වසංගත රෝග විද්‍යා අංශය

සෞඛ්‍ය ආරක්ෂණ හා පෝෂණ අමාත්‍යාංශය

231, ද සේරම් පෙදෙස, කොළඹ 01000

දුර: (+94 11) 2695112, 4740490, 4740491, 4740492 , 2681548 ෆැක්ස්: (+94 11) 2696583 ඊ මේල්: chepid@sltnet.lk, epidunit@sltnet.lk වෙබ්: www.epid.gov.lk

2009 ඔක්තෝබර් 18 දින

<u>පුවත්පත් නිවේදනය</u>

H_1N_1 ඉන්ෆ්ලුවන්සා වසංගතය

පසුගිය දින කිහිපය තුළ දිවයිනේ පාසල් කිහිපයකින් සිසුන් කිහිප දෙනෙක් H_1N_1 ඉන්ෆ්ලුවන්සා රෝගයෙන් පෙළෙන බව තහවුරු වීමත් සමග මෙම වසංගතය රට තුළ පුළුල් ලෙස පැතිර යාමේ අවදානමක් හඳුනා ගෙන ඇත. මෙම රෝගයෙන් පෙළුණු මුල් රෝගියා ශ්‍රී ලංකාවෙන් වාර්තා වූයේ පසුගිය ජුනි මස 15 වන දා වන අතර එතැන් සිට ඔක්තෝබර් 16 වන විට තහවුරු වූ රෝගීන් 115 ක් වාර්තා වී ඇත. මොවුන් ගෙන් අති මහත් බහුතරයක් විදේශ රටවල් වලින් මෙහි පැමිණි අයවළුන් වූ අතර ඉතිරිය එම රෝගීන්ගේ සමීප ආශ්‍රිතයෝ වූහ.

මෙතෙක් මෙම රෝගය රට තුළ පැතිරීම පාලනය කිරීම සඳහා ක්‍රියාත්මක වූ විධි විධාන වෙනුවට රෝගය නිසා සමාජය කෙරෙහි ඇතිවන බලපෑම අවම කිරීම සඳහා සකස් කරන ලද නව විධි විධාන දැනට පවතින තත්වය යටතේ ක්‍රියාත්මක කෙරෙනු ඇත.

මෙම විධි විධාන සඳහා පාදක කරනු ලබන්නේ මෙම රෝගය දැඩි ලෙස සංකූලතා හා මරණ ඇති කරන දරුණු රෝගයක් නොවන බව මෙතෙක් ලැබී ඇති දත්ත මගින් අනාවරණය වීමයි. H_1N_1 ඉන්ෆ්ලුවන්සා උණ රෝගය ද සාමාන්‍ය සෙම්ප්‍රතිශ්‍යා උණෙහි රෝග ලක්ෂණ (උණ, සෙම්ප්‍රතිශ්‍යාව, කැස්ස, උගුරේ ආසාදනය, හිසරදය හා ඇඟපත වේදනාව) පෙන්වන අතර මේවා දින කිහිපයක් සිට සතියක් දක්වා කාලයක් පැවතිය හැකිය. දරුණු රෝග ලක්ෂණ (තද උණ, ශ්වසන අපහසුතා, ආහාර හෝ දියර ගැනීමට අපහසුව ආදිය) නොපෙන්වන සාමාන්‍ය H_1N_1 ඉන්ෆ්ලුවන්සා රෝග තත්වයන් හට සාමාන්‍ය සෙම්ප්‍රතිශ්‍යා උණ සඳහා ලබාදෙන ප්‍රතිකාර සෑහෙන අතර ප්‍රති වෛරස් ඖෂධ අවශ්‍ය නොවේ.

H_1N_1 ඉන්ෆ්ලුවන්සා රෝගය සඳහා ක්‍රියාත්මක කරනු ලබන විශේෂ විධි විධාන පහත දැක්වේ.

1. රෝහල් වලට පැමිණෙන සෙම්ප්‍රතිශ්‍යා උණ රෝගීන් ගේ රෝග තත්වය සලකා බැලීමෙන් අනතුරුව දරුණු හෝ වර්ධනය වන රෝග ලක්ෂණ සහිත රෝගීන් පමණක් රෝහල් වලට ඇතුළු කරනු ලබන අතර අවශ්‍ය පරිදි ඔවුන් නිශ්චිත රසායනාගාර පරීක්ෂණය සඳහා යොමු කර ප්‍රති වෛරස ප්‍රතිකාර ලබා දෙනු ලැබේ.
2. සුළු රෝග තත්වයන් පෙන්වන රෝගීන් බාහිර රෝගීන් ලෙස සලකා සාමාන්‍ය සෙම්ප්‍රතිශ්‍යා උණ රෝගයට නියමිත ප්‍රතිකාර සහ නිසි උපදෙස් ලබා දෙනු ලැබේ.
3. වෛද්‍ය පර්යේෂණ ආයතනයේ (MRI) මෙම රෝගයට නිශ්චිත රසායනාගාර පරීක්ෂණය සඳහා පහසුකම් ඇති අතර මෙම පරීක්ෂණය රෝහල්ගත අදාල රෝගීන් සඳහා පමණක් සීමා කෙරෙනු ඇත.

මෙම වසංගතය පාලනය කිරීම සඳහා ලෝක සෞඛ්‍ය බලධාරීන් විසින් අනුමත අනෙකුත් රටවල ක්‍රියාත්මක කරනු ලැබූ විධි විධාන මෙහිදී අනුගමනය කරනු ලැබේ. එම නිසා මෙම රෝගය සඳහා අනවශ්‍ය බියක් හෝ කලබලයක් ඇති කර නොගෙන අවශ්‍ය සෞඛ්‍යාරක්ෂිත උපදෙස් පිළිපදින මෙන් සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය ඉල්ලා සිටී.

H_1N_1 ඉන්ෆ්ලුවන්සා රෝගීන් සඳහා උපදෙස්

1. ඔබට නියම කරන ලද ඖෂධයන්හි (උදා: උණ පාලනය කිරීම සඳහා පැරසිටමෝල්) නියමිත මාත්‍රා නිසි පරිදි භාවිතා කරන්න.
2. ඇඳ විවේකය ලබා ගන්න.
3. වැඩිපුර දියර වර්ග පානය කරන්න.
4. පෝෂ්‍යදායී ආහාර ලබා ගන්න.
5. පවුලේ සාමාජිකයන් හට රෝගය පැතිරීමෙන් වැළැක්වීම සඳහා වෙන් ව සිටින්න. හැකිනම් මුඛ ආවරණයක් පළඳින්න.
6. නිතර සබන් යොදා හොඳින් අත් සෝදන්න.
7. කහින හා කිවිසින අවස්ථා වලදී දෑත් වලින් මුඛය හා නාසය ආවරණය කිරීමෙන් වළකින්න. පිරිසිදු ලේන්සුවක් හෝ ටිෂූ කඩදාසි මේ සඳහා භාවිතා කරන්න. එකී ටිෂූ කඩදාසි ආරක්ෂිතව බැහැර කරන්න. ලේන්සු තෙත්වූ වහාම සබන් දා සෝදා ගන්න.
8. ඔබේ රෝග ලක්ෂණ අඩු නොවන්නේ නම් හෝ දරුණු වන්නේ නම් හෝ පහත දක්වෙන අවදානම් රෝග ලක්ෂණ හට ගනී නම් වහාම සුදුසුකම් ලත් වෛද්‍යවරයෙකු හමුවන්න.

- සිරුර තදබල ලෙස දුර්වල වීම
- තද උණ
- සිහි මූර්ජා වීම
- හුස්ම ගැනීමට අපහසු වීම
- වලිප්පුව
- දියර වර්ග පානය කිරීමට නොහැකි වීම

සැ.යු. පහත දක්වන කණ්ඩායම් වලට අයත් H_1N_1 ඉන්ෆ්ලුවන්සා රෝගීන් මෙම රෝගයේ සංකූලතා කෙරෙහි වැඩි අවදානමක් දරන හෙයින් ඔවුන් තමන්ගේ රෝගී තත්වය පිළිබඳ වඩාත් සැලකිය යුතුයි. රෝග ලක්ෂණ දරුණු වුවහොත් ඔවුන් වහාම වෛද්‍ය ප්‍රතිකාර සඳහා යොමු විය යුතුයි.

- අවු: 2 ට වඩා අඩු දරුවන්
- අවු: 65 ට වඩා වැඩි වැඩිහිටියන්
- ගර්භනී මව්වරුන්
- පහත දක්වෙන රෝග තත්වයන් ගෙන් පෙළෙන්නන්
  - ඇදුම ඇතුළු නිදන්ගත පෙනහළු රෝග සහිත රෝගීන්
  - හෘද හා රුධිර වාහිනී රෝගයන් ගෙන් පෙළෙන රෝගීන් (අධික රුධිර පීඩනය ඇති රෝගීන් හැර) රුධිර සෛල සම්බන්ධ නිදන්ගත රෝගයන් ගෙන් පෙළෙන්නන්
  - දියවැඩියා රෝගීන්
  - ප්‍රතිශක්තිය හීන වූ රෝගීන් (H_1N_1 ඉන්ෆ්ලුවන්සා රෝගීන් ඇතුළුව)
  - දීර්ඝකාලීන ලෙස ඇස්ප්‍රීන් ලබා ගන්නා අවුරුදු 19 ට අඩු පුද්ගලයන්

වෛද්‍ය පී. ජී. මහීපාල
නියෝජ්‍ය අධ්‍යක්ෂ ජනරාල් (ම. සෞ. සේ.)
සෞඛ්‍ය ආරක්ෂණ හා පෝෂණ අමාත්‍යාංශය