

संक्रामक ग्यास्ट्रोएन्टेराइटिस (पेट र आन्द्राको जलन) रोगसम्बन्धी जानकारी

संक्रामक ग्यास्ट्रोएन्टेराइटिस भनेको के हो?

संक्रामक ग्यास्ट्रोएन्टेराइटिस भनेको विशेषगरी भाइरसहरूका कारणले गर्दा हुने एक प्रकारको ग्यास्ट्रोएन्टेराइटिस हो। तपाईंका हातहरू वा खानेकुरामा हुने दूषित भाइरसहरू मुखबाट भित्र जान्छन्, त्यसपछि ती भाइरसहरू पेटसम्म फैलिएर अन्न वृद्धि हुन्छन् जसले गर्दा वान्ता हुने, झाडापखाला लाग्ने र पेट दुख्ने जस्ता समस्या निम्तिन्छ। स्वस्थ मानिसहरूमा प्रायः लक्षणहरू सामान्य हुन्छन् भने बालबालिका र प्रौढ मानिसहरूमा एकदमै गम्भीर हुन सक्छन् र त्यसले गर्दा वान्ता हुने क्रममा श्वास रोकिएर मृत्यु समेत हुन सक्छ। यसको कुनै विशेष उपचार विधि छैन र प्रायः पीडादायी लक्षणहरू कम गर्नका लागि उपचार गर्ने गरिन्छ।

यो कसरी फैलिन्छ?

भाइरसहरू सिपी (ओइस्टर) जस्ता शंबूकहरूमा जम्मा हुन्छन्। शंबूक काँचै खाएमा वा राम्रोसँग नपकाएमा भाइरस फैलिन सक्छ। यसका साथै, कुनै संक्रमित व्यक्तिले आफ्ना हातहरू नधोइकन खाना पकायो भने, उसले छुने कुनै पनि खाना दूषित हुन सक्छ र त्यो खाना खाने जो कोही संक्रमित हुन सक्छ। यसबाहेक, कुनै व्यक्तिले दिसा/वान्तालाई राम्रोसँग नफालेका वा छोएपछि राम्रोसँग हात नधोएका कारणले भाइरसहरू उक्त व्यक्तिको हातमा वा वरिपरि रहिरहन सक्छन्। त्यसपछि, ती भाइरसहरू शरीरभित्र गएर संक्रमण गराउन सक्छन्।

यो प्रायः कहिले हुन्छ?

प्रायः संक्रमित विरामीहरूको सङ्ख्या नोभेम्बरतिर बढ्छ र सो क्रम मार्चसम्म जारी रहन्छ र डिसेम्बरमा एकदमै बढी हुन्छ। बालस्याहार सुविधास्थलहरूमा सामूहिक संक्रमणका रिपोर्टहरू विशेषगरी सामान्य भएका छन्। बालस्याहार सुविधास्थलमा बालबालिकाले एउटै कोठामा धेरै समय बिताउने, एउटै खेलौना साटासाट गर्ने जस्ता कार्यहरू भएकाले नोरोभाइरसहरू सजिलैसँग फैलिन सक्छन्।

यसलाई कसरी रोकथाम गर्न सकिन्छ?

संक्रमणको फैलाव रोकथाम गर्नका लागि हात धुनु सबैभन्दा प्रभावकारी विधि हो।

आफू सुरक्षित हुनका लागि, कृपया आफ्ना हातहरू साबुन र धाराको पानीले राम्रोसँग धोएर तलका उपायहरूको पालना गर्नुहोस्।

- विशेषगरी शौचालय प्रयोग गरेपछि वा डायपरहरू परिवर्तन गरेपछि
- खाना पकाउनु र खाना खानुअघि
- औषधि लिनुअघि वा अरूलाई औषधि दिनुअघि

कृपया वान्ता वा दिसालाई छोएर फाल्ने बेला डिस्पोजेबल पञ्जा, मास्क र एप्रोनहरू प्रयोग गर्न र तिनीहरूलाई सोडियम हाइपोक्लोराइट (क्लोरीन ब्लिच) प्रयोग गरी किटाणुरहित बनाउन सुनिश्चित हुनुहोस्। फालिसकेपछि आफ्ना हातहरू साबुन र धाराको पानीले राम्रोसँग धुनुहोस्।