ዚካ ቫይረስ

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

ዚካ ቫይረስ ምንድነው ዚካ በዚካ ቫይረስ ምክንያት የሚከሰት በሽታ ሲሆን በዋነኝነት ትምክሰወወደ ሰወየ ሚተላለፈወብቫይረሱ በተለከፈ የአዲይስ ዝርያ ባለዋ ወ ትንኝ አማካኝነ ትነ ው። ብዘን ግዜ የተለመዱት የዚካ ህመምምልክቶች ትኩሳት፣ ሽፍታ፣ የማ ጣበሚ አካላት ህመምእና የዓይን መቅላት ናቸው። ህመሙብዘን ጊዜ ለዘብኛ ሲሆን ከተወነኑ ቀናት እስከ አንድሳምንት ባለወግዜ የ ሕመመምልክቶች ይታያሉ። ሰዎች ብዘን ግዜ በዚካ ቫይረስ ምክንያት ወደ ሆስፒታል መሄደን ግድየሚ ህመም አያጋጥሞቸዉምእንዲህምበዚካ ቫይረስ ምክንያት የሚሞቱ ሰዎች ብዘትምበጣምጥቂት ነ ው።

የዚካ ቫይረስ የሚተላለፈወእንዴት ነው ምንምእንኳ የዚካ ቫይረስ በጣቢ ሥጋ ግንኙ ት መተላለፍ የሚቸል ቢሆንምበዋነኝ ት የሚመተወግን በቫይረሱ በተለከፈ የአዲይስዝርያ ባለወየ ወ ትንኝ አማካኝነ ትነ ው። እነ ዚህ ትንኞች በቀኑ ክፍለ ጊዜ በጣምንቁ ሆነ ወየ ሚ ከሱ ሲሆን፣ በቤት ዉስጥ እና ከቤት ውጭ ሰዎች አቅራቢያ በመኖር ሰዎችን መንከስ የሚዉጠነ ኞች ናቸው። ትንኞቹ በቫይረሱ የተለከፈ ሰወብሚ ከሰበት ጊዜ ይለከፋሉ። እነ ዚህ የተለከፉ ትንኞች ቫይረሱን በቀላሉ ወደ ሌሎች ሰዎች ያስተላልፋሉ። በመጀመሪዋ አቅራቢያ በዚካ ቫይረስ የተጠቃች እናት ቫይረሱን በወሊድ ጊዜ አካባቢ ወደ ተወለደውዝፀ ን ልታስተላልፍ ትችላለች። በእርግዝና ጊዜ የዚካ ቫይረስ ከእናት ወደ ፅንስ ሊተላለፍ ይችላል?

የዚካ ቫይረስ ምልክቶች ምን ምን ናቸው በዚካ ቫይረስ ከሚዘ 5 ሰዎች መካከል አንዱ ሕመምተኛ ይሆናል (ማለትምየ ዚካ በሽታ ተጠቂ ይሆናል)። በጣም የተለመዱ የዚካ ቫይረስ ምልክቶች ትኩሳት፣ ሽፍታ፣ የማ ጣበሚ አካላት ህመምእና የዓይን መቅላት ናቸው። ሌሎች የተለመዱ ምልክቶች የጡንቻ ህመምእና ረስ ምታት ናቸው። ህመሙ ብዘን ጊዜ ለዘብኛ ሲሆን ከተወነኑ ቀናት እስከ አንድሳምንት ለሚሆን ግዜ የ ሕመመምልክቶች ይታያሉ። በሆስፒታል ተኝቶ መታከምን የሚያቅ ከባድ ሕመሙ ብዘን ሰከሰት አይታይም። ሞት የሚከሰተወከስንት አንዴነ ው። የዚካ ቫይረስ ወዳለበት አካባቢ ተጉዘወከነ በር ወደምየ ህመምምልክቶቹን ካዩ ወደ ጤ ተቋማም ይሂዱ።ን ወደምህከማን ያማክሩ። በቅርቡ ተጉዘወከነ በረ ለጤ አገልግሎት አቅራቢዎ ወደምለህከማ የ ሄዳበትን ቦታእና ጊዜ ይንገሩ።

ለዚካ ቫይረስ የሕክምና እርዳታየ ሚረገወእንዴት ነው የ ዚካ ቫይረስን ለመከላከል ወደምለማከምየ ሚስል ምንምአይነ ት መድኒት ወደምክትባት የለም። የ ህመምምልክቶቹን ማከም፡

- ብዙእረፍት ያድርጉ።
- የሰዉ ትፈሰሽ መመ ደን ለመከላከል ፈሰሾቹን ይጠጡ።
- ህመማ እና ትኩሳትን ለማከታ ስ እንደ አሴታሚፊን ወደምፓራሲታሞል ያሉ መድኒቶችን ይጠቀሙ
- አስፕሪን እና ሌሎች ስቴሮይድ ያልሆኑ እንደ አይቡፕሮፌን እና ናፕሮክሰን ያሉ የትኩሳት መከላከያ መድኒቶችን (NSAIDs) በሽታወደንጊ (ቫይረስ ወሊድ ተላላፊ የትሮፒካል በሽታ) እንዳልሆነ እስከረጋገ ጥ ድረስ የ ደምስረብትን ለመከላከል ሲባል ከመጠቀምመቆጠብአለብዎት። ለሌለ በሽታ መድኒት በመወሰድላይ ከሆኑ ተፈጥሮ መድኒቶችን ከመወሰደዎ በፊት ዘከዎን ያነ ጋግሩ።

የዚካ ቫይረስ ካለብኝ ምን ማደረግ አለብኝ? የ ዚካ ቫይረስ ካለብዎ ህመማቸጀመሪዎ በአንድሳምንት ግዜ ዉስጥ በትንኝ ከማ ከስ ሪስዎን ይጠበቁ። በቫይረሱ ከተለከፉ በመጀመሪያው ሳምንት ዚካ ቫይረስ በደምዉስጥ ለጋ ኝ እና ከተለከፈ ሰወወደ ሌለ ትንኝ በትንኝ ንክሻ አማካኝነ ት ሊተላለፍ ይችላል። እነ ዚህ የተለከፉ ትንኞች ቫይረሱን በቀላሉ ወደ ሌሎች ሰዎች ያዛምታሉ።

ምን ማደረግ እችላለሁ? የሚከተሉትን አረት መሪያዎች በመጠቀምሪስዎን ይከላከሉ

ቆዳዎ በየቀኑ ጸረ ትንኝ ቅባት ይቀብትበማርኛወምጊዜ ከቤት ዉጪሲወጡ ዱት ያላቸዉ ፍሳት ማብረሪያዎችን ወደምበ EPA የተፈቀዱ አባሪሪዎችን በመሞያወመከረት ይጠቀሙ

አለባበስ፡-ረጅም ለቀቅ ያሉ እና ፈካ ያለ ቀለምያላቸዉልብሶችን ይልበሱ። ልብሶችን እና ቁሳቁሶችን በፐርመትሪን ማከምወይምፐርመትሪን የ ታከመቁሳቁሶችን ይግዙ።

ፍሳሽ የያዙ ቦታዎችን ማጽዳ፡-በቤትዎ ዉስጥ እና ከቤትዎ ውጭ ከአንድ ቦታ ላይ የ ታቆረ ውኃን ያስወግዱ።

ሌሊትእና ንጋት፡-ትንኞቹ ንቁ የ ሚሆኑ ት ንጋት ላይና አመሻሽ ላይ ስለሆነ በነ ዚህ ግዜ ከቤት ውጭየ ሚ ደርጓቸዉን እንቅስቃሴዎቸዎን ይገ ደቡ።

ተጓገቸ የሚከተሉትን ተግባራት በማደረግ ሪሳቸዉን ከበሽታወመጠበቅ ይችላሉ፡

- የአየር ማቀዝቀዣ የላቸዉን ወደምበመስኮቶች ወደምበሮች ላይ የ መከላከያ ሚብ ያለወሆቴልን ወደምየ እንግዳ ሚፊያ ቤትን ይምረጡ፡
- ከቤት ውጭ ከሆኑ ወደምያለበት ክፍል በደንብ ያልተሸፈነ ከሆ የ ወገ ትንኝ መከላከያ （አጎበር）በተሸፈነ በት አልጋ ላይ ይተኙ፡

የ ወኒበ ተጓዳኞች ከወኒበበማቀበ ወደምበግንኙ ት ጊዜ ሀልጊዜ እና በትክክል ኮንዶምበመጠቀምአንዳቸዉ ለሌኛዉን ለከላከሉ ይችላሉ።

እርጉዝ የሆኑ ወደምለማጸነ ስ እቅድ ያላቸዉሴቶች ዚካ ቫይረስን በተመለከተ ከዶክተሮቻቸዉ ጋር ከማ ጋገ ር በተፈጥሮ ከዚህ በላይ የ ተጠቀሱትን የ መከላከያ ዘዴዎች መጠቀም አለባቸው። የ ዚካ ቫይረስን በተመለከተ ለነ ፍሰ ጡ ሴቶች እና ለማጸነ ስ እቅድ ላላቸዉሴቶች የ ተዘጋጀ ተፈጥሮ ሚጃ የ ሚገ ኝበት ድረ ገጽ:http://www.cdc.gov/zika/pregnancy/index.html