ન્યૂ જર્સી આરોગ્ય વિભાગ
ચેપી રોગ સેવા

નમૂનાના સંપર્કમાં આવવાની માહિતી – પેર્ટુસિસ(કાળી ઉધરસ)

કૃપા કરીને વિતરણ પહેલાં LHD અને / અથવા NJDOH સાથે સલાહ લો.
વિનંતી કર્યેથી Microsoft® Word સંસ્કરણ ઉપલબ્ધ છે.

[*School/company letterhead*]

પ્રિય : [*parent/guardian/staff*]

અમે તમને જાણ કરવા માટે લખી રહ્યા છીએ કે એક વ્યક્તિને [*school/company name*] **પર્ટુસિસ (હૂપિંગ ઉધરસ)** હોવાનું નિદાન થયું છે. પરિણામે, [*you/your child*] **તમે ચેપના સંપર્કમાં આવ્યા હોઈ શકો છો**. જાહેર આરોગ્ય અધિકારીઓ અને *[school/company]* સમુદાયને સુરક્ષિત રાખવામાં મદદ કરવા માટે સાથે મળીને કામ કરી રહ્યા છે. કૃપા કરીને નીચેની માહિતી વાંચો.

પેર્ટુસિસ શું છે?

પેર્ટુસિસ એ એક ચેપી બીમારી છે જે **તીવ્ર ઉધરસનું** કારણ બને છે. લક્ષણો સામાન્ય રીતે શરદીની જેમ શરૂ થાય છે, જેમાં વહેતું નાક, હળવી ઉધરસ અને ઓછો તાવ શામેલ છે. લગભગ એક કે બે અઠવાડિયા પછી, ઉધરસ વધુ તીવ્ર બની શકે છે અને તેની સાથે ગંભીર ખાંસીના હુમલા, શ્વાસ લેતી વખતે "સીટી" વગાડવાનો અવાજ (અથવા બૂમ પાડવાનો અવાજ), ખાંસી પછી ઉલટી થવી અને શ્વાસ લેવામાં મુશ્કેલી આવી શકે છે. ઉધરસ ઘણા અઠવાડિયા સુધી રહી શકે છે. જે લોકોને રસી આપવામાં આવી છે તેમને પણ પેર્ટુસિસ થઈ શકે છે, પરંતુ તેમની બીમારી સામાન્ય રીતે હળવી અને ટૂંકી હોય છે.

મારે શું કરવું જોઈએ?

અગાઉના રસીકરણને ધ્યાનમાં લીધા વિના, કૃપા કરીને **સંપર્ક માં આવ્યા પછી [date]21 દિવસ સુધી લક્ષણો માટે મોનિટર કરો [*your child*]**. જો નવી ઉધરસ અથવા ઉધરસ ફિટ વિકસે છે, તો આરોગ્ય સંભાળ પ્રદાતાનો સંપર્ક કરો.

ન્યૂ જર્સી આરોગ્ય વિભાગ (New Jersey Department of Health) એવા લોકો માટે નિવારક એન્ટિબાયોટિક્સની ભલામણ કરે છે જેઓ:

- ઘરમાં એક વર્ષથી ઓછી ઉંમરના શિશુઓ સાથે રહે છે
- ગર્ભવતી હોય (ખાસ કરીને ત્રીજોમહિનો હોય)
- કેટલીક આરોગ્યની સ્થિતિ હોય જે જોખમ વધારે છે
- શિશુઓ, સગર્ભા સ્ત્રીઓ અથવા ઉચ્ચ જોખમ ધરાવતા વ્યક્તિઓ સાથે નજીકથી સંપર્કમાં આવે

જો આ તમારા પરિવારને લાગુ પડે છે, તો કૃપા કરીને તમારા આરોગ્ય સંભાળ પ્રદાતાનો સંપર્ક કરો.

ફેલાવાને રોકવામાં કેવી રીતે મદદ કરવી

પેર્ટુસિસને રોકવાનો સર્વશ્રેષ્ઠ રસ્તો એ છે કે રસી લેવી. પેર્ટુસિસ રસીકરણની ભલામણ દરેક માટે કરવામાં આવે છે.

તમે વારંવાર હાથ ધોઈને, ઉધરસ અને છીંકને કવર કરીને, બીમાર હોય ત્યારે ઘરે રહીને અને કપ, વાસણો અથવા પાણીની બોટલો શેર ન કરીને બીમારીને રોકવામાં મદદ કરી શકો છો.

પેર્ટુસિસ વિશે વધુ માહિતી:

- nj.gov/health/cd/topics/pertussis.shtml
- vaccineinformation.org/diseases/whooping-cough

જો તમને કોઈ પ્રશ્નો હોય, તો કૃપા કરીને પર સંપર્ક [*phone number*]કરો [*Health Department Name/School/Facility*].

આપના વિશ્વાસું,
[Health Officer / School Administrator / Nurse]