રુબેલા (જર્મન ઓરી)

વારંવાર પૂછાતા પ્રશ્નો

રુબેલા શું છે?

રુબેલા, જેને જર્મન ઓરી પણ કહેવામાં આવે છે, તે વાયરસને કારણે થતો ચેપી રોગ છે. જો કે રુબેલા સામાન્ય રીતે હળવી બીમારી છે, તે ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન ખૂબ જ ખતરનાક હોઈ શકે છે કારણ કે તે વિકાસશીલ બાળકમાં ગંભીર જન્મજાત ખામીઓનું કારણ બની શકે છે. રુબેલા રસી ઉપલબ્ધ થાય તે પહેલાં, તે એક સામાન્ય બાળપણની બીમારી હતી. રુબેલા ઓરી કરતાં અલગ વાયરસને કારણે થાય છે.

રુબેલા કોને મળે છે?

કોઈ પણ વ્યક્તિ કે જેને રુબેલા નથી અથવા તેની સામે રસી આપવામાં આવી નથી, તે ચેપ લાગી શકે છે. રસીકરણને કારણે યુનાઇટેડ સ્ટેટ્સમાં રુબેલા હવે અસામાન્ય છે, તેમ છતાં, વિશ્વના અન્ય ભાગોમાં હજી પણ કેસો થાય છે જ્યાં રસીકરણનો દર ઓછો છે.

લોકોને રુબેલા કેવી રીતે મળે છે?

રુબેલા હવા દ્વારા એક વ્યક્તિથી બીજી વ્યક્તિમાં ફેલાય છે. જ્યારે ચેપગ્રસ્ત વ્યક્તિ ઉધરસ અથવા છીંક ખાય છે, ત્યારે વાયરસ નાક અથવા ગળા દ્વારા અન્ય વ્યક્તિના શરીરમાં પ્રવેશ કરી શકે છે.
રુબેલા ધરાવતા લોકો ફોલ્લીઓ દેખાયા તેના લગભગ સાત દિવસથી ફોલ્લીઓ શરૂ થયાના લગભગ સાત દિવસ સુધી વાયરસ ફેલાવી શકે છે.

રુબેલાના લક્ષણો શું છે?

રુબેલાના લક્ષણો ઘણીવાર હળવા હોય છે, અને અડધા ચેપગ્રસ્ત લોકોમાં વાયરસ ફેલાવવામાં સક્ષમ હોવા છતાં કોઈ લક્ષણો ન હોઈ શકે. લક્ષણોમાં નીચેનાનો સમાવેશ થઈ શકે છે:

- હળવો તાવ
- માથાનો દુખાવો
- હળવી ગુલાબી આંખ (આંખની લાલાશ અથવા સોજો)
- સામાન્ય અસ્વસ્થતા અથવા થાક
- સુજેલી લસિકા ગાંઠો
- ઉધરસ
- નાકમાંથી પાણી આવવું
- ગળામાં દુખાવો
- ફોલ્લીઓ જે સામાન્ય રીતે ચહેરા પર શરૂ થાય છે અને શરીરના બાકીના ભાગોમાં ફેલાય છે

શું રુબેલા ચેપથી કોઈ ગૂંચવણો છે?

રુબેલા સામાન્ય રીતે હળવા હોય છે, પરંતુ ગૂંચવણો થઈ શકે છે. રુબેલા ધરાવતી 70% પુખ્ત સ્ત્રીઓમાં સંધિવા થઈ શકે છે. દુર્લભ કિસ્સાઓમાં, રુબેલા મગજના ચેપ અથવા રક્તસ્રાવની સમસ્યાઓ જેવી ગંભીર ગૂંચવણોનું કારણ બની શકે છે.
રુબેલાથી સૌથી મોટું જોખમ ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન હોય છે. જો કોઈ સગર્ભા વ્યક્તિને ચેપ લાગે, તો વાયરસ વિકસતા બાળકમાં ફેલાઈ શકે છે અને નીચે મુજબની સમસ્યાઓનું કારણ બની શકે છે:

- કસુવાવડ
- મૃત જન્મ
- ગંભીર જન્મજાત ખામીઓ

આ જન્મજાત ખામીઓમાં નીચેનાનો સમાવેશ થઈ શકે છે:

- હૃદયની ખામી
- શ્રવણ ની ખોટ
- દ્રષ્ટિની સમસ્યાઓ
- બૌદ્ધિક અક્ષમતા
- યકૃત અથવા બરોળને નુકસાન

આ સ્થિતિને જન્મજાત રુબેલા સિન્ડ્રોમ (CRS) કહેવામાં આવે છે.
જે લોકો સગર્ભા છે અથવા ગર્ભાવસ્થાની યોજના બનાવી રહ્યા છે તેઓએ તેમના આરોગ્ય સંભાળ પ્રદાતા સાથે રુબેલા રોગપ્રતિકારક શક્તિ વિશે વાત કરવી જોઈએ. રક્ત પરીક્ષણ નક્કી કરી શકે છે કે કોઈ વ્યક્તિ અગાઉના ચેપ અથવા રસીકરણ દ્વારા સુરક્ષિત છે કે નહીં.

રુબેલાનું નિદાન કેવી રીતે થાય છે?
આરોગ્ય સંભાળ પ્રદાતા લક્ષણો, તાજેતરના સંપર્કો અને રસીકરણના ઇતિહાસના આધારે રુબેલા પર શંકા કરી શકે છે. ચેપની પુષ્ટિ કરવા માટે પ્રયોગશાળા પરીક્ષણનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે.

રુબેલાની સારવાર શું છે?
રુબેલા માટે કોઈ ચોક્કસ ઉપાય નથી. સારવાર લક્ષણોને દૂર કરવા પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરે છે અને તેમાં નીચેનાનો સમાવેશ થઈ શકે છે:
- આરામ
- પ્રવાહી
- તાવ કે અગવડતા ઘટાડવા માટેની દવાઓ

મોટાભાગના લોકો ગૂંચવણો વિના જાતે જ સ્વસ્થ થઈ જાય છે.

રુબેલાને કેવી રીતે અટકાવી શકાય?
રુબેલા એક રસીથી અટકાવી શકાય તેવો રોગ છે. રુબેલા ચેપ સામે રક્ષણ માટે રસીકરણ એ શ્રેષ્ઠ રીત છે. રુબેલા રસી MMR રસી (ઓરી, મમ્પ્સ અને રુબેલા) તરીકે ઓરી અને મમ્પ્સ રસી સાથે સંયોજનમાં આપવામાં આવે છે.

નિયમિત સમયપત્રકમાં શામેલ છે:
- પ્રથમ ડોઝ 12-15 મહિનાની ઉંમરે
- બીજો ડોઝ 4-6 વર્ષની ઉંમરે

રસીકરણ સગર્ભા વ્યક્તિઓ અને વિકાસશીલ શિશુઓને જન્મજાત રુબેલા સિન્ડ્રોમ (congenital rubella syndrome, CRS) થી બચાવવામાં પણ મદદ કરે છે.

હું રુબેલા વિશે વધુ માહિતી ક્યાંથી મેળવી શકું?
- આરોગ્ય સેવા પ્રદાતાઓ
- સ્થાનિક આરોગ્ય વિભાગ: localhealth.nj.gov
- NJ ડિપાર્ટમેન્ટ ઓફ હેલ્થ: nj.gov/health
- નેશનલ ફાઉન્ડેશન ફોર ઇન્ફેક્શિયસ ડિસીઝ: nfid.org/infectious-disease/rubella/

આ માહિતી ફક્ત શૈક્ષણિક હેતુઓ માટે છે અને આરોગ્ય સંભાળ વ્યાવસાયિકો સાથેની સલાહનું સ્થાન લેવાનો હેતુ ધરાવતી નથી.