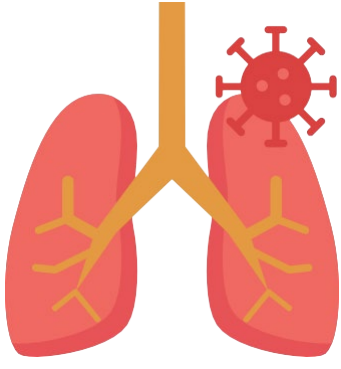


## आर एस भी सम्बन्धी जानकारी

जनवरी 2024



### लक्षणहरू

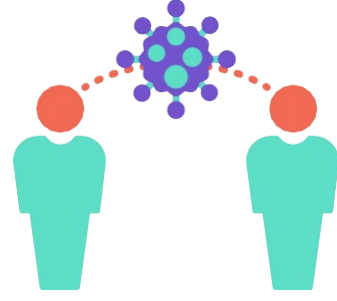
रेस्पिरेटरी सिन्सिटियल भाइरस (आर एस भी) भएका ठयकिहरूले सामान्यतया संक्रमित भएको ४-६ दिनभित्र निका लक्षणहरू देखाउँछन्:

- सिगान बिगरहने
- कम भोक लाग्ने
- खोक लाग्ने
- हाँच्चुँ आउने
- ज्वरो आउने
- सास फेदार् सुसेलेको आवाज आउने

यी लक्षणहरू सामान्यतया सबै एकैपटक नदेखिएर चरणहरूमा देखा पदर्छन्। आर एस भी भएका धेरै साना शिशुमा चिडचिडापन हुने, गतितवच्चा कमधी हुने र सास फेनेन्

### संक्रमण

आर एस भी निस रूपमा फैलिन सक्छ जब:



- संक्रमित ब्यक्तिले खोकदा वा हाँच्चुँ गर्दा
- खोकी वा हाँच्चुँ मार्फत फैलिएका भाइरसका थोपाहरू तपाईंको आँखा, नाक वा मुखमा पुग्दा
- तपाईं भाइरससँग प्रत्येक्ष सम्पर्कमा आउँदा, जस्तै आर एस भी भएको बच्चाको अनुहारमा चुम्बन गर्नु
- तपाईंले भाइरस भएको सतहलाई छोएर हात धुनु अघि आफ्नो अनुहार छुँदा

आर एस भी टेबल र ढोकाको चुक्कुल जस्ता कडा सतहहरूमा धेरै घण्टासम्म बाँच्न सक्छ। यो सामान्यतया टिस्यु र हातहरू जस्ता नरम सतहहरूमा छोटो समयसम्म बाँच्छ।

### रोकथाम



RSV विरुद्ध खोपहरू यी समूहहरूका लागि मात्र सिफारिस गरिन्छ:



- दुई आर एस भी विरुद्ध खोपहरू (जी एस के द्वारा एरेस्भी-Arexvy र फाईजर द्वारा एब्रिस्भो-Abrysvo) ६०+ उमेरका वयस्कहरूका लागि एफ डी द्वारा स्वीकृती प्राप्त र सी डी सी द्वारा सिफारिस प्राप्त छ।
- आर एस भी विरुद्ध एक खोपलाई (फाईजरद्वारा एब्रिस्भो) शिशुहरूलाई बचाउनका लागि गभार्वस्थाको ३२ देखि ३६ हप्ता सम्म लगाउन स्वीकृती दिइएको र सिफारिस गरिएको छ।
- आर एस भीको रोकथामको एक एन्टिबडी शिशुहरू र केही साना बच्चाहरूको प्रयोगकोलागि स्वीकृती दिइएको र सिफारिस गरिएको छ।

गम्भी र RSV रोग लाग्ने कम सम्भावना भएका अन्य व्यक्तिका लागि, दैनिक निवारक कार्यहरूले RSV फैलाउने सम्भावना कम गर्न सक्छ।

- बिरामी हुँदा घरमै बस्नुहोस्
- आफ्नो हात बारम्बा र धुनुहोस् र सेनि टाइज गर्नु होस्
- खोकदा र हाँच्चिउँ गर्दा हातले नभएर टिस्यु वा शर्ट को बाहुलाले मुख छोप्नुहोस्
- नधो एका हातहरूले आफ्नो अनुहार छुने नगर्नु होस्
- बारम्बा र छोइने सतहहरू सफा गर्नु होस्

स्रोत: [www.cdc.gov/rsv](http://www.cdc.gov/rsv)

एसियाली, हवाई निवासी र प्रशान्त द्वीपवासीका भाषाहरूमा स्रोतहरू:

[www.a-nhpihealthresponse.org/resources](http://www.a-nhpihealthresponse.org/resources)

Nepali