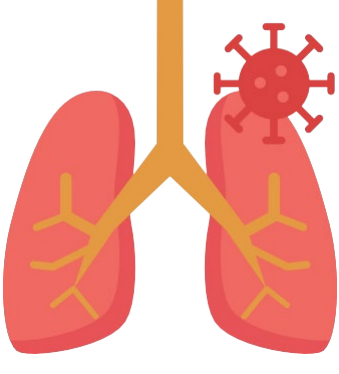


RSV সম্পর্কিত নির্দেশিকা

জানুয়ারী ২০২৪



লক্ষণসমূহ

রেসপিটরি সিনাসাটিয়াল ভাইরাস (RSV) এর লক্ষণগুলি সাধারণত সংক্রমণের ৪-৬ দিন পরে দেখা যায়:

- নাক দিয়ে পানি পড়া
- খাবারে অনীহা
- কাশি
- হাঁচি
- জ্বর
- নিঃশ্বাস নিলে বুকে শব্দ করা

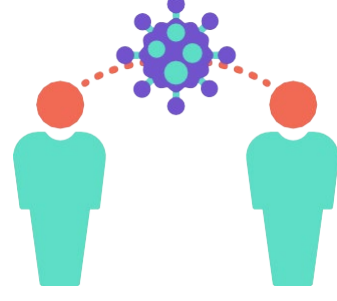
এই লক্ষণগুলি পর্যায়ক্রমে দেখা যায়- একসাথে নয়।

RSV- আক্রান্ত কম বয়সী শিশুদের মধ্যে লক্ষণগুলি হল- বিরক্তিভাব প্রকাশ করা, কম নড়াচড়া করা এবং শ্বাসকষ্ট হওয়া।

সংক্রমণ

RSV যখন ছড়ায়:

- আক্রান্ত ব্যক্তির মধ্যে কাশি ও হাঁচির প্রকোপ দেখা দেয়
- হাঁচি কাশির সময় ভাইরাসের কণা আপনার নাক, চোখ বা মুখে প্রবেশ করতে পারে
- RSV সংক্রমিত শিশুর মুখে চুম্বন বা আদর করলে আপনিও সরাসরি সংক্রমিত হতে পারেন
- যদি আপনি RSV ভাইরাসবাহিত কোন স্থান স্পর্শ করেন বা হাত না ধুয়েই মুখে হাত দেন



RSV সাধারণত দীর্ঘ সময় ধরে শক্ত জায়গায় বেঁচে থাকতে পারে, যেমন- দরজার হাতল বা টেবিলপৃষ্ঠ। এটি সাধারণত নরম পৃষ্ঠ যেমন টিস্যু বা হাতে অল্প সময় ধরে বেঁচে থাকে।

প্রতিরোধ

RSV টিকা যাদের জন্য সুপারিশ করা হয়েছে:

- দুটি RSV ভ্যাকসিন (GSK এর Arexvy এবং Pfizer এর Abrysvo) FDA কর্তৃক লাইসেন্সকৃত এবং CDC কর্তৃক ৬০ উর্ধ্ব পূর্ণবয়স্কদের জন্য সুপারিশ করা হয়েছে।
- নবজাতকের সুরক্ষায় গর্ভাবস্থার ৩২ থেকে ৩৬ সপ্তাহের মধ্যে একটি লাইসেন্সকৃত RSV ভ্যাকসিন (Pfizer এর Abrysvo) সুপারিশ করা হয়েছে।
- নবজাতক এবং ছোট শিশুদের জন্য একটি লাইসেন্সকৃত RSV প্রতিরোধক অ্যান্টিবডি সুপারিশ করা হয়েছে।



যাদের RSV ভাইরাস থেকে গুরুতর অসুস্থ হওয়ার সম্ভাবনা কম, তারা প্রতিদিন প্রতিরোধমূলক ব্যবস্থা গ্রহণের মাধ্যমে RSV ছড়ানোর সম্ভাবনা কমাতে পারেন।

- অসুস্থ হলে বাড়িতে অবস্থান করুন
- ঘন ঘন হাত ধুয়ে নিন এবং সেনিটাইজার ব্যবহার করুন
- কাশি এবং হাঁচি ঢাকার জন্য হাতের পরিবর্তে টিস্যু বা শার্টের হাতা ব্যবহার করুন
- অপরিষ্কার হাত দিয়ে মুখে হাত দেয়া থেকে বিরত থাকুন
- বার বার স্পর্শ করার স্থানগুলি পরিষ্কার রাখুন