خسرہ کے حوالے سے اکثر پوچھے جانے والے سوالات

خسرہ ایک انتہائی متعدی وائرس ہے جو بخار اور جلد کی سرخی کا سبب بنتا ہے۔ خسرہ صحت کی دیگر سنگین پیچیدگیوں کا سبب بن سکتا ہے۔ کوئی بھی فرد جسے ویکسین نہیں لگائی گئی وہ کسی بھی عمر میں خسرہ کا شکار ہو سکتا ہے۔

خسرہ کیسے پھیلتا ہے؟
خسرہ کا وائرس متاثرہ شخص کی ناک اور گلے کے بلغم میں ہوتا ہے۔ جب وہ شخص چھینک یا کھانستا ہے تو وائرس ہوا میں بھیلتا ہے اور لوگ وائرس بذریعہ سانس اندر لے سکتے ہیں۔ یہ وائرس ہوا میں دو گھنٹے تک متحرک اور متعدی رہتا ہے۔ لوگوں کو اس طرح بھی خسرہ ہو سکتا ہے جب وہ کسی ایسی جگہ کو چھوتے ہیں جس پر وائرس موجود ہے اور پھر وہ اپنی آنکھوں، ناک یا منہ پر ہاتھ لگاتے ہیں۔

خسرہ انتہائی متعدی بیماری ہے — اگر کوئی شخص اس میں مبتلا ہے تو اس کے آس پاس کے 90% ایسے لوگوں کو بھی یہ مرض لاحق ہو جائے گا جو غیر ویکسین شدہ ہیں یا بصورت دیگر مدافعت نہیں رکھتے۔

خسرہ کی علامات کیا ہیں اور یہ کب شروع ہوتی ہیں؟
خسرہ کی ابتدائی علامات میں یہ شامل ہیں: بخار جو 104 ڈگری فارن ہائیٹ (40 ڈگری سیلسیس) سے زیادہ تک پہنچ سکتا ہے؛ کھانسی؛ ناک بہنا؛ اور آنکھیں میں سرخی اور پانی آنا۔ علامات شروع ہونے کے تین سے پانچ دن بعد، چہرے پر سرخ دھبے نمودار ہوتے ہیں اور پھر پورے جسم پر پھیل جاتے ہیں۔

علامات عام طور پر وائرس سے رابطے کے سات سے 14 دن بعد شروع ہوتی ہیں؛ علامات ظاہر ہونے میں زد میں آنے کے بعد 21 دن کا عرصہ بھی لگ سکتا ہے۔

خسرہ کا شکار شخص اسے دوسروں تک کب پھیلا سکتا ہے؟
کوئی بھی شخص خسرہ کے دانوں کے پہلی بار نمودار ہونے سے چار دن پہلے سے لے کر چار دن بعد تک خسرہ پھیلا سکتا ہے۔

کیا کسی شخص کو ایک سے زیادہ بار خسرہ ہو سکتا ہے؟
نہیں جن لوگوں کو خسرہ ہو چکا ہے انہیں یہ دوبارہ نہیں ہو سکتا۔

میں خود کو خسرہ سے کیسے محفوظ رکھ سکتا ہوں؟
ویکسین لگوانا خسرے سے بچاؤ کا بہترین طریقہ ہے۔ امریکہ میں، خسرہ کی ویکسین کو ممپس اور روبیلا کی ویکسین کے ساتھ ملا کر ایک ویکسین بنایا جاتا ہے جسے خسرہ، ممپس اور روبیلا (measles, mumps and rubella, MMR) کہا جاتا ہے۔ MMR کی ویکسین محفوظ اور مؤثر ہے۔ MMR ویکسین کی دو خوراکیں خسرہ کی روک تھام کے لیے تقریباً 97% مؤثر ہیں؛ ایک خوراک تقریباً 93% مؤثر ہے۔ MMR ویکسین کے متعلق مزید معلومات کے لیے cdc.gov/measles ملاحظہ کریں۔

لوگوں کو کب ویکسین لگوانی چاہیے؟
امریکہ میں، MMR ویکسین کی پہلی خوراک بچے کی پہلی سالگرہ کے بعد دی جاتی ہے۔ دوسری خوراک 4 سے 6 سال کی عمر میں بچے کے اسکول میں داخل ہونے سے پہلے دی جاتی ہے۔ 1956 کے بعد پیدا ہونے والا کوئی بھی شخص جس نے خسرہ پر مشتمل ویکسین کی دو خوراکیں نہیں لی ہیں یا خون کا ٹیسٹ نہیں کرایا ہے جس سے یہ ظاہر ہوتا ہے کہ اس میں خسرہ کے خلاف مدافعت ہے، اسے MMR ویکسین کی دو خوراکیں لگنی چاہئیں۔

6 سے 11 ماہ کے بچوں کو بیرون ملک سفر سے پہلے خسرہ سے بچاؤ کی ویکسین کی ابتدائی، اضافی خوراک لگنی چاہیے۔ 12 ماہ اور اس سے زیادہ عمر کے بچوں کو بین الاقوامی سفر سے پہلے دو خوراکیں لگنی چاہئیں۔ اگر آپ سفر کرنے کا ارادہ رکھتے ہیں تو اس بات کو یقینی بنانے کے لیے کہ آپ کے بچے محفوظ ہیں، اپنے ماہر امراض اطفال سے مشورہ کریں۔

کیا خسرہ صحت کے دیگر مسائل کا سبب بن سکتا ہے؟
جی ہاں۔ خسرہ عمر کے تمام حصوں میں خطرناک ثابت ہو سکتا ہے۔ تاہم، 5 سال سے کم عمر کے بچے (اور خاص طور پر شیرخوار بچے)، وہ لوگ جو حاملہ ہیں اور کمزور مدافعتی نظام والے لوگ (جیسے کینسر کے علاج یا HIV کی وجہ سے) میں خسرہ سے پیچیدگیوں کا زیادہ امکان ہوتا ہے۔

خسرہ میں مبتلا تقریباً 20% لوگ جنہیں ویکسین نہیں لگی ہوئی ہوتی انہیں ہسپتال میں داخل ہونا پڑ جاتا ہے۔ خسرہ کی وجہ سے صحت کے مسائل میں اسہال، کان میں انفیکشن، نمونیا اور انسیفلائٹس (دماغ کی سوجن) شامل ہیں۔ بعض صورتوں میں، خسرہ موت کا سبب بن سکتا ہے۔ حاملہ افراد میں، خسرہ اسقاط حمل، قبل از وقت پیدائش اور کم پیدائشی وزن کے ساتھ پیدا ہونے والے بچوں کا سبب بن سکتا ہے۔ شاذ و نادر صورتوں میں، خسرہ ہونے کے کئی سال بعد، لوگوں میں ایک پیچیدگی پیدا ہوتی ہے جسے سب اکیوٹ سکلروزنگ پینیسفالیٹس (subacute sclerosing panencephalitis, SSPE) کہا جاتا ہے، جو مرکزی اعصابی نظام کی ایک مہلک بیماری ہے۔

کیا خسرہ کا علاج ہے؟
خسرہ کے لیے کوئی خاص دوا نہیں ہے، لیکن ایسی دوائیں ہیں جو علامات کو کم کرسکتی ہیں، جیسے کہ بخار۔ پیچیدگیوں میں مبتلا افراد کو ان کے صحت کے مسئلے کے لیے مخصوص علاج کی ضرورت ہو سکتی ہے۔

اگر میں یا میرا بچہ خسرہ سے متاثرہ شخص کی زد میں آئیں تو مجھے کیا کرنا چاہیے؟
اپنے نگہداشت صحت فراہم کنندہ کو فوری کال کریں۔ آپ کا فراہم کنندہ آپ یا آپ کے بچے کا جائزہ لے سکتا ہے اور علامات کی نگرانی میں مدد کرسکتا ہے۔ وہ یہ بھی تعین کر سکتے ہیں کہ آیا آپ یا آپ کے بچے میں ویکسینیشن ہسٹری، عمر یا خون کے ٹیسٹ کی بنیاد پر خسرہ کے خلاف مدافعت موجود ہے۔

- جن لوگوں کو خسرہ کی ویکسین کی دو خوراکیں لگی ہوئی ہیں یا جو بصورت دیگر قوت مدافعت رکھتے ہیں وہ محفوظ ہیں اور انہیں خسرہ ہونے کا امکان نہیں ہوتا۔
- اگر آپ یا آپ کے بچے میں مدافعت موجود نہیں ہے تو آپ کا فراہم کنندہ MMR ویکسین تجویز کر سکتا ہے۔
- گر آپ یا آپ کے بچے کو پیچیدگیوں کا زیادہ خطرہ ہے تو آپ کا فراہم کنندہ امیون گلوبلین نامی دوا تجویز کر سکتا ہے۔
- ابتدائی طور پر زد میں آنے کے تین دن کے اندر ویکسین لگوانا یا ابتدائی طور پر زد میں آنے کے چھ دنوں کے اندر امیون گلوبلین لینا خسرہ ہونے کا خطرہ کم کر دیتا ہے اور اگر یہ آپ کو ہو بھی جائے تو علامات کم رہتی ہیں۔
- جن لوگوں کو زد میں آنے کے بعد MMR ویکسین لگتی ہے انہیں ڈے کیئر، اسکول یا کام پر نہیں جانا چاہیے اور 21 دنوں تک دوسرے لوگوں سے رابطے سے گریز کرنا چاہیے۔ جو لوگ امیون گلوبلین لیتے ہیں انہیں 28 دنوں تک ان سرگرمیوں سے گریز کرنا چاہیے۔

میں نگہداشت صحت فراہم کنندہ یا ویکسینیشن سائٹ کہاں تلاش کر سکتا ہوں؟
فراہم کنندہ تلاش کرنے میں مدد کے لیے 844-692-4692 یا **311** پر کال کریں۔ زیادہ تر ماہرین امراض اطفال MMR ویکسین پیش کرتے ہیں۔ ویکسینیشن کی دیگر سائٹیں تلاش کرنے کے لیے، **311** پر کال کریں، nyc.gov/health/map ملاحظہ کریں، یا nyc.gov/health پر جائیں اور "immunization clinics" (حفاظتی ٹیکون کے کلینکس) تلاش کریں۔ خسرہ کے بارے میں مزید معلومات کے لیے nyc.gov/health/measles ملاحظہ کریں۔