বর্তমানে হামের প্রাদুর্ভাব দেখা যাচ্ছে

হাম ছড়িয়ে পড়ছে

হাম ভাইরাস থেকে তৈরি হওয়া একটি অত্যন্ত সংক্রামক রোগ। এটি বিপজ্জনক হতে পারে, বিশেষ করে শিশু এবং ছোট বাচ্চাদের জন্য। আপনার পরিবার এবং আপনার কমিউনিটিকে সুরক্ষা দিন।

অসুস্থ ব্যক্তি যখন কাশি বা হাঁচি দেয় তখন হাম বাতাসের মাধ্যমে ছড়িয়ে পড়ে। হামে আক্রান্ত ব্যক্তি স্থান ত্যাগ করার পরে ভাই-রাসটি 2 ঘণ্টা বাতাসে থাকতে পারে। এটি এতটাই সংক্রামক যে হাম আক্রান্ত ব্যক্তির কাছে আসা এবং টিকাদানের মাধ্যমে সুরক্ষিত না থাকা 10 জনের মধ্যে 9 জনই সংক্রামিত হবেন।

ভাইরাসের সংস্পর্শে আসার 7 থেকে 14 দিন পরে হামের লক্ষণ দেখা দেয়। হামের সাধারণ লক্ষণগুলোর মধ্যে রয়েছে:

খুব জ্বর
(104° ফারেনহাইটের বেশি হতে পারে)

কাশি

সর্দি

লাল এবং/অথবা জল পড়া চোখ

ফুসকুড়ি
(লক্ষণ শুরু হওয়ার 3-5 দিন পরে ফুটে ওঠে)

হাম গুরুতর স্বাস্থ্য সমস্যা সৃষ্টি করতে পারে, যার মধ্যে রয়েছে:

নিউমোনিয়া

মস্তিষ্কের ফোলাভাব
(এনসেফালাইটিস)

সম্ভবত মৃত্যুও

হাম থেকে রক্ষা পাওয়ার সর্বোত্তম উপায় ...

হাম, মাম্পস এবং রুবেলা (MMR) সংক্রান্ত টিকা দিয়ে। টিকা যেকোনো সময়েই গ্রহণ করা যায়। । টিকা আপনাকে, আপনার চারপাশের মানুষদের এবং আপনার কমিউনি-টিকে সুরক্ষিত রাখতে সাহায্য করে। যদি আপনার টিকা না নেওয়া হয়ে থাকে তাহলে হামের প্রকোপ কমে না আসা পর্যন্ত বাড়িতে অথবা জনাকীর্ণ এলাকা থেকে দূরে থাকার কথা বিবেচনা করুন, বিশেষ করে আপনার পরিবারের লোকেদের রক্ষা করার জন্য যারা খুব অসুস্থ হতে পারে।

যদি আপনার মনে হয় যে আপনার বা আপনার পরিবারের কারোর হাম হয়েছে তাহলে অন্যদের থেকে দূরে থাকুন এবং স্বাস্থ্যসেবা প্রদা-নকারী, জরুরি সেবা প্রদানকারী বা জরুরি কক্ষে কল করুন।