# ജാപ്പനീസ് എൻസെഫലൈറ്റിസ്
# Japanese encephalitis

## എന്താണ് ജാപ്പനീസ് എൻസെഫലൈറ്റിസ്?

ജാപ്പനീസ് എൻസെഫലൈറ്റിസ് വൈറസ് മൂലമുണ്ടാകുന്ന അപൂർവവും എന്നാൽ ഗുരുതരവുമായ അണുബാധയാണ്. രോഗം ബാധിച്ച കൊതുകുകൾ വഴിയാണ് ഇത് മനുഷ്യരിലേക്ക് പടരുന്നത്.

## ജാപ്പനീസ് എൻസെഫലൈറ്റിസ് ലക്ഷണങ്ങൾ എന്തൊക്കെയാണ്?

ജാപ്പനീസ് എൻസെഫലൈറ്റിസ് ബാധിച്ചവരിൽ ഭൂരിഭാഗം പേർക്കും രോഗലക്ഷണങ്ങളൊന്നുമില്ല.

ചില ആളുകൾക്ക് ഇതുപോലുള്ള ലക്ഷണങ്ങൾ ഉണ്ടാകാം:

- പനി
- തലവേദന
- ശര്ദ്ധി

ഗുരുതരമായ അണുബാധയുള്ള ആളുകൾക്ക് (ഓരോ 250 ആളുകളിൽ 1 ആൾക്ക്) ഇതുപോലുള്ള ലക്ഷണങ്ങൾ ഉണ്ടാകാം:

- കഴുത്ത് വേദന
- വകതിരിവില്ലായ്മ
- വിറയൽ
- ബോധക്ഷയം
- അപസ്മാരം
- പക്ഷാഘാതം

ഈ ലക്ഷണങ്ങളിൽ ഏതെങ്കിലും നിങ്ങൾക്ക് പിടിപെട്ടാൽ ഉടൻ തന്നെ ഒരു ഡോക്ടറെ ബന്ധപ്പെടുക, അല്ലെങ്കിൽ മൂന്നു പൂജ്യം (000) എന്ന അടിയന്തിര നമ്പറിൽ വിളിക്കുക അല്ലെങ്കിൽ നിങ്ങളുടെ അടുത്തുള്ള അത്യാഹിത വിഭാഗം സന്ദർശിക്കുക.

കഠിനമായ അണുബാധയുള്ളവരിൽ, ചിലർക്ക് ആജീവനാന്ത നാഡീസംബന്ധമായ സങ്കീർണതകളോ മരണമോ ഉണ്ടായേക്കാം.

രോഗം ബാധിച്ചെങ്കിൽ , കൊതുകുകൾ കടിച്ച് 5 മുതൽ 15 ദിവസം വരെ കഴിയുമ്പോൾ അവ പ്രത്യക്ഷപ്പെടാം.

## എങ്ങനെയാണ് ജാപ്പനീസ് എൻസെഫലൈറ്റിസ് വൈറസ് പടരുന്നത്?

ജാപ്പനീസ് എൻസെഫലൈറ്റിസ് വൈറസ് ഉള്ള ഒരു മൃഗത്തെ (പന്നികൾ അല്ലെങ്കിൽ ജലപക്ഷികൾ പോലുള്ളവ) കൊതുക് കടിക്കുമ്പോൾ ഇത് പടരുന്നു, തുടർന്ന് ഈ കൊതുക് മനുഷ്യനെ കടിക്കുന്നു.

മറ്റ് മനുഷ്യർക്ക് ജാപ്പനീസ് എൻസെഫലൈറ്റിസ് വൈറസ് നൽകാൻ മനുഷ്യർക്ക് കഴിയില്ല. രോഗം ബാധിച്ച മൃഗത്തെ സ്പർശിച്ചോ മൃഗ ഉൽപ്പന്നങ്ങൾ കഴിച്ചോ മനുഷ്യർക്ക് ജാപ്പനീസ് എൻസെഫലൈറ്റിസ് വൈറസ് ബാധിക്കില്ല.

## ആർക്കാണ് ജാപ്പനീസ് എൻസെഫലൈറ്റിസ് വൈറസ് പിടിപെടാനുള്ള സാധ്യത കൂടുതലുള്ളത്?

ജാപ്പനീസ് എൻസെഫലൈറ്റിസ് വൈറസ് പിടിപെടാൻ സാധ്യതയുള്ളവർ:

- ഉയർന്ന അപകടസാധ്യതയുള്ള പ്രദേശങ്ങളിൽ ജോലി ചെയ്യുന്ന അല്ലെങ്കിൽ ബാഹ്യ പ്രവർത്തനങ്ങൾ ചെയ്യുന്ന ആളുകൾ (ഉദാ. ക്യാമ്പിംഗ്, മത്സ്യബന്ധനം, കാൽനടയാത്ര, പൂന്തോട്ടപരിപാലനം).
- പന്നിവളർത്തലുകൾക്ക് സമീപം ജോലി ചെയ്യുന്നവരോ താമസിക്കുന്നവരോ (കൊതുക് ബാധിച്ചാൽ, പന്നികൾക്ക് ഉയർന്ന അളവിലുള്ള വൈറസ് ബാധിക്കാം, കടിച്ചാൽ കൂടുതൽ കൊതുകുകളെ ബാധിക്കും)

© NSW Ministry of Health. SHPN (HPNSW) 220142. October 2022.

## നിങ്ങൾക്ക് ജാപ്പനീസ് എൻസെഫലൈറ്റിസ് ഉണ്ടെന്ന് എങ്ങനെ അറിയാം?

മുകളിൽ ലിസ്റ്റുചെയ്തിരിക്കുന്ന ലക്ഷണങ്ങൾ നിങ്ങൾക്കുണ്ടെങ്കിൽ, വൈറസ് കണ്ടുപിടിക്കാൻ ഡോക്ടർ ഒരു പരിശോധന നടത്തിയേക്കാം. രക്തത്തിന്റെയോ സുഷുമ്നാ ദ്രാവകത്തിന്റെയോ സാമ്പിളുകളിൽ ജാപ്പനീസ് എൻസെഫലൈറ്റിസിനുള്ള ആന്റിബോഡികളുടെ അളവ് ഒരു ഡോക്ടർക്ക് മനസിലാക്കാം.

## ജാപ്പനീസ് എൻസെഫലൈറ്റിസ് എങ്ങനെയാണ് ചികിത്സിക്കുന്നത്?

ജാപ്പനീസ് എൻസെഫലൈറ്റിസിന് പ്രത്യേക ചികിത്സയില്ല. രോഗലക്ഷണങ്ങളുള്ള രോഗികൾക്ക് പലപ്പോഴും ആശുപത്രി പിന്തുണയും ചിലപ്പോൾ തീവ്രപരിചരണവും ആവശ്യമാണ്.

## ജാപ്പനീസ് എൻസെഫലൈറ്റിസ് വൈറസ് എങ്ങനെ ഒഴിവാക്കാം?

ജാപ്പനീസ് എൻസെഫലൈറ്റിസ് ഒഴിവാക്കാനുള്ള ഏറ്റവും നല്ല മാർഗം കൊതുകുകടി ഏൽക്കാതിരിക്കുക എന്നതാണ്.

സ്വയം പരിരക്ഷിക്കുക:

- കീടനാശിനി ഉപയോഗിക്കുക. മികച്ച കൊതുകു നാശിനികളിൽ diethyltoluamide (DEET), picaridin അല്ലെങ്കിൽ നാരങ്ങ യൂക്കാലിപ്റ്റസ് എണ്ണ എന്നിവയുണ്ട്.
- പുറത്തുള്ളപ്പോൾ നീളമുള്ളതും അയഞ്ഞതും ഇളം നിറത്തിലുള്ളതുമായ വസ്ത്രങ്ങൾ ധരിക്കുക, മൂടിയ ഷൂസ് ധരിക്കുക
- കൊതുകുകൾ ഏറ്റവും സജീവമായിരിക്കുന്ന പ്രഭാതത്തിലും സന്ധ്യാസമയത്തും ധാരാളം സമയം പുറത്ത് ചെലവഴിക്കരുത്
- എല്ലാ ജനലുകളും വാതിലുകളും വെന്റുകളും മറ്റ് പ്രവേശന കവാടങ്ങളും പ്രാണികൾ കടക്കാത്ത സ്ക്രീനുകൾ കൊണ്ട് മൂടുക
- കൊതുകുകൾ പെരുകാൻ സാധ്യതയുള്ള നിങ്ങളുടെ വീടിന് ചുറ്റും വെള്ളം കെട്ടിനിൽക്കുന്ന പാത്രങ്ങൾ നീക്കം ചെയ്യുക
- മുറികൾ വൃത്തിയാക്കാനും ഒരു പ്രദേശത്ത് നിന്ന് കൊതുകുകളെ തുരത്താനും കീടനാശിനി സ്പ്രേകൾ, നീരാവി വിതരണ യൂണിറ്റുകൾ (അകത്ത്), കൊതുക് ചുരുളുകൾ (പുറത്ത്) എന്നിവ ഉപയോഗിക്കുക.
- നിങ്ങൾ ക്യാമ്പിംഗിന് പോകുകയാണെങ്കിൽ കൊതുക് വലകളോ സ്ക്രീനുകളോ ഉപയോഗിക്കുക

## ജാപ്പനീസ് എൻസെഫലൈറ്റിസ് വാക്സിനേഷൻ

ജാപ്പനീസ് എൻസെഫലൈറ്റിസ് വാക്സിൻ 2 മാസവും അതിൽ കൂടുതലുമുള്ള ആളുകൾക്ക് സുരക്ഷിതവും ഫലപ്രദവുമാണ്.

ജാപ്പനീസ് എൻസെഫലൈറ്റിസ് വൈറസ് വരാനുള്ള സാധ്യത കൂടുതലുള്ളവർക്ക് വാക്സിനേഷൻ ശുപാർശ ചെയ്യുന്നു.

ആർക്കൊക്കെ സൗജന്യ വാക്സിൻ ലഭിക്കും എന്നതിനെക്കുറിച്ച് കൂടുതലറിയുക.

ഉയർന്ന അപകടസാധ്യതയുള്ള രാജ്യങ്ങളിലേക്ക് യാത്ര ചെയ്യുന്ന ചില ആളുകൾക്കും വാക്സിൻ ശുപാർശ ചെയ്യുന്നു.

നിങ്ങൾക്ക് വാക്സിൻ എടുക്കാൻ കഴിയുമെന്ന് നിങ്ങൾ കരുതുന്നുവെങ്കിൽ, ഇന്ന്തന്നെ നിങ്ങളുടെ പ്രാദേശിക ഡോക്ടറുമായി സംസാരിക്കുക. നിങ്ങൾക്ക് ഭാഷാ പിന്തുണ ആവശ്യമുണ്ടെങ്കിൽ, 131450 എന്ന നമ്പറിൽ വിവർത്തന, വ്യാഖ്യാന സേവനത്തെ (TIS) വിളിക്കുകയും 1800 022 222 എന്ന നമ്പറിൽ ഹെൽത്ത് ഡയറക്റ്റ് ആവശ്യപ്പെടുകയും ചെയ്യുക.

© NSW Ministry of Health. SHPN (HPNSW) 220142. October 2022.