वेस्ट नाइल भाइरस

DCHHS
Safe families, healthy lives.
Dallas County Health and Human Services

वेस्ट नाइल भाइरस भनेको के हो? वेस्ट नाइल भाइरस (West Nile Virus (WNV)) भनेको फ्लाभिभाइरस हो जुन एतिहासिक रूपमा अफर्का, पश्चिम एसिया, र मध्यपूर्वीमा पाइन्छ। यदि भाइरसहरूको एक समूह हो जुन लामखुट्टेको टोकाईबाट सर्दछ। भाइरसले मानिसहरू, चराहरू, लामखुट्टेहरू, घोडाहरू र केही अन्य जनावरहरूलाई संक्रमित गर्न सक्छ। WNV को कारणले मध्यमदेखि गम्भीर बिमारी हुन सक्छ। संक्रमित हुने धेरै जसो मानिसहरू बिमारी हुदैनन्। केहीलाई फ्लू-जस्तै रोग लाग्न सक्छ। यदाकदा मामिलाहरूमा, भाइरसले दिमाग र मेरूदण्डमा असर गर्न सक्छ र इन्सेफलाइटिस हुन सक्छ र जुन घातक हुन सक्छ। WNV भएमा आत्तिनु भन्दा जानकार हुनुपर्छ। भाइरस र संक्रमण निवारण गर्ने तरिकाहरूको बारेमा सिक्नु महत्वपूर्ण हो। तपाईंले लिने चरणहरूले तपाईलाई अन्य लामखुट्टेबाट-सर्ने रोगहरूबाट पनि सुरक्षित गर्न मद्दत गर्दछ।

WNV कसरी फैलन्छ? सामान्यतया, संक्रमित लामखुट्टेको टोकाईबाट WNV सर्दछ। लामखुट्टेहरू WNV वाहकहरू हुन जो संक्रमित चराहरूको रगत पिउनाले संक्रमित हुन्छन्। त्यसपछि संक्रमित लामखुट्टेहरूले मानिसहरू र अन्य जनावरहरूलाई टोकेर WNV सार्दछन। WNV आकस्मिक सम्पर्क, जस्तै भाइरस भएको व्यक्तिलाई छोएर वा चुम्बन गरेर सर्दैन। केही कम मामिलाहरूमा, WNV रगत दिदा , अंग प्रत्यारोपण गर्दा, दुध खुवाँउदा र गर्भावस्थाको समयमा आमाबाट बच्चामा सरेको छ।

WNV को लक्षणहरू के-के हुन्? संक्रमित लामखुट्टेले टोकेको 3 देखि 14 दिनभित्रमा मानिसहरूमा लक्षणहरू विकास हुन थाल्छन्। WNV ले केन्द्रीय तंत्रिका तंत्रमा प्रभाव पार्न सक्छ। लक्षणहरूको गम्भीरता व्यक्ति-व्यक्तिमा फरक हुन सक्छ।

- **केही मानिसहरूमा कुनै लक्षणहरू देखिदैन।**WNV बाट संक्रमित भएका लगभग 80% मानिसहरूमा लक्षणहरू देखिदैन र उनीहरूलाई रोग लागेको कुरा थाहा हुदैन।
- **केही मानिसहरूमा मध्यम संक्रमण हुन सक्छ।** संक्रमित भएका कम्तिमा 20% मानिसहरूमा मध्यम फ्लू-जस्तै टाउको दुख्ने र शरीर दुख्ने, वाकवाकी, वान्ता साथसाथै लिम्फ ग्रन्थिहरू सुनिनु, वा छाती, पेट र ढाडमा छाला डाबर जस्ता लक्षणहरू देखिन सक्छ। लक्षणहरू केही दिनको लागि हुन्छन। यसलाई वेस्ट नाइल ज्वरोको रूपमा चिनिन्छ।
- **केही मानिसहरूमा गम्भीर संक्रमण हुन सक्छ।**WNV बाट संक्रमित 150 मानिसहरूमध्येमा एक जनामा गम्भीर बिमारी जस्तै वेस्ट नाइल इन्सेफलाइटिस, वेस्ट नाइल मेनिनजाइटिस वा वेस्ट नाइल मेनिन्गोइन्सेफलाइटिस विकास हुन सक्छ। टाउको दुख्ने साथै घाँटी कडा हुने, भ्रम र उच्च ज्वरो जस्ता लक्षणहरू शामिल हुन सक्छन। यी लक्षणहरू धेरै हप्ता वा महिनासम्म रहिरहन्छन। स्नायू प्रभावहरू स्थायी हुन सक्छन।
- **केही परिस्थितिहरूमा मात्र WNV को कारणले मृत्यु हुन्छ।**

WNV कसरी उपचार गरिन्छ? WNV संक्रमणको लागि कुनै विशष उपचार छैन। मध्यम मामिलाहरूमा, मानिसहरूले ज्वरो र दुखाई जस्ता लक्षणहरूको अनुभव गर्दछन जुन आफै हराउछ। केही गम्भीर मामिलाहरूमा, मानिसहरू अस्पतालमा जानु पर्ने हुन सक्छ जहाँ उनीहरूले सहायक उपचार साथै नसामा औषधि हाल्ने, स्वास लिनको लागि मद्दत र नर्सिङ स्याहार प्राप्त गर्न सक्छन।

वेस्ट नाइल भाइरस

DCHHS
Safe families, healthy lives.
Dallas County Health and Human Services

यदि मलाई लाग्छ कि मलाई WNV भएको छ भने मैले के गर्नुपर्छ? यदि तपाईंलाई लाग्छ कि तपाईंलाई WNV भएको छ भने, तपाईंको चिकित्सक वा स्वास्थ्य स्याहार प्रदायकलाई तुरून्त भेट्नुहोस्। उनीहरूले निदान गर्नको लागि आवश्यक पर्ने परीक्षणहरू गर्न सक्छन र तपाईंको अवस्थाको उपचार गर्न सक्छन। मध्यम WNV बिमारी आफै सुधार हुन्छ। यदि तपाईंमा WNV बिमारीको अति गम्भीर रूपको लक्षणहरू जस्तै असामान्य गम्भीर टाउको दुख्नु वा भ्रम विकास भएका छन भने, तुरून्त चिकित्सा सावधानी खोज्नुहोस्।

म के गर्‌न सक्छु? **4Ds प्रयोग गरेर प्रतिरक्षा गर्नुहोस्।**

- ***DEET दिनभर प्रत्येक दिन***
  जब तपाईं बाहिर हुनुहुन्छ, DEET समावेश भएको कीरा विकर्षकहरू वा अन्य EPA स्वीकृत विकर्षकहरू प्रयोग गर्नुहोस् र निर्देशनहरू पालना गर्नुहोस्।
- ***पोशाक***
  बाहिर रहँदा लामो, खुकुलो र हल्का रङ भएको लुगा लगाउनुहोस्।
- ***ढल***
  तपाईंको घरभित्र र वरपर रहेको सबै जमेको पानी हटाउनुहोस्।
- ***विहान र साँझ***
  विहान र साझमा लामखुट्टेहरू धैरै सक्रिय हुनाले बाहय क्रियाकलापहरू कम गर्नुहोस्।