વેરીસેલા (અછબડા)

વારંવાર પૂછાતા પ્રશ્નો

વેરીસેલા શું છે?
વેરીસેલા, જેને અછબડા (ચિકનપોક્સ) તરીકે પણ ઓળખવામાં આવે છે, તે વેરીસેલા-ઝોસ્ટર વાઇરસ (VZV) દ્વારા થતો અત્યંત ચેપી રોગ છે. તે એક વ્યક્તિથી બીજી વ્યક્તિમાં સરળતાથી ફેલાય છે.

અછબડા કોને થાય છે?
જો કોઈ વ્યક્તિ રસીકરણ અથવા અગાઉના ચેપ દ્વારા સુરક્ષિત ન હોય, તો તેમને અછબડા થઈ શકે છે. બાળકો, યુવાન વયના લોકો અને નબળી રોગપ્રતિકારક શક્તિ ધરાવતા લોકોમાં ચેપનું જોખમ વધુ હોય છે.
જોકે પુખ્ત વયના લોકોને અછબડા થવાનું પ્રમાણ ઓછું છે, પરંતુ બાળકોની તુલનામાં પુખ્ત વયના લોકોમાં આ રોગને કારણે ગંભીર જટિલતાઓ વિકસવાની શક્યતા વધુ હોય છે. દુનિયાના જે ભાગોમાં રસીકરણનો દર ઓછો છે, ત્યાં હજુ પણ અછબડા જોવા મળે છે.

લોકોને અછબડા કેવી રીતે થાય છે?
જ્યારે ચેપગ્રસ્ત વ્યક્તિ ઉધરસ ખાય છે અથવા છીંક ખાય છે ત્યારે ચિકનપોક્સ હવા દ્વારા એક વ્યક્તિથી બીજી વ્યક્તિમાં ખૂબ જ સરળતાથી ફેલાય છે. તે અછબડાના ફોલ્લા સાથેના સીધા સંપર્ક અથવા ફોલ્લામાંથી નીકળતા પ્રવાહીથી દૂષિત વસ્તુઓ દ્વારા પણ ફેલાઈ શકે છે. જે લોકો રોગપ્રતિકારક નથી, તેઓ અછબડા ધરાવતી વ્યક્તિની સાથે એક જ રૂમમાં રહેવાથી પણ સંક્રમિત થઈ શકે છે. અછબડા ધરાવતી વ્યક્તિ, ફોલ્લીઓ દેખાય તેના 1–2 દિવસ પહેલાથી લઈને જ્યાં સુધી બધી ફોલ્લી સુકાઈ ન જાય અને તેના પર ભીંગડા ન બંધાય ત્યાં સુધી ચેપી હોય છે, જે સામાન્ય રીતે ફોલ્લીઓ શરૂ થયાના આશરે 4–5 દિવસ પછી થાય છે.

અછબડાના લક્ષણો શું છે?
અછબડા ધરાવતી વ્યક્તિના સંપર્કમાં આવ્યાના લગભગ 10–21 દિવસ પછી લક્ષણો દેખાય છે.
પ્રારંભિક લક્ષણોમાં શામેલ હોઈ શકે છે:

- તાવ
- થાક
- દુઃખાવો
- ગળામાં દુઃખાવો
- ચીડિયાપણું અથવા ગુસ્સો

ત્યારબાદ ખંજવાળવાળા ફોલ્લા જેવી ફોલ્લીઓ થાય છે, જે સામાન્ય રીતે ચહેરા, છાતી અથવા પીઠ પર શરૂ થઈને શરીરના અન્ય ભાગોમાં ફેલાય છે. ફોલ્લીઓ મોં અથવા શરીરના અન્ય ભાગોમાં પણ દેખાઈ શકે છે.
ફોલ્લાઓ સામાન્ય રીતે 4–5 દિવસમાં સુકાઈ જાય છે અને તેના પર ભીંગડા બંધાઈ જાય છે.

દાદર શું છે?
જ્યારે કોઈ વ્યક્તિ અછબડામાંથી સાજી થાય છે, ત્યારે વેરીસેલા-ઝોસ્ટર વાઇરસ શરીરના ચેતા કોષોમાં નિષ્ક્રિય અવસ્થામાં રહે છે. વર્ષો પછી, આ વાઇરસ ફરીથી સક્રિય થઈ શકે છે અને દાદરનું કારણ બની શકે છે, જેને હર્પીસ ઝોસ્ટર તરીકે પણ ઓળખવામાં આવે છે. 50 વર્ષથી વધુ વયના પુખ્ત વયના લોકોમાં અને વૃદ્ધત્વ, માંદગી, દવાઓ અથવા કેટલીક તબીબી પરિસ્થિતિઓને કારણે નબળી રોગપ્રતિકારક શક્તિવાળા લોકોમાં દાદર વધુ સામાન્ય છે.
અછબડાથી વિપરીત, દાદર વ્યક્તિથી વ્યક્તિમાં ફેલાતો નથી. જોકે, દુર્લભ કિસ્સાઓમાં, જે વ્યક્તિને ક્યારેય અછબડા થયા નથી અથવા અછબડાની રસી લીધી નથી, તેમને દાદરના ફોલ્લાઓ સાથે સીધા સંપર્કમાં આવવાથી અછબડા થઈ શકે છે.

દાદરના લક્ષણો શું છે?
લક્ષણો ઘણીવાર શરીરની એક બાજુ પર, સામાન્ય રીતે છાતી અથવા ચહેરા પર દુખાવો, ઝણઝણાટી, બળતરા અથવા સુન્નતા સાથે શરૂ થાય છે. થોડા દિવસો પછી, તે જ વિસ્તારમાં પીડાદાયક ફોલ્લીઓ થાય છે. કેટલાક લોકોમાં, ફોલ્લીઓ મટી ગયા પછી પણ મહિનાઓ કે તેથી વધુ સમય સુધી દુખાવો ચાલુ રહી શકે છે.

અછબડા અને દાદરનું નિદાન કેવી રીતે થાય છે?
સ્વાસ્થ્ય સેવા પ્રદાતા સામાન્ય રીતે લક્ષણો, ફોલ્લીઓનો દેખાવ અને સંપર્ક અથવા તબીબી ઇતિહાસના આધારે અછબડા અથવા શિંગલ્સનું નિદાન કરી શકે છે. કેટલાક કિસ્સાઓમાં, નિદાનની પુષ્ટિ કરવા માટે લેબોરેટરી ટેસ્ટનો ઉપયોગ કરવામાં આવી શકે છે.

અછબડા અથવા દાદર માટેની સારવાર શું છે?
અછબડાના મોટાભાગના કિસ્સાઓની સારવાર નીચે મુજબ કરી શકાય છે:
- આરામ
- પ્રવાહી
- સારું પોષણ
- જો જરૂરી હોય તો તાવ અથવા ખંજવાળ ઘટાડવા માટેની દવાઓ

ગંભીર બીમારી અથવા જટિલતાઓ ધરાવતા કેટલાક લોકોને એન્ટિવાયરલ દવાઓ અથવા વધારાની તબીબી સારવારની જરૂર પડી શકે છે. શિંગલ્સ માટે, સ્વાસ્થ્ય સેવા પ્રદાતાઓ લક્ષણો અને જટિલતાઓને ઘટાડવા માટે એન્ટિવાયરલ દવાઓ અને દુખાવામાં રાહત આપતી સારવાર સૂચવી શકે છે.

અછબડા અથવા દાદરને કેવી રીતે અટકાવી શકાય?
અછબડા અથવા દાદર રસી દ્વારા અટકાવી શકાય તેવા રોગો છે.

અછબડા (વેરીસેલા)ની રસી
વેરીસેલાની રસી એવા બાળકો અને પુખ્ત વયના લોકો માટે સૂચવવામાં આવે છે જેમને અછબડા સામે રોગપ્રતિકારક શક્તિ નથી. તે બે ડોઝની શ્રેણી તરીકે આપવામાં આવે છે.

દાદરની રસી
50 વર્ષ અને તેથી વધુ ઉંમરના પુખ્ત વયના લોકોએ દાદર અને તેની જટિલતાઓને રોકવામાં મદદ કરવા માટે દાદરની રસી, શિંગ્રિક્સ (Shingrix) (રિકોમ્બિનન્ટ ઝોસ્ટર વેક્સિન)ના બે ડોઝ લેવા જોઈએ.

19 વર્ષ અને તેથી વધુ ઉંમરના પુખ્ત વયના લોકો જેમની રોગપ્રતિકારક શક્તિ રોગ અથવા થેરાપીને કારણે નબળી પડી ગઈ છે, તેમણે પણ દાદરના બે ડોઝ લેવા જોઈએ કારણ કે તેમને દાદરનું જોખમ વધારે હોય છે.

દાદરની જૂની રસી, ઝોસ્ટાવેક્સ (Zostavax), હવે યુનાઇટેડ સ્ટેટ્સમાં ઉપલબ્ધ નથી. જે લોકોએ અગાઉ ઝોસ્ટાવેક્સ લીધું હોય તેમણે પણ દાદરની રસી લેવી જોઈએ.

હું ચિકનપોક્સ વિશે વધુ માહિતી ક્યાંથી મેળવી શકું?
- સ્વાસ્થ્ય સંભાળકર્તાઓ
- સ્થાનિક આરોગ્ય વિભાગ (Local health departments): localhealth.nj.gov
- ન્યૂ જર્સી ડિપાર્ટમેન્ટ ઓફ હેલ્થ (New Jersey Department of Health): nj.gov/health
- નેશનલ ફાઉન્ડેશન ફોર ઇન્ફેક્શિયસ ડિસીઝ (National Foundation for Infectious Diseases): nfid.org/infectious-disease/chickenpox/

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