

ሳይቶሜጋሎቫይረስ (CMV)

ውድ ወላጅ ወይም አሳዳጊ፣

ይህ የመረጃ ወረቀት እየተሰጠዎት ያለው፡-

- እርስዎ ወይም ልጅዎ ለ CMV ተጋልጠው ሊሆን ስለሚችል ነው።
- ለመረጃ አገልግሎት አላማዎች ብቻ የሚውል።

ስለ CMV አጠቃላይ መረጃ

CMV ምንድን ነው?

- ሳይቶሜጋሎቫይረስ፣ ወይም CMV፣ ቫይረስ ነው።
- የተለመደ የልጅነት ጊዜ ላይ የሚከሰት ቫይረስ ነው።

CMV ሊይዘው የሚችለው ማን ነው?

- ማንኛውም ሰው CMV ሊይዘው ይችላል።
- ሁሉም ሰው ማለት በሚቻልበት ደረጃ በህይወት ዘመኑ በCMV ይያዛል። አብዛኛዎቹ ጤናማ በሽታ የመቋቋም ስርዐት ያላቸው ሰዎች የበሽታ ምልክቶችን አያዩም ወይም አይታወቁም።
- የሚከተሉትን ሰዎች ጨምሮ፣ CMV የያዘው አንዳንድ የሰዎች ቡድኖች በጣም የመታመም ወይም ለህክምና ችግሮች የመጋለጥ እድላቸው ከፍተኛ ነው፡-
 - የተዳከመ በሽታ የመቋቋም ስርዐት ያላቸው።
 - **ነፍሰጡር የሆኑ።** በእርግዝና ወቅት ያልተወለደው ልጅ ለ CMV ሊጋለጥ ይችላል። ይህ ወደ ከባድ ሁኔታዎች ለምሳሌ የመስማት ችግር፣ የእይታ እክል እና ባልተወለደው ልጅ ላይ የተለያዩ ደረጃ ያላቸው የአዕምሮ እክሎች ሊያመራ ይችላል።
- **ከፍተኛ ተጋላጭነት ያለው ቡድን ውስጥ ያሉ ሰዎች (ከላይ ያለውን ይመልከቱ) ለCMV እንደተጋለጡ ካሰቡ፣ ወይም ከያዘው የጤና እንክብካቤ አቅራቢያቸውን ማነጋገር አለባቸው።**

ምልክቶች ምንድን ናቸው?

- አብዛኛዎቹ ትንንሽ ልጆች ምልክቶች የላቸውም።
- አልፎ አልፎ፣ ትልልቅ ልጆች ወይም CMV ያለባቸው አዋቂዎች የሚከተሉትን ሊያካትቱ የሚችሉ መለስተኛ ምልክቶች ይኖራቸዋል፡-
 - ትኩሳት (American Academy of Pediatrics ትኩሳትን እንደ 100.4°F [38°C] ወይም ከዚያ በላይ የሙቀት መጠን ብሎ ይገልጻል)
 - የጉሮሮ ቁስል፣
 - ያበጡ እጢዎች
 - ድካም
- ይበልጥ አሳሳቢ የሆኑ የCMV ምልክቶች የአይን፣ የሳምባ፣ የጉበት፣ የጉሮሮ፣ የሆድ እና የአንጀት ችግሮችን ያካትታሉ። ከነዚህ ምልክቶች አንዱ ከተከሰተ፣ የጤና እንክብካቤ አቅራቢዎን ያነጋግሩ።

የሚሰራጨው እንዴት ነው?

- CMV እንደ ሽንት፣ ለሃጭ (ምራቅ)፣ ደም እና የሰው ወተት ባሉ የሰውነት ፈሳሾች ውስጥ ይገኛል።
- ሽይረሱ በሚከተሉት ይሰራጫል፦
 - በምራቅ አማካኝነት ከንፈር በመሳም ወይም ኩባያዎችን ወይም የመመገቢያ እቃዎችን በመጋራት።
 - አንድ ሰው ሽይረሱ ያለበትን ነገር ወይም ወለል (ለምሳሌ አፍ ውስጥ የሚገባ አሻንጉሊት ወይም ዳይፐር) ሲነካ፣ እጆቻቸውን ሳይታጠቡ ከዚያም አፋቸውን፣ አይናቸውን ወይም አፍንጫቸውን ሲነኩ።
 - በእርግዝና ወቅት ወይም ከወሊድ በኋላ ጡት/ደረት ሲያጠቡ።

ልጄ CMV እንዳለበት እንዴት አውቃለሁ?

- ሽይረሱ ጥቂት ምልክቶችን ስለሚያሳይ አብዛኛዎቹ ኢንፌክሽኖች ተለይተው አይታወቁም።
- ይሁን እንጂ፣ የጤና እንክብካቤ አቅራቢው ከፍ ያለ ተጋላጭ ቡድን ውስጥ ላሉ ሰዎች ምርመራ ሊያዝ ይችላል።

ተጨማሪ ጥያቄዎች ካሉዎት ወይም ልጅዎ CMV እንዳለበት ስጋት ካደረግዎት፣ የጤና እንክብካቤ አቅራቢዎን ያነጋግሩ። ይህ የመረጃ ሉህ አጠቃላይ መረጃ ብቻ ይሰጣል።

ልጄ CMV ካለበትስ?

ልጅዎ CMV ካለበት ወዲያውኑ ለልጅዎ እንክብካቤ አቅራቢ ወይም ቅድመ ትምህርት ቤት ያሳውቁ።

CMV እንዴት ይታከማል?

- በአሁኑ ጊዜ በጤናማ ሰው ላይ ለCMV ኢንፌክሽን ምንም አይነት ህክምና የለም።
- የተዳከመ በሽታ የመቋቋም ስርዐት ላላቸው ሰዎች የጸረ ሽይረስ መድሃኒት ህክምና ሊታዘዝ ይችላል።

CMV እንዳይሰራጭ እንዴት መርዳት እችላለሁ?

- ሲታመሙ በቤት ይቆዩ።
- በተለይም ዳይፐር ከቀየሩ ወይም በሰው አፍ ውስጥ የነበሩ ነገሮች ከነኩ በኋላ እጆችን ብዙ ጊዜ ይታጠቡ።
- CMV ካለበት ሰው ጋር ኩባያዎችን፣ የምግብ እቃዎችን፣ ምግብን እና መጠጦችን ከመጋራት ይቆጠቡ።
- ህጻናት ወደ አፋቸው የሚከቷቸውን አሻንጉሊቶች እና ሌሎች እቃዎች በሰሙና እና በውሃ በደንብ ያጽዱ።
- የቤት ውስጥ ንጣፎችን ይጥረጉ እንዲሁም ያጽዱ።
- አዋቂዎች የህጻናትን ከንፈር ባለመሳም እና የልጆችን እጆች፣ ጣቶች፣ መጨዳቻዎች ወይም የእንጀራ እናት ጡጦዎች በራሳቸው አፍ ውስጥ ባለማቀመጥ ከልጆቹ ለሃጭ (ምራቅ) ጋር ከመነካካት መቆጠብ ይችላሉ።

ልጄ ከልጅ እንክብካቤ ቀርቶ በቤት መቆየት ይኖርበታል?

አይ። ለCMV የተጋለጡ ወይም በምርመራ የተረጋገጡ ህጻናት የሚከተሉት ካላጋጠሟቸው በስተቀር ከልጅ እንክብካቤ ቀርተው ቤት መቆየት አያስፈልጋቸውም።

- ከሌሎች ምልክቶች ጋር ትኩሳት (100.4°F (38°C) ወይም ከዚያ በላይ የሆነ የሙቀት መጠን) አላቸው።
- በክፍል ውስጥ በሚደረጉ እንቅስቃሴዎች ለመሳተፍ በቂ ደህንነት አይሰጡባቸውም (ለምሳሌ፡- ከወትሮው የተለየ ድካም፤ ንጭንጭ ወይም ንዝንዝ፤ ወይም ከመደበኛ የበለጠ ማልቀስ)።

እባክዎ የልጅ እንክብካቤ ፕሮግራምዎን የበሽታ ፖሊሲ ይከተሉ።

ዋቢዎች

American Academy of Pediatrics

- Caring for our Children, Chapter 3 Health Promotion and Protection, 3.6 Management of Illness, 3.6.1 Inclusion/Exclusion Due to Illness
- Caring for Our Children. Chapter 7 Infectious Diseases, 7.7 Herpes Viruses, 7.7.1 Cytomegalovirus (CMV)
- Managing Infectious Diseases in Child Care and Schools, 6th Edition pages 93-94.

Center for Disease Control and Prevention

- About Cytomegalovirus (CMV). <https://www.cdc.gov/cmV/overview.html>.