COLORADO
Department of Public Health & Environment

कोलोराडोका मानिसहरूको स्वास्थ्य र वातावरण सुरक्षा गर्न र सुधार गर्न समर्पित

# गलफुले (मम्प्स) सावधानी

## आमाबाबुहरू र अभिभावकहरूलाई महत्वपूर्ण जानकारी

*फेब्रुअरी १०, २०१७*

स्कूल प्रशासन कोलोराडोमा गलफुलेका बढ्दा केसहरूबारे तपाईंलाई जानकारी दिन चाहन्छ। फेब्रुअरी ८ सम्ममा, कोलोराडोमा गलफुलेका २७ वटा केसहरू देखिए, र यो सङ्ख्या बढ्ने अपेक्षा गरिन्छ। स्कूलमा गलफुले फैलिन नदिनका लागि, सामुदायिक स्वास्थ्य र वातावरणको कोलोराडो विभागले हामीलाई निम्न जानकारी प्रदान गर्न भनेको छ।

गलफुले एउटा यस्तो भाइरल सङ्क्रमण हो जसले एउटा वा बढी र्‍याल ग्रन्थीहरूको सुजन (सुन्निने), निम्न–ग्रेडको ज्वरो, र टाउको दुख्ने गराउँछ। विशिष्टरूपमा, गलफुले भएका मानिसहरूको पारोटिड ग्रन्थी सुन्निएको हुन्छ जुन गालाको क्षेत्रमा कानको नजिक र बङ्गाराको पछिल्लो कुनामा हुन्छ। गलफुले भएका केही व्यक्तिहरूमा कुनै पनि लक्ष्यण देखिँदैन। गलफुलेबाट हुने गम्भीर जटिलताहरू विरलै हुन्छन्, तर त्यसमा मस्तिष्कको सुजन, डिम्बासय वा अण्डकोषको सुजन, वा बहिरोपन हुनसक्छ।

गलफुले खोक्दा वा हाछ्यूँ गर्दा सर्छ वा सङ्क्रमित मानिसको रालसँग सीधा सम्पर्कमा हुँदा सर्छ, जस्तै कपहरू र खाने भाँडाहरू साझा गर्दा। गलफुलेका लक्ष्यणहरू सङ्क्रमित व्यक्तिको छेउछाउमा भएको (सम्पर्कमा) १६ देखि १८ दिनसम्ममा विकसित हुन्छन्। गलफुलेबाट सङ्क्रमित मानिसहरूले त्यसको भाइरस ग्रन्थी सुनिनुभन्दा २ दिन अघि देखि पाँच दिन पछिसम्म सार्न सक्छन्।

**यदि तपाईंको बच्चाको कान र घाँटीतिर कुनै पनि किसिमको सुजन देखियो भने कृपया आफ्नो बच्चाको स्वास्थ्य स्याहार प्रदायकलाई सम्पर्क गर्नुहोस्। यदि स्वास्थ्य स्याहार प्रदायकलाई तपाईंको बच्चालाई गलफुले छ भन्ने लाग्यो भने उसलाई.उनलाई गलफुलेका लागि परीक्षण गर्न सकिन्छ र ग्रन्थी सुनिन थालेपछि पाँच दिनसम्म घरमा बस्नुपर्ने हुन्छ।**

सबै विद्यार्थीहरू (किन्डरगार्टनदेखि १२ ग्रेड सम्मका) ले, खोप छुट फाइल नगरेसम्म, स्कूल प्रवेशका लागि दादुरा, गलफुले, रूबेला (एमएमआर) को वैध मात्राको खोप लिएको हुनुपर्नेछ। साधारणतया एमएमआर खोप १२–१५ महिनाको उमेरमा दिइन्छ र अर्को मात्रा स्कुल प्रवेशका बेला (४–६ वर्षको उमेरमा) दिइन्छ। १९५७ भन्दा अघि जन्मेका सम्भवत गलफुले भएका मानिसहरू फेरि गलफुलेबाट उन्मुक्त हुन्छन्।

आफ्नो बच्चाले एमएमआर खोपहरूको सही मात्रा लिएको सुनिश्चित गर्न आफ्नो बच्चाको खोप रेकर्ड समीक्षा गर्नुहोस् (१ वटा खोप प्रिस्कूलमा र २ वटा किन्डरगार्टनदेखि कलेजसम्ममा)। यदि तपाईंलाई आफ्नो बच्चाको खोप रेकर्ड पत्ता लगाउन सहयोग आवश्यकता पर्‍यो भने आफ्नो स्वास्थ्य स्याहार प्रदायकलाई सम्पर्क राख्नुहोस् वा कोलोराडो खोप जानकारी पद्धतिलाई ३०३–६९२–२४३७ वा १–८८८–६११–९९१८ मा फोन गर्नुहोस्। यदि तपाईंको बच्चालाई एमएमआर खोपको आवश्यकता छ भने आफ्नो बच्चाको स्वास्थ्य स्याहार प्रदायक वा स्थानीय स्वास्थ्य विभागमा सम्पर्क राख्नुहोस्।

गलफुले भएको वातावरणमा हुँदा गलफुले लाग्ने सम्भावना एमएमआर खोपको दुई मात्रा लिएका मानिसहरूलाई कुनै पनि मात्रा नलिएका मानिसहरूभन्दा नौ गुणा कम हुन्छ। यद्यपि, दुई मात्रा एमएमआर खोप लिएका केही मानिसहरूलाई पनि गलफुले हुनसक्छ, विशेष रूपमा त्यसबेला जब उनीहरू सङ्क्रमित व्यक्तिको सम्पर्कमा लामो समयसम्म रहन्छन्। यदि खोप लिएको व्यक्तिलाई गलफुले भयो भने, उनीहरूलाई खोप नलिएकाहरूभन्दा कम गम्भीर बिरामी लाग्छ।

**यदि गलफुलेले तपाईंको स्कूललाई प्रभावित पार्‍यो र तपाईंको बच्चालाई उपयुक्त रूपमा खोप लगाइएको छैन भने, उसलाई/उनलाई स्कूलबाट २५ वा बढी दिनका लागि बाहिर राख्नुपर्छ जुन स्कूलमा कति जनालाई गलफुले आएको छ भन्ने कुरामा भर पर्छ।**

4300 Cherry Creek Drive S., Denver, CO 80246-1530 पि ३०३–६९२–२००० www.colorado.gov/cdphe
जोन डब्लु. हिकनलुपर, गभर्नर, ल्यारी वल्क, एमडि, एमएसपिएच, कार्यकारी निर्देशक तथा प्रमुख मेडिकल अधिकारी