साइटोमेगालोवायरस (CMV) गर्भावस्था के दौरान माताओं से शिशुओं को होने वाला सबसे आम संक्रमण है।

अनुमान है कि ऑस्ट्रेलिया में प्रति वर्ष 2000 बच्चे CMV से संक्रमित पैदा होते हैं। इनमें से लगभग 400 लंबे समय के लिए विकलांग हो जाएँगे, इसमें बहरा हो जाना भी शामिल है।

अधिक जानकारी प्राप्त करना चाहते/चाहती हैं?

ऑस्ट्रेलियाई सरकार:
स्वास्थ्य-विभाग (Department of Health)
गर्भावस्था में देखभाल के लिए दिशानिर्देश
health.gov.au/resources/pregnancy-care-guidelines/

ऑस्ट्रेलिया की कॉन्जेनिटल (जन्मजात) सीएमवी एसोसिएशन (Congenital CMV Association of Australia)
cmv.org.au

Cerebral Palsy Alliance
cerebralpalsy.org.au/cmv/

NHMRC
स्वस्थ बने रहना – बच्चों की प्रारम्भिक शिक्षा व देखभाल सेवाओं में संक्रामक रोगों की रोकथाम करना (5वाँ संस्करण)

वायरोलॉजी रिसर्च लेबोरेटरीज़,
POW हॉस्पिटल, UNSW
virologyresearch.unsw.edu.au

की एक पहल

CMV के बारे में और अधिक जानकारी के लिए या और अधिक CMV पत्रिकाएँ ऑर्डर करने के लिए **यहाँ स्कैन करें**

निम्नलिखित की एक पहल

Cerebral Palsy ALLIANCE

acm Australian College of Midwives

CMV AUSTRALIA

गर्भावस्था में CMV के खतरे को कम करें

ध्यान से धोएँ
ध्यान से चुंबन करें
चीज़ें साझा न करें

CMV क्या है?
साइटोमेगालोवायरस (सीएमवी) संक्रमण

CMV क्या है?

साइटोमेगालोवायरस (CMV) एक सामान्य वायरस है जो शरीर के तरल पदार्थों के संपर्क में आने से फैलता है।

CMV से संक्रमित अधिकांश स्वस्थ लोग ठीक रहेंगे। कुछ में फ़्लू जैसे लक्षण होंगे, जैसे बुख़ार और थकान।

यदि कोई गर्भवती महिला CMV से संक्रमित होती है, तो इस बात का ख़तरा है कि उसका अजन्मा बच्चा भी संक्रमित हो जाएगा। इसे जन्मजात CMV कहा जाता है। जबकि CMV के साथ पैदा होने वाले अधिकांश बच्चे स्वस्थ रहेंगे, लेकिन जन्मजात CMV बहरापन, सेरिब्रल पाल्सी और सीखने की समस्याओं जैसी विकलांगताओं का कारण बन सकता है। CMV से मृतजन्म (स्टिलबर्थ) भी हो सकता है।

छोटे बच्चे अपने देखभाल करने वालों को, अपने मूत्र, लार और नाक के बलग़म के द्वारा, इस वायरस से संक्रमित कर सकते हैं।

जो लोग छोटे बच्चों की देखभाल करते हैं या उनके साथ काम करते हैं, उनमें संक्रमण होने का ख़तरा अधिक होता है।

सभी गर्भवती महिलाएँ और जो गर्भधारण की योजना बना रही हैं, वे CMV के जोखिम को कम करने के लिए आसान उपायों का पालन कर सकती हैं।

गर्भावस्था में अपने CMV के खतरे को कम कैसे करें

ध्यान से धोएँ

ध्यानपूर्वक हाथ धोएँ, खासकर नैप्पियाँ बदलने और नाक साफ करने के बाद

ध्यान से चुंबन करें

छोटे बच्चों को होठों पर चुंबन करने से परहेज करें, इसके बजाए माथे पर चुंबन करें

चीज़ें साझा न करें

छोटे बच्चों के साथ भोजन, पेय पदार्थ या चम्मच आदि साझा न करें और बच्चों की डम्मी या टूथब्रश अपने मुंह में डालने से बचें

यदि हाथ धोने संभव न हों, तो एल्कोहल आधारित हैंड सेनेटाइज़र बढ़िया विकल्प होते हैं।

ये कदम ज़ुकाम/फ्लू और दस्त जैसे अन्य रोगों के खतरे को भी कम करेंगे। स्वच्छता के अच्छे अभ्यास परिवारों तथा बच्चों को स्वस्थ और सुदृढ़ बनाए रखते हैं।

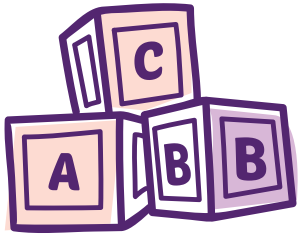
क्या आप CMV के लिए जाँच करा सकती हैं?

सभी गर्भवती महिलाओं को CMV के लिए स्क्रीनिंग कराने की सलाह नहीं दी जाती है। यदि किसी महिला को CMV होने का संदेह है (उसमें लक्षण दिखाई देते हैं या अल्ट्रासाउंड के परिणाम असामान्य है) तो उसे जाँच कराने सलाह दी जा सकती है।

गर्भावस्था के दौरान CMV से संक्रमित माताओं के पैदा हुए बच्चों की या सुनने की शक्ति की जाँच में विफल रहने वाले नवजात बच्चों की CMV के लिए जाँच कराने का सुझाव दिया जाता है।

CMV से संक्रमित पैदा हुए बच्चों की सुनने व देखने की शक्ति की नियमित रूप से जाँच करवानी चाहिए। कभी-कभी, हो सकता है जन्म के समय इन समस्याओं का पता न चले।

क्या CMV का इलाज किया जा सकता है?

गर्भवती महिलाओं को, जिनमें CMV के होने का पता चलता है, उन्हें उपचार के विकल्पों पर चर्चा करने के लिए डॉक्टर से मिलना चाहिए।

प्रारंभ में एंटीवायरल उपचार उन बच्चों की मदद कर सकता है जो CMV से संक्रमित हैं और जन्म के समय बीमार हैं। उपचार के बारे में डॉक्टर से चर्चा करनी चाहिए।