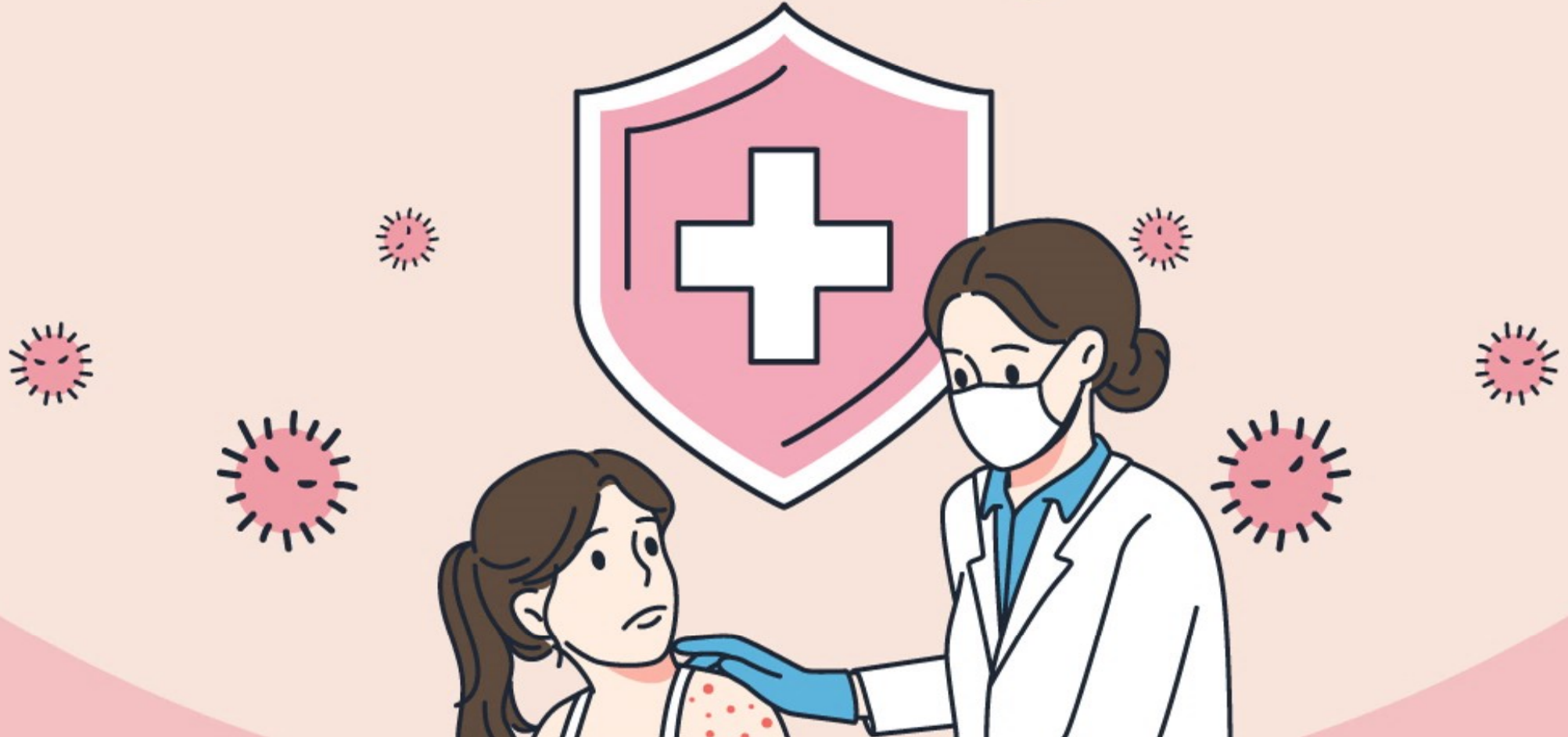


दादुरा रोकथामको जानकारी  
तुरन्तै पत्ता लगाउनुहोस् र पहलियै  
सावधनी हपनाउनुहोस् !



यो एक संक्रामक रोग हो जुन थुक र हावा मार्फत फैलन्छ,  
जसतै खोक्दा वा हाच्छुग्दा,  
र अत्यधिक संक्रामक भएको विशेषता हो।

\* दादुरा विरुद्धको अपर्याप्त प्रतिरक्षात्मक क्षमता भएका व्यक्तिहरू बरिमीको नजिक भयमा ९०% भन्दा बढी संक्रमति हुन्छन्।

## + दादुराका मुख्य लक्षणहरू +

(इन्क्युबेशन अवधि ७-२१ दिन)

प्रोड्रोमल परियिड



ओसलैटर



रकिभरी अवधि



यो अत्यधिक संक्रामक अवधि हो,



घाँटीको पछाडि, कान मुनि शरीर,

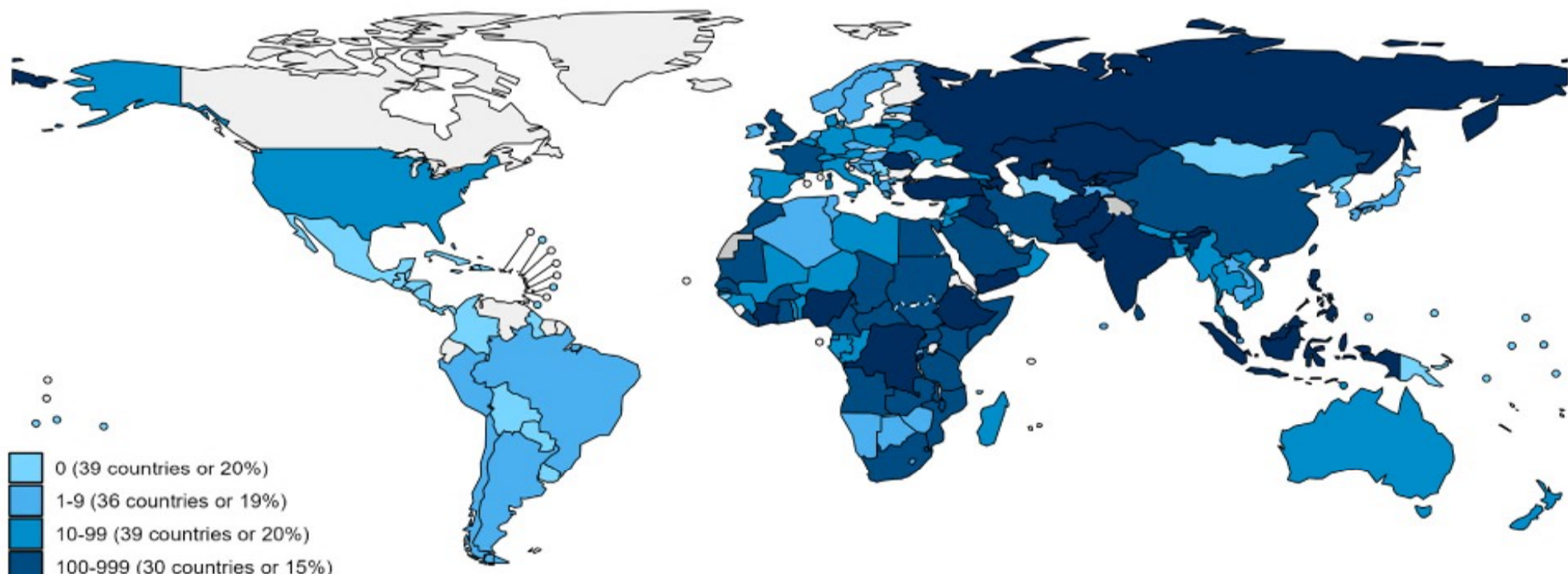


विमीराहरू हरायदै जान्छ र

वशिवभर दादुराका बरिमीको संख्या बढरिहेको छ,  
वैदेशकि यात्रा बढेसँगै नागरकिमा दादुराको  
संक्रमण हुने सम्भावना बढ्दै गएको छ ।

## + दादुरा रोगिको प्रकोप विस्तार क्षेत्रहरू +

मुख्यतया युरोप. मध्य पूर्व. दक्षणिपूर्व एशियामा छरिएको प्रकोप र महामारीहरू जारी छन्





## यात्रा अर्घा

- ✓ दादुरा खोप (MMR) 2डोज लगाएको छ क छैन जाँच गर्नुहोस्।
- ✓ खोप लगाइएको छ क छैन जf 28f]h nufPsf] छैन भन्ने अनश्चित हुनुहुन्छ भने, प्रस्थान गर्नुभन्दा 4 देखि 6 हप्ता अर्घा चिकित्सा संस्थामा जानुहोस् र 4-हप्ताको अन्तरालमा द्वडोज लगाउनुहोस्



## यात्रा गर्दा

- ✓ भीडभाड हुने ठाउँहरूमा, मास्क लगाउने, हात धुने र खोक्दा शषिटाचार जस्ता व्यक्तगत सरसफाइका नयिमहरू पालना गर्नुहोस्।



## प्रवेश गर्दा

- ✓ प्रवेश गर्दा ज्वरो वा निमीरा आदि देखाएपछि क्वारेन्टाइन अक्षविनीयार्न



मास्क लगाउने र अरूसँग दुरी कम गर्ने र चिकित्सा संस्थाहरूमा जानुहोस्।  
(सार्वजनिक यातायात प्रयोग नगर्नुहोस्)



‘वदिश यात्रा’ बारे मेडिकल स्टाफलाई जानकारी दनुहोस्



## + उमेर अनुसार दादुरा खोप तालिका +

| उमेर  | खोप वधि   |
|---|---|
| 0 ~ 5 महनिा   | खोप लगाउनु आवश्यक छैन   |
| <p style="text-align: center;"><b>जन्मेको 6 देखि 11 महनिा (त्वरति खोप*)</b></p> <p style="text-align: center;">* खोप तालिका अपरहियरूपमा पालना गर्न नसकेको खण्डमा, तुरुन्तै रोगप्रतिरोधात्मक प्राप्त गर्न आवश्यक हुन्छ</p> | <p style="text-align: center;"><b>वदिश यात्रा गर्दा एक पटक खोप</b></p> <p style="text-align: center;">* 12 महनिाको उमेर अघि MMR खोपलाई खोपको संख्यामा समावेश गरिएको छैन, पछि खोपको तालिका अनुसार दृपटक खोप आवश्यक हुन्छ ।</p> |
| जन्मेको 12 देखि 15 महनिामा (समयमै खोप लगाउने)   | पहिलो खोप   |
| 4 देखि 6 वर्षका बालबालिकाहरूलाई (समयमै खोप लगाउने)  | दोस्रो खोप  |
| युवा र वयस्क*   | <p style="text-align: center;"><b>※ प्रतरिक्षाको कुनै प्रमाण छैन</b></p> <p style="text-align: center;">न्यूनतम द्द हप्ताको दूरीमा दुई पटक १कमतीमा एक पटक० खोप लगाउन सकिन्छ</p>   |

\*सन् 1968 जनवरी जतारीक अघि जन्मनुभएको हो भने, दादुरा विरुद्ध प्रकृतिक प्रतरिरोधात्मक क्षमता निर्धारित भएकोले खोप लगाउन आवश्यक छैन।

**※ दादुरा रोग प्रतरिरोधात्मक क्षमताको कुनै प्रमाण छैन भने**

वादेश यात्रा गर्नु अघाँ दादुरा  
रोकथाम नाथिमहूर जाँच गर्नुहोस्  
र रमाइलो यात्रा गर्नुहोस्!

