فوری حقائق بابت

تنفسی سینسیشل وائرس (RSV)

یہ کیا ہے؟

تنفسی سینسیشل وائرس، یا RSV، پھیپھڑوں کا ایک عام وائرس ہے۔ یہ عام طور پر درمیانے سے شدید درجے کی زکام جیسی علامات کا سبب بنتا ہے۔ اکثر لوگ ایک سے دو ہفتوں میں تندرست ہو جاتے ہیں۔ لیکن، بالخصوص شیرخوار بچوں، طویل مدتی امراض والے بالغ افراد، اور معمر بالغ افراد کے لیے RSV سنگین ہو سکتا ہے۔ RSV، برونکیولائٹس (bronchiolitis) (پھیپھڑے میں ہوا کی باریک نالیوں کے سوجن) اور نمونیا (پھیپھڑوں کی سوزش) کا عام ترین سبب ہے۔ RSU، امریکہ میں ایک سال سے چھوٹے بچوں کے ہسپتال میں داخل ہونے کی ایک عام ترین وجہ بھی ہے۔

RSV کیسے پھیلتا ہے؟

- جب کوئی متاثرہ شخص کھانستا ہے یا چھینک مارتا ہے
- کسی کھانسی یا چھینک سے وائرس کے ننھے قطرے آپ کی آنکھوں، ناک، یا منہ میں آئیں
- وائرس کے ساتھ جسمانی تعلق، جیسے کہ RSU والے کسی بچے کا منہ چومنا
- کسی ایسی سطح کو چھُونا جس پر وائرس موجود ہو، پھر اپنے ہاتھ دھونے سے پہلے اپنے چہرے کو چھُونا

RSU کے شکار لوگ عام طور پر تین سے آٹھ دنوں تک متعدی ہو سکتے ہیں۔ وہ بیمار ہونے کی علامات کے ظاہر ہونے کا آغاز ہونے سے پہلے بھی متعدی ہو 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 منتشر کرنا جاری رکھ سکتے ہیں۔مزید معلومات کے لیے، ملاحظہ کریں:
cdc.gov/rsv

RSV کی نشانیاں اور علامات کیا ہیں؟

شیرخوار بچے	بچے	بالغ افراد
اضطراب	بہتی ہوئی ناک	بہتی ہوئی ناک
ناقص خوراک	بھوک نہ لگنا	گلے کی سوزش
غنودگی	کھانسی	کھانسی
سانس رکنا *(سانس لینے میں وقفے آنا)*	چھینکیں	سر درد
بخار *(ہمیشہ موجود نہ ہو)*	بخار	تھکن
	نگلنے میں دشواری	گھٹن
	سانس لینے میں تبدیلیاں	بخار

اپنے قریب ترین ہنگامی شعبے میں جائیں یا 911 پر کال کریں اگر آپ کو یا آپ کے بچے کو ہو:

- سانس لینے میں شور
- ہر سانس کے ساتھ نتھنے پھول جانا
- ہونٹوں، منہ، اور انگلیوں کے ناخنوں کی رنگت نیلی یا سرمئی ہو
- پیٹ سے سانس آ رہا ہو یا سینے میں "اندر کی جانب گڑھا بن رہا ہو" جو گردن کے نیچے سے شروع ہو کر ایک الٹے "U" کی شکل میں بن رہا ہو
- سانس پھول رہا ہو، اکھڑ رہا ہو، آہستہ ہو رہا ہو یا تیز ہو رہا ہو
- سانس لیتے ہوئے وقفہ آتا ہو

Texas Health

RSV کی تشخیص کیسے ہوتی ہے؟

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

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

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

زیادہ تر **RSV** سوزشیں ایک یا دو ہفتے میں خود بخود ختم ہو جاتی ہیں۔

RSV کے لیے کوئی مخصوص علاج نہیں ہوتا۔ علامات میں آرام دینے کے لیے:

- بخار اور درد کا علاج کیا جاتا ہے۔ acetaminophen یا ibuprofen جیسی نسخے کے بغیر ملنے والی ادویات استعمال کریں۔ بچوں کو کبھی بھی اسپرین نہ دیں۔
- کافی مقدار میں مائعات پیئں۔ کافی مقدار میں مائعات پینے سے جسم میں پانی کی کمی (جسم کے مائعات کا نقصان) نہیں ہوتا۔
- اپنے بچے کو زکام کی نسخے کے بغیر ادویات دینے سے پہلے اپنے ڈاکٹر سے بات کریں۔ کچھ ادویات میں ایسے اجزا ہوتے ہیں جو بچوں کے لیے اچھے نہیں ہوتے۔
- اپنے نتھنوں اور گلے کو سکون دینے کے لیے نمی والا ویپورائزر استعمال کریں۔ پہلے اپنے ڈاکٹر سے بات کریں۔
- اپنے ناک میں ریزش کو نرم کرنے لیے ناک کے سیلائن قطرے استعمال کریں۔
- اپنے سانس کے راستوں کو کھلا رکھنے کے لیے اپنی ناک سِنکیں۔ آپ اپنے شیرخوار بچے کی ناک میں سے ریزش کو نرمی سے کھینچ کر نکال سکتے ہیں۔
- اگر آپ کے پاس ڈاکٹر نہیں ہے، تو **1-877-THR-WELL (1-877-847-9355)** پر کال کریں۔

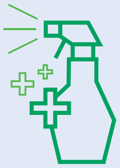
میں خود اپنی اور دوسروں کی حفاظت کیسے کروں؟

اکثر و بیشتر اپنے ہاتھ دھوئیں

اپنے ہاتھوں کو
اپنے چہرے سے دور رکھیں

بیمار لوگوں کے ساتھ
قریبی رابطہ کرنے سے گریز کریں

اپنی کھانسیوں
اور چھینکوں کو ڈھانپ لیں



سطحوں کو صاف رکھیں اور
جراثیم سے پاک رکھیں

جب آپ بیمار ہوں تو
گھر پر رہیں

علامات	زکام	فلو	کرونا وائرس (COVID-19)	RSV
یہ کیسے شروع ہوتا ہے	ہلکا سا شروع ہوتا ہے	اچانک ہی پوری طرح حاوی ہو جاتا ہے	رابطہ ہونے کے بعد 2-14 دن کے اندر ظاہر ہو سکتا ہے۔	آمنا سامنا ہونے کے 3-8 دن بعد
سر درد	بہت کم	عموماً	بعض اوقات	عموماً بالغ افراد
بخار	بہت کم	عموماً، 3-4 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/ نقاہت	بعض اوقات	عموماً، 2-3 ہفتے رہ سکتا ہے	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 درمیانہ، شدید خشک کھانسی	عموماً، شدید ہو سکتی ہے	عموماً، شدید ہو سکتی ہے	عموماً
سانس اکھڑنا/ سانس لینے میں مسائل	بعض اوقات	بعض اوقات	عموماً	عموماً
ذائقے/ سونگھنے کا نئی نوعیت کا فقدان	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	ناک کا بند ہونا، کان میں درد	برونکائیٹس، نمونیا، مہلک ہو سکتا ہے	نمونیا، فالج، دل کا دورہ، اعضاء ناکارہ ہونا، مہلک ہو سکتا ہے	شیر خوار بچوں اور دیگر بالغ افراد میں عام ہے
بغیر علامت انفیکشن	بہت کم	بہت کم	بعض اوقات	بہت کم

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

Texas Health®

MB 3673 12/21/22 EXTHR921U

طبی عملے کے ڈاکٹرز انفرادی طور پر پریکٹس کرتے ہیں اور ہسپتال کے گریجویٹ طبی تعلیمی پروگرام کے رہائشی ڈاکٹرز کے سوا ہسپتال کے ملازمین یا ایجنٹس نہیں ہوتے۔ 2022© ٹیکساس صحت کے وسائل