

ሮኬላ

ውድ ወላጅ ወይም አሳዳጊ፣

ይህ የመረጃ ወረቀት እየተሰጠዎት ያለው፡-

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

ስለ ሮኬላ አጠቃላይ መረጃ

ሮኬላ ምንድን ነው?

- ሮኬላ በ human herpes virus 6 (HHV-6፣ ሂውማን ሄርፔስ ሻይረስ 6) ወይም በ herpes HHV-7 (ሄርፕስ HHV-7) የሚከሰት መካከለኛ የልጅነት ህመም ነው።
- በጣም የተለመደ ነው። ወደ ህጻናት መዋያ በሚገቡበት ጊዜ አብዛኛዎቹ ህጻናት በሮኬላ ተይዘዋል።

ማን ሊይዘው ይችላል?

- ማንኛውም ሰው ሮኬላ ሊይዘው ይችላል ነገር ግን በአብዛኛው የሚከሰተው ከ6 እስከ 24 ወር ባሉ ህጻናት ላይ ነው።

ምልክቶቹ ምንድን ናቸው?

- ከ3 እስከ 7 ቀናት የሚቆይ ከፍተኛ ትኩሳት (103°F [39.4°C]) ወይም ከዚያ በላይ የሙቀት መጠን።
- ትኩሳቱ ካለፈ በኋላ ቀይ፣ አበጥ ያለ ሽፍታ ይታያል። ሽፍታው ከጀርባ እና ከደረት የሚጀምር ሲሆን ወደ ፊት፣ እጆች እና እግሮች ይሰራጫል። ሽፍታው ከሰአታት እስከ ቀናት ሊቆይ ይችላል።
- ብዙ ሮኬላ ያለባቸው ህጻናት ምልክቶች አያሳዩም።

የሚሰራጩት እንዴት ነው?

- የሮኬላ በሽታን የሚያመጣው ሻይረስ በሰጠ፣ በማስነጠስ፣ በምራቅ (ለሃጭ) እና ከአፍንጭ በሚወጡ ጠብታዎች ውስጥ ሊገኝ ይችላል።
- ሮኬላ ያለበት ሰው ሲያስል ወይም ሲያስነጥስ እና ሌላው ሰው ጠብታዎቹን ወደ ውስጥ ሲተነፍስ ሊሰራጭ ይችላል።
- እንዲሁም በሚከተሉት ሊሰራጭ ይችላል፡-
 - ሻይረሱ ያለበት ነገር ወይም ንጣፍ ከተነካ በኋላ አይን፣ አፍንጭን ወይም አፍን ባልታጠቡ እጆች መንካት።
 - ሮኬላ ካለበት ሰው ጋር እቃዎችን ወይም ኩባያዎችን መጋራት።
- አንድ ሰው ሮኬላ ከያዘው በኋላ ሻይረሱ በህይወት ዘመኑ ሁሉ በሰውነቱ ውስጥ ይቆያል። ብዙውን ጊዜ የበሽታ ምልክት በሌላቸው አዋቂዎች፣ በምራቃቸው አማካኝነት ወደ ህጻናት ይተላለፋል።

ልጄ ሮኬላ እንዳለበት እንዴት አውቃለሁ?

- አንድ የጤና እንክብካቤ አቅራቢ በተለምዶ በሽፍታ ሮኬላን ሊመረምር ይችላል።
- በአንዳንድ አጋጣሚዎች፣ የጤና እንክብካቤ አቅራቢ ለሻይረሱ ጸረ እንግዳ አካላትን ለመመርመር የደም ምርመራን ሊያዝ ይችላል።

ተጨማሪ ጥያቄዎች ካለዎት ወይም ልጅዎ ሮዜላ ሊይዘው ይችላል የሚል ስጋት ካደረግዎት የጤና እንክብካቤ አቅራቢዎን ያነጋግሩ። ይህ የመረጃ ሉህ አጠቃላይ መረጃ ብቻ ይሰጣል።

ልጅ ሮዜላ ከያዘውስ?

ልጅዎ ሮዜላ ከያዘው ወዲያውኑ ለልጅዎ እንክብካቤ ሰጪ ወይም ቅድመ ትምህርት ቤት ያሳውቁ።

እንዴት ይታከማል?

- ሮዜላ አብዛኛውን ጊዜ በራሱ የሚድን መካከለኛ ህመም ነው።
- ህጻናት ምችት እንዲሰማቸው ያድርጉ፣ እንዲያርፉ ይፍቀዱላቸው፣ ድርቀትን ለመከላከል ብዙ ፈሳሽ መጠጣታቸውን ያረጋግጡ እንዲሁም በተደጋጋሚ ይመልከቷቸው።
- 100.4°F (38°C) ወይም ከዚያ በላይ የሆነ ትኩሳት ያላቸው የ3 ወር ወይም ከዚያ በታች የሆኑ ጨቅላ ህጻናት በጤና እንክብካቤ አቅራቢያቸው መታየት አለባቸው።
- ስለ ልጅዎ የበሽታ ምልክቶች የሚያሳስብዎት ነገር ካለ ከልጅዎ የጤና እንክብካቤ አቅራቢ ጋር ይነጋገሩ። **ልጅዎ የድርቀት ምልክቶች እያሳየ ከሆነ (ትንሽ እርጥበት ያላቸው ዳይፕሮች ወይም ከወትሮው ያነሰ ሽንት፣ ከመደበኛው የበለጠ ድካም፣ ማዘር፣ ደረቅ ምላስ ወይም ከንፈር፣ ትንሽ እንባ) ፈጣን መተንፈስ፣ የመተንፈስ ችግር ካለበት ወይም ከባድ ራስ ምታት ካለበት ወዲያውኑ በጤና እንክብካቤ አቅራቢው መታየት አለበት።**

ሮዜላ እንዳይሰራጭ እንዴት መርዳት እችላለሁ?

- ሲታመሙ በቤት ይቆዩ።
- በተለይም ካስነጠሱ፣ ካሳሉ ወይም አፍንጫ ከጠራረጉ በኋላ፣ እጆችዎን ብዙ ጊዜ ይታጠቡ።
- በሚያስሉበት ወይም በሚያስነጥሱበት ጊዜ አፍንጫዎን እና አፍዎን ይሸፍኑ።
- አይኖችዎን፣ አፍዎን ወይም አፍንጫዎን ከመንካት ይቆጠቡ።
- ሮዜላ ካለበት ከማንኛውም ሰው ጋር ኩባያዎችን፣ የመመገቢያ 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።

ልጄ ከልጅ እንክብካቤ ቀርቶ በቤት መቆየት ይኖርበታል?

አይ። ለሮዜላ በሽታ የተጋለጡ ወይም በምርመራ የተረጋገጡ ልጆች የሚከተሉት ካላጋጠማቸው በስተቀር በልጅ እንክብካቤ መገኘት ሊቀጥሉ ይችላሉ፡-

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

እባክዎ የልጅ እንክብካቤ ፕሮግራምዎን የበሽታ ፖሊሲ ይከተሉ።

ዋቢዎች

American Academy of Pediatrics (የአሜሪካ የህጻናት ህክምና አካዳሚ)

- Caring for our Children, Chapter 3 Health Promotion and Protection, 3.6 Management of Illness, 3.6.1 Inclusion/Exclusion Due to Illness
- Managing Infectious Diseases in Child Care and Schools, 6th Edition. Pages 163-164