Mpox (Monkeypox).

जुन १, २०२३ सम्म

एम्पक्स (मङ्कीपक्स)

एम्पक्स (मङ्कीपक्स) एक तीव्र दाग रोग हो जुन एम्पक्स भाइरसको संक्रमणको कारणले गर्द ज्वरो आउने, टाउको दुख्ने, लिम्फ्ग्रन्थिहरु सुन्निने गर्दछ। यसलाई संक्रामक रोग नियन्त्रण कानून अन्तर्गत श्रेणी ४ संक्रामक रोगहरू मध्ये एकको रुपमा वर्गिकृत गरिएको छ। मे २६, २०२३ मा संक्रामक रोग नियन्त्रण कानूनमा एम्पक्स को नाम मङ्कीपक्स बाट परिवर्तन गरिएको थियो।

१९७० मा मानवमा पहिलो पटक देखापरे पछी, यो रोग मध्य अफ्रिका देखि पश्चिम अफ्रिका सम्म स्थानीय भएको छ। मे २०२२ मा, युरोप र उत्तर अमेरिकामा रिपोर्टको एक श्रृंखला आएता पनि, मार्च २०२३ सम्म, रिपोर्टको समग्र संख्या केसहरू तल घट्दो प्रवृत्तिमा छन्।

जापानमा, २००३ पछि कुनै पनि केसहरू रिपोर्ट गरिएको थिएन, जब संक्रामक रोगहरूको राष्ट्रिय महामारी विज्ञान निग्रानीले डाटा संकलन गर्न थाल्यो, तर पहिलो केस जुलाई २५, २०२२ मा रिपोर्ट गरिएको थियो। त्यसपछि, छिटपुट प्रकोपहरू रिपोर्ट गरिएको छ। रिपोर्ट गरिएका केसहरूको संख्या २०२३ को सुरुदेखि बढ्दै गएको छ। त्यस्तैगरी ओकिनावा प्रान्तमा (प्रिफेक्चर), अप्रिल ७, २०२३ मा, पहिलो बिरामी रिपोर्ट गरिएको थियो।

लक्षणहरू

इन्क्युबेशन अवधि सामान्यतया ६ देखि १३ दिन (अधिकतम ५ देखि २१ दिन) हुन्छ। त्यसपछि ज्वरो आउने, टाउको दुख्ने, लिम्फ्ग्रन्थिहरु सुन्निने लक्षणहरू देखापर्दछ। ज्वरो आएको १-३ दिन पछि शरीरमा दागहरू देखापर्दछ। प्रायजसो अवस्थामा, यो रोग सहज रूपमा समाधान हुन्छ, तर यो बच्चा वा बिरामीको स्वास्थ्य अवस्था, जटिलताहरू, आदिको आधारमा अझ गम्भीर हुन सक्छ।

संक्रमण मार्ग वा सर्ने माध्यम्

- संक्रमित जनावरको टोकाइ वा सम्पर्क।
- संक्रमित व्यक्तिको शरीरको घाउ, शरीरको तरल पदार्थ वा रगत (यौन सम्पर्क सहित) सँग नजिकको सम्पर्कमा आउँदा फैलिन सक्छ।
- संक्रमित व्यक्तिसँग नजिकको लामो समयसम्म आमनेसामने सम्पर्क र र्यालका थोपाहरूको सम्पर्कमा रहनु।
- बिरामीले प्रयोग गर्ने ओछ्यान, लुगा, तौलिया अन्य नजिकका वस्तुहरूसँगको सम्पर्कबाट फैलिन सक्छ।

उपचार र रोकथाम

- उपचार लक्षणात्मक हुन्छ।
- रोकथाम विधिको रूपमा स्मलपक्स भ्याक्सिनलाई (बिफरको खोप) प्रभावकारी मानिन्छ। यद्यपि, जापानमा सन् १९७६ मा बालबालिकालाई स्मलपक्स खोप लगाउन बन्द गरिएको थियो। सन् १९८० मा विश्व स्वास्थ्य संस्थाले (डब्लुएचओ) स्मलपक्सलाई निर्मूल घोषणा गरेको थियो। मास्क लगाउने जस्ता आधारभूत कुराहरू, खोकीको शिष्टाचार र हातको सरसफाइलाई महत्त्वपूर्ण मानिन्छ।

मङ्कीपक्सका प्रश्नोत्तर

[प्रिफेक्चरका सबै बासिन्दाहरूको लागी]

Q. मङ्कीपक्सको शंकास्पद लक्षणहरू देखेमा के गर्नुपर्छ?

A. कृपया नजिकको जनस्वास्थ्य केन्द्रमा परामर्श लिनुहोस्। हामी लक्षणहरू, आदि पुष्टि गर्नेछौं, र आवश्यक भएमा तपाईंलाई चिकित्सा संस्थामा मार्गदर्शन गर्नेछौं।

प्रत्येक सार्वजनिक स्वास्थ्य केन्द्रको लागि सम्पर्क जानकारी

जनस्वास्थ्य केन्द्रको फोन नम्बर

Public Health Center	Phone Number
Health Promotion Team, North Health Center (Hokubu Hokenjo / होकुबु होकेन्जो)	0980-52-5219
Health Promotion Team, Central Health Center (Chubu Hokenjo / चुबु होकेन्जो)	098-938-9701
Health Promotion Team, Southern Health Center (Nanbu Hokenjo / नान्बु होकेन्जो)	098-889-6591
General Affairs Division, Naha Health Center Health (Naha-shi Hokenjo / नाहा-शी होकेन्जो)	098-853-7972
Health Promotion Team, Miyako Health Center (Miyako Hokenjo / मियाको होकेन्जो)	0980-73-5074
Health Promotion Team, Yaeyama Health Center (Yaeyama Hokenjo / याएयाम होकेन्जो)	0980-82-4891

＊परामर्श सेवा कार्यदिवस कार्यालय समयमा उपलब्ध छ।

Q. यदि मलाई मेडिकल संस्थामा जान आवश्यक छ भने मैले के गर्नुपर्छ?

A. सार्वजनिक यातायातबाट टाढा रहनुहोस्। निजी सवारी साधन वा अन्य व्यक्तिहरूसँगको सम्पर्कबाट बच्न सक्ने यातायातका साधनहरूको प्रयोगलाई प्राथमिकता दिइन्छ। यदि तपाईंसँग सार्वजनिक यातायात प्रयोग गर्नु बाहेक कुनै विकल्प छैन भने, मास्क लगाउनुहोस्, र यदि तपाईंको छालामा घाउ छ भने, लामो बाहुला भएको लुगा वा लामो स्लाक (प्यान्ट), वा गज जस्ता कपडाले छोप्नुहोस्।त्यस्ता अवस्थाहरूमा, अरूसँगको सम्पर्कबाट बच्न, उदाहरणका लागि, तुलनात्मक रूपमा खाली समय र ठाउँ छनौट गरेर कार्य गर्न सल्लाह दिइन्छ।

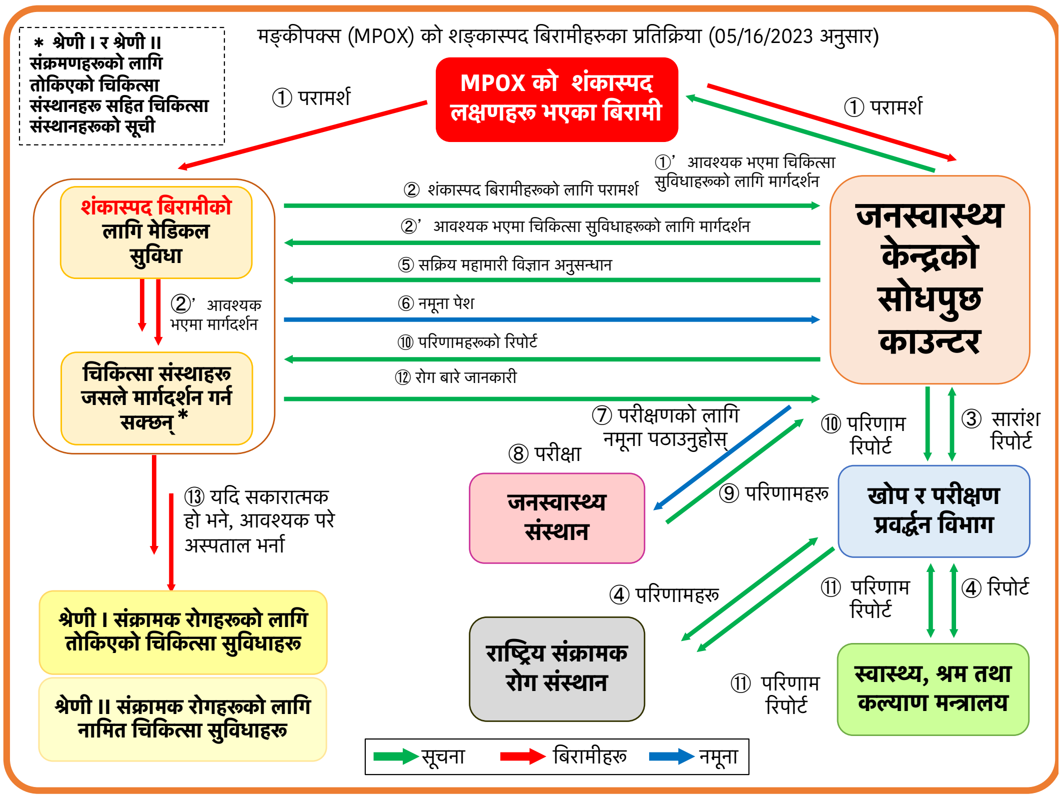
Q. मङ्कीपक्सको परीक्षण कसरी गरिन्छ?

A. यदि तपाईंले जानुहुने चिकित्सा संस्थाका डाक्टरले मङ्कीपक्सको शंका गरेमा, जनस्वास्थ्य र वातावरणको प्रिफेक्चरल इन्स्टिच्युटमा नमूना सङ्कलन गरी परीक्षण गरिन्छ।

पब्लिक हेल्थ एन्ड इन्भायरमेन्ट इन्स्टिच्युटले मङ्कीपक्स भाइरसको लागि पीसीआर (PCR) परीक्षण (आनुवंशिक परीक्षण) गर्छ।

Q. परीक्षणको लागि कस्तो प्रकारको नमूना चाहिन्छ?
A. छालाको घाउबाट नमूनाहरू लिन सकिन्छ।
छालाको घाउको आधारमा यो छाला, घाउ भित्रको पानी, वा क्रस्टहरू हुन सक्छ जसलाई स्क्याब भनिन्छ।
घाँटीको स्वाबको पनि नमूना प्रयोग गर्न सकिन्छ।

Q. प्रिफेक्चरमा संदिग्ध मङ्कीपक्स प्रकोपको अवस्थामा के गर्ने?
A. जब प्रिफेक्चरमा मङ्कीपक्स भएको शंकास्पद बिरामी देखा पर्दछ, प्रतिक्रिया निम्नानुसार छ।



उल्लेख मङ्कीपक्सको जानकारी तल ओकिनावा प्रिफेक्चर वेबसाइटमा जुलाई १, २०२३ मा पोष्ट गरिएको अंशको अनुवाद हो।
(https://www.pref.okinawa.lg.jp/site/hoken/vaccine/yobou/sarutou.html)

Translation: FY2023 Health and Labor Sciences Research Grants Research on HIV/AIDS "Research contributing to the establishment of a system for HIV testing and medical care provision for international migrants in Japan" Principal investigator: Tsutomu Kitajima (Faculty of Social Sciences, Kyorin University)