افراد کے قریب جانے سے گریز کریں

کھانسی اور چھینک کے وقت منہ کو ڈھانپیں

سطحوں کو صاف اور جراثیم سے پاک کریں

جب آپ بیمار ہوں تو گھر پر رہیں

علامات	زکام	فلو	کرونا وائرس (کوویڈ-19)	RSV
یہ کیسے شروع ہوتا ہے	تھوڑا تھوڑا کر کے شروع ہوتا ہے	اچانک ہی پوری طرح حاوی ہو جاتا ہے	سامنا ہونے کے بعد 14-2 دن کے اندر ظاہر ہو سکتا ہے	سامنا ہونے کے 8-3 دن بعد
سر درد	بہت کم	عموماً	بعض اوقات	عموماً بالغ افراد میں
بخار	بہت کم	عموماً، 4-3 دن رہتا ہے	عموماً	عموماً
جسم کا دُکھنا اور درد	بعض اوقات	عموماً، اکثر شدید	عموماً	بہت کم
سردی لگنا	بہت کم	عموماً	عموماً	عموماً
تھکاوٹ/ کمزوری	بعض اوقات	عموماً، جو 3-2 ہفتے تک باقی رہے	عموماً	عموماً
ناک بہنا/ بند ہونا	عموماً	بعض اوقات	بعض اوقات	عموماً
چھینکیں آنا	عموماً	بعض اوقات	بہت کم	عموماً
گلے کی سوزش	عموماً	بعض اوقات	عموماً	عموماً
چھاتی میں تکلیف/ کھانسی	عموماً - ہلکے سے درمیانے درجے کی، شدید خشک کھانسی	عموماً، شدید نوعیت کی ہو سکتی ہے	عموماً، شدید نوعیت کی ہو سکتی ہے	عموماً
سانس پھولنا/سانس لینے میں مسائل	بعض اوقات	بعض اوقات	عموماً	عموماً
ذائقے/سونگھنے کی حس میں حالیہ کمی	بہت کم	بہت کم	عموماً	بہت کم
اسہال/ قے	بہت کم	بعض اوقات (بالغ افراد کی نسبت بچوں میں زیادہ عام ہے)	بعض اوقات	بہت کم
پیچیدگیاں	سائنس میں جکڑن، کان میں درد	برونکائٹس، نمونیا زندگی کے لیے خطرناک ہو سکتا ہے	نمونیا، فالج، دل کا دورہ، اعضاء کا کام چھوڑنا، زندگی کے لیے خطرناک ہو سکتا ہے	شیر خواران اور معمر بالغان میں عام ہے
بغیر کسی علامت کے انفیکشن	بہت کم	بہت کم	بعض اوقات	بہت کم
ویکسین	نہیں	ہاں	ہاں	ہاں

Texas Health

ذرائع
https://www.cdc.gov/rsv/; https://www.cdc.gov/flu/symptoms/symptoms.htm
https://www.cdc.gov/flu/symptoms/flu-vs-covid19.htm
https://www.healthline.com/health-news/flu-allergies-coronavirus-different-symptoms#Despite-symptoms,-its-not-the-flu

MB 3673 11/23 EXTHR921UR

طبی عملے کے ڈاکٹرز خودمختار طور پر کام کرتے ہیں اور ٹیکساس ہیلتھ ہاسپٹلز یا صحت کے وسائل برائے ٹیکساس کے ملازمین یا نمائندگان نہیں ہیں۔ ©2023 صحت کے وسائل برائے ٹیکساس