香港紅十字會
HONG KONG RED CROSS

ਅ ਗ ਸ ਤ - 2 0 2 4

**ਹੈਲਥ ਐਕਸਪ੍ਰੈਸ**
**ਅੰਕ 156**

# ਐਮਪੌਕਸ (Mpox)

ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਸੰਗਠਨ ਨੇ 14 ਅਗਸਤ ਨੂੰ ਘੋਸ਼ਣਾ ਕੀਤੀ ਕਿ ਅਫਰੀਕਾ ਦੇ ਕੁਝ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਮੰਕੀਪੌਕਸ ਦੇ ਪ੍ਰਕੋਪ ਨੂੰ ਇੱਕ ਵਾਰ ਫਿਰ "ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਚਿੰਤਾ ਦੀ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਐਮਰਜੈਂਸੀ (PHEIC)" ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸ਼੍ਰੇਣੀਬੱਧ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

## ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ

ਐਮਪੌਕਸ (ਮੰਕੀਪੌਕਸ ਵਜੋਂ ਵੀ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਮੰਕੀਪੌਕਸ ਵਾਇਰਸ ਕਾਰਨ ਜਾਨਵਰਾਂ ਤੋਂ ਮਨੁੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਸੰਚਾਰਿਤ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਇੱਕ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ। ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ 1958 ਵਿੱਚ ਖੋਜ ਲਈ ਰੱਖੇ ਗਏ ਬਾਂਦਰਾਂ ਵਿੱਚ ਇਸ ਦੀ ਖੋਜ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ, ਇਸ ਲਈ ਇਸ ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ 'ਮੰਕੀਪੌਕਸ ਵਾਇਰਸ' ਦਾ ਨਾਮ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। 28 ਨਵੰਬਰ, 2022 ਨੂੰ, ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਸੰਗਠਨ (WHO) ਨੇ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ "ਮੰਕੀਪੌਕਸ" ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਸਮਾਨਾਰਥ ਵਜੋਂ "Mpox" ਦੀ ਸਿਫ਼ਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੀ, ਇੱਕ ਸਾਲ ਦੀ ਤਬਦੀਲੀ ਦੀ ਮਿਆਦ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਇਹ ਸ਼ਬਦ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਤਰਜੀਹੀ ਸ਼ਬਦ ਬਣ ਜਾਵੇਗਾ।

## ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਵਿਗਿਆਨ

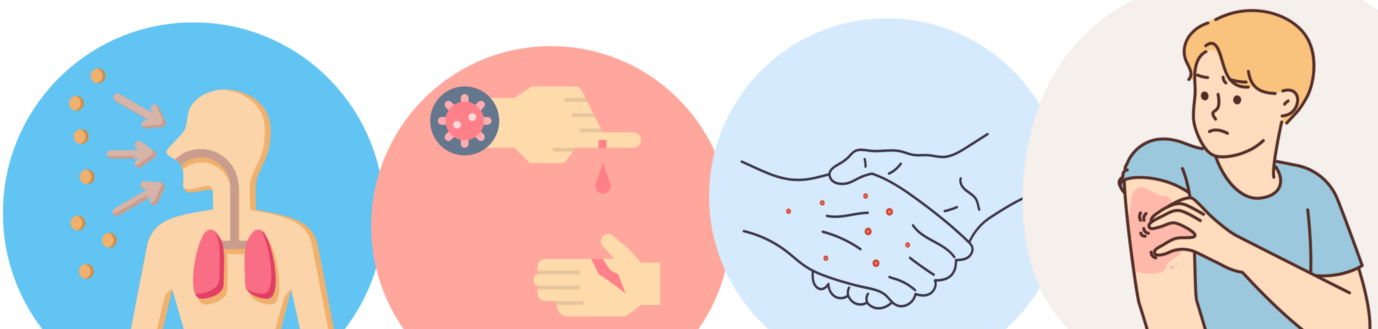
ਅਫਰੀਕਾ CDC ਨੇ 13 ਅਗਸਤ ਨੂੰ ਅਧਿਕਾਰਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਚੱਲ ਰਹੇ ਐਮਪੋਕਸ ਦੇ ਪ੍ਰਕੋਪ ਨੂੰ "ਮਹਾਂਦੀਪੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਐਮਰਜੈਂਸੀ" ਘੋਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ। ਹਾਲ ਹੀ ਦੇ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਵਿੱਚ, WHO ਅਫਰੀਕੀ ਖੇਤਰ ਦੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਰਿਪੋਰਟ ਕੀਤੇ ਗਏ ਐਮਪੋਕਸ ਦੇ ਮਾਮਲਿਆਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਕੋਪਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਨਿਰੰਤਰ ਵਾਧਾ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 13 ਅਫਰੀਕੀ ਦੇਸ਼ਾਂ ਨੇ ਐਮਪੋਕਸ ਦੇ ਪ੍ਰਕੋਪ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕੀਤੀ ਹੈ ਅਤੇ 2024 ਵਿੱਚ 2863 ਮਾਮਲਿਆਂ ਅਤੇ 517 ਮੌਤਾਂ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕੀਤੀ ਹੈ।

ਪੂਰਬੀ DRC ਅਤੇ DRC ਦੇ ਕਈ ਗੁਆਂਢੀ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਨਵੇਂ ਜਿਨਸੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪ੍ਰਸਾਰਿਤ ਐਮਪੋਕਸ ਕਿਸਮ ਦੇ ਉਭਰਨ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਫੈਲਣ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ, ਅਤੇ ਅਫਰੀਕਾ ਦੇ ਅੰਦਰ ਅਤੇ ਬਾਹਰ ਹੋਰ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਫੈਲਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਦੇ ਮੱਦੇਨਜ਼ਰ, WHO ਨੇ ਅੱਜ ਘੋਸ਼ਣਾ ਕੀਤੀ ਹੈ ਕਿ ਐਮਪੋਕਸ ਦਾ ਵਾਧਾ ਇੱਕ PHEIC ਹੋਵੇਗਾ।

14 ਅਗਸਤ ਤੱਕ, ਹਾਂਗਕਾਂਗ ਵਿੱਚ 2022 ਤੋਂ ਕੁੱਲ 67 ਐਮਪੋਕਸ ਦੇ ਮਾਮਲੇ (54 ਸਥਾਨਕ ਅਤੇ 13 ਬਾਹਰੋਂ) ਦਰਜ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ 13 ਇਸ ਸਾਲ ਦਰਜ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ। ਸਾਰੇ 67 ਮਾਮਲੇ ਪੁਰਸ਼ਾਂ ਦੇ ਸਨ। ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਵਿਗਿਆਨ ਦੀ ਜਾਂਚ ਤੋਂ ਪਤਾ ਲੱਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਉਹ ਮਰਦ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਜੋ ਮਰਦਾਂ (MSM) / ਦੁਲਿੰਗੀ ਨਾਲ ਸੈਕਸ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉੱਚ ਜੋਖਮ ਵਾਲੇ ਜਿਨਸੀ ਵਿਵਹਾਰ ਦਾ ਇਤਿਹਾਸ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਅਜਨਬੀਆਂ ਨਾਲ ਸੈਕਸ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸੈਕਸ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

## ਫੈਲਣ ਦਾ ਤਰੀਕਾ

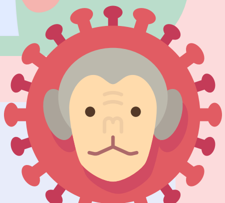
ਲਾਗ ਉਦੋਂ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਲਾਗ ਵਾਲੇ ਜਾਨਵਰਾਂ, ਮਨੁੱਖਾਂ ਜਾਂ ਦੂਸ਼ਿਤ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਤੋਂ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਮਨੁੱਖ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਜੰਗਲੀ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੁਆਰਾ ਸੰਕਰਮਿਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਥਣਧਾਰੀਆਂ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਕਿਸਮਾਂ, ਚੂਹੇ ਅਤੇ ਗਿਲਹੀਆਂ ਆਦਿ ਦੇ ਕੱਟਣ ਜਾਂ ਖੁਰਚਣ ਦੁਆਰਾ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨਾਲ ਸਿੱਧੇ ਸੰਪਰਕ ਦੁਆਰਾ।ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਆਹਮੋ-ਸਾਹਮਣੇ ਸੰਪਰਕ ਜਾਂ ਸਰੀਰ ਦੇ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਸਿੱਧੇ ਸੰਪਰਕ ਦੌਰਾਨ ਸਾਹ ਦੀਆਂ ਬੂੰਦਾਂ ਰਾਹੀਂ ਮਨੁੱਖ ਤੋਂ ਮਨੁੱਖ ਵਿਚ ਸੰਚਾਰ ਵੀ ਸੰਭਵ ਹੈ।



# ਕਲੀਨਿਕਲ ਲੱਛਣ

ਲੱਛਣ ਚੇਚਕ ਵਰਗੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਹਲਕੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਐਮਪੋਕਸ ਦੀ ਲਾਗ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪਹਿਲੇ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਬੁਖਾਰ, ਤੀਬਰ ਸਿਰ ਦਰਦ, ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਅਤੇ ਲਸਿਕਾ ਗੰਢਾਂ ਦੀ ਸੋਜ (ਲਿੰਫੈਡੇਨੋਪੈਥੀ) ਵਰਗੇ ਲੱਛਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਧੱਫੜ ਦੀ ਦਿੱਖ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਗੰਭੀਰ ਸੋਜ ਵਾਲੀਆਂ ਲਸਿਕਾ ਗੰਢਾਂ (ਲਿੰਫ ਨੋਡਸ) ਐਮਪੋਕਸ ਦਾ ਇੱਕ ਵਿਲੱਖਣ ਲੱਛਣ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਮੂੰਹ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਜ਼ਖ਼ਮ ਬੁਖ਼ਾਰ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਤੋਂ ਲਗਭਗ 1 ਤੋਂ 3 ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

ਜਖਮ 10 ਦਿਨਾਂ ਤੋਂ ਦੋ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ-ਅੰਦਰ ਪੱਧਰੇ ਅਤੇ ਉਬਰੇ ਧੱਫੜਾਂ ਤੋਂ ਛਾਲਿਆਂ, ਫੋੜੇ ਫੁਨਸੀਆਂ ਅਤੇ ਫਿਰ ਪਾਪੜੀ ਵਿੱਚ ਬਦਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜਖਮ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਹਿੱਸਿਆਂ 'ਤੇ ਇੱਕੋ ਸਮੇਂ ਵਧਦੇ ਹਨ। ਫੈਲਣ ਦੀ ਮਿਆਦ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ 6 ਤੋਂ 13 ਦਿਨਾਂ ਤੱਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ 5 ਤੋਂ 21 ਦਿਨਾਂ ਤੱਕ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।



# ਰੋਕਥਾਮ

DH ਦੇ ਸਿਹਤ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਕੇਂਦਰ (CHP) ਨੇ ਅਕਤੂਬਰ 2022 ਵਿੱਚ ਐਮਪੋਕਸ ਟੀਕਾਕਰਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕੀਤੀ, ਪੁਸ਼ਟੀ ਕੀਤੇ ਕੇਸਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਸਵੈ-ਇੱਛਤ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਖਤਰੇ ਦੇ ਉੱਚ ਜੋਖਮ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਤੀਜੇ-ਉਤਾਪਦਨ ਦੇ ਟੀਕੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਗਈ।

- ਬਿਮਾਰ ਲੋਕਾਂ ਜਾਂ ਐਮਪੋਕਸ ਵਰਗੇ ਦਿਖਣ ਵਾਲੇ ਧੱਫੜ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਨਜ਼ਦੀਕੀ, ਚਮੜੀ ਤੋਂ ਚਮੜੀ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਤੋਂ ਬਚੋ;
- ਉਹਨਾਂ ਵਸਤੂਆਂ ਅਤੇ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਤੋਂ ਬਚੋ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਐਮਪੋਕਸ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੇ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਖਾਣ ਵਾਲੇ ਭਾਂਡੇ ਜਾਂ ਕੱਪ, ਬਿਸਤਰੇ, ਤੌਲੀਏ, ਜਾਂ ਕੱਪੜੇ;
- ਬਿਮਾਰ ਜਾਂ ਮਰੇ ਹੋਏ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਤੋਂ ਬਚੋ;
- ਬਿਮਾਰ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਜਾਂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲਦੇ ਸਮੇਂ ਉਚਿਤ ਲਾਗ ਨਿਯੰਤਰਣ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦਸਤਾਨੇ ਅਤੇ ਸਰਜੀਕਲ ਮਾਸਕ ਸਮੇਤ ਸੁਰੱਖਿਆਤਮਕ ਕੱਪੜੇ ਅਤੇ ਉਪਕਰਣ ਪਹਿਨਣਾ;
- ਹੱਥਾਂ ਦੀ ਸਫਾਈ ਬਣਾਈ ਰੱਖੋ। ਜਦੋਂ ਹੱਥ ਸਪੱਸ਼ਟ ਤੌਰ 'ਤੇ ਗੰਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਖੂਨ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨਾਲ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤਰਲ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ। ਜਦੋਂ ਹੱਥ ਸਪੱਸ਼ਟ ਤੌਰ 'ਤੇ ਗੰਦੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ, ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ 70-80% ਅਲਕੋਹਲ-ਅਧਾਰਤ ਹੈਂਡਰਬ ਨਾਲ ਸਾਫ਼ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ;
- ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੇ ਸਾਰੇ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨੂੰ ਖਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਕਾਓ;
- ਕਿਸੇ ਵੀ ਸ਼ੱਕੀ ਲੱਛਣਾਂ ਲਈ ਤੁਰੰਤ ਡਾਕਟਰੀ ਸਲਾਹ ਲਓ।

**Mpox ਟੀਕਾਕਰਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ**



ਹਵਾਲੇ:
ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ
ਸਿਹਤ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਕੇਂਦਰ
ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਸੰਗਠਨ

ਸੰਪਾਦਕ :
ਕੇ ਡਬਲਯੂ ਲੈਮ (K W Lam)

ਉਪਰੋਕਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਿਰਫ ਹਵਾਲੇ ਲਈ ਹੈ।
31-08-2024 ਨੂੰ ਅੱਪਡੇਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ

香港公益金 The Community Chest
會員機構 Member Agency