## जापानिज इन्सेफलाइटिस जोखिमयुक्त क्षेत्रहरू

- धानखेत तथा स्थिर पानी भएका तथा पानी जमेका क्षेत्रहरू
- सुँगुर तथा हाँस फार्म नजिकका बस्ती

## जापानिज इन्सेफलाइटिसका लक्षणहरू

***सामान्य लक्षणहरु :***

- ज्वरो आउनु
- टाउको दुख्नु
- वाकवाकी लाग्नु वा बान्ता हुनु
- कमजोरी महसुस हुनु

***गम्भीर लक्षणहरू :***

- उच्च ज्वरो (१०२ डिग्री फरेनहाइट भन्दा बढी)
- टाउको बेसरी दुख्नु
- शरीरमा कम्पन हुनु
- अर्धचेत वा बेहोस हुनु
- शारीरिक कमजोरी वा पक्षाधात हुनु
- कोमामा पुग्नु

**गम्भीर अवस्थामा मस्तिष्कमा स्थायी क्षति, पक्षाघात वा मृत्यु पनि हुन सक्छ ।**

## कस्ता व्यक्ति बढी जोखिममा हुन्छन्?

- १५ वर्षमुनिका बालबालिका
- धानबाली, सुँगुर तथा हाँस फार्म नजिकका बासिन्दा
- कृषक तथा ग्रामीण क्षेत्रका मानिसहरू
- प्रकोप प्रभावित क्षेत्रमा यात्रा गर्ने वा बसाइँ सर्नेह

## जापानिज इन्सेफलाइटिसबाट कसरी जोगिने?

**यो रोगको कुनै निश्चित उपचार छैन, तर यसबाट जोगिन सकिन्छ ।**

***कसरी जोगिन सकिन्छ ?***

**१. खोप लगाऔं (सबैभन्दा प्रभावकारी उपाय) :**

- जापानिज इन्सेफलाइटिसविरुद्धको खोप सुरक्षित र प्रभावकारी छ
- नेपाल सरकारले जापानिज इन्सेफलाइटिस विरुद्धको खोप राष्ट्रिय खोप कार्यक्रममा समावेश गरेको छ ।
- १२ महिनाका बालबालिका वा छुट भएमा ५ वर्षसम्म लगाउन सकिन्छ ।

**२.लामखुट्टेको टोकाइबाट बच्ने उपायहरू :**

- झुल प्रयोग गरेर सुत्ने ।
- घर बाहिर जाँदा लामो बाहुला भएको लुगा र पाइन्ट वा सुरुवाल लगाउने, लामखुट्टे धपाउने मलम (Mosquito repellent) लगाउने ।
- घरभित्र लामखुट्टे धपाउने धूप वा स्प्रे प्रयोग गर्ने ।

**३.लामखुट्टे नियन्त्रण गर्ने :**

- घर तथा घर वरिपरि पानी जम्न नदिने ।
- घर वरिपरि झाडी तथा फोहोर हटाउने ।
- पानी भण्डारण गर्ने भाँडाहरू छोपेर राख्ने ।

## यदि जापानिज इन्सेफलाइटिसको शङ्का लागेमा के गर्ने?

- यदि तपाइँ वा तपाइँको नजिकका कसैलाई तलका लक्षणहरू देखिएमा तुरुन्त नजिकको स्वास्थ्य केन्द्र, अस्पताल गई परामर्श लिने ।

- उच्च ज्वरो आउने, टाउको दुख्ने
- बेहोश हुने वा शरीरमा कम्पन हुने
- हिंड्न वा बोल्न गाह्रो हुने

**चाँडो उपचार गराएमा जटिलतारू घटाउन सकिन्छ ।**

## नेपालमा जापानिज इन्सेफलाइटिस

- यो रोग मुख्य रूपमा तराई र ग्रामीण क्षेत्रमा देखिएको छ ।
- मनसुनको समयमा (साउनदेखि कार्तिकसम्म) सङक्रमणको जोखिम बढी हुन्छ ।

## थप जानकारीका लागि

**सम्पर्क गर्ने स्थानहरू**

- नजिकको स्वास्थ्य केन्द्र
- स्थानीय तहको स्वास्थ्य शाखा
- स्वास्थ्य कार्यालय
- प्रादेशिक स्वास्थ्य निर्देशनालय
- परिवार कल्याण महाशाखा
- डब्लु.एच.ओ.आई.पी.डी.को फिल्ड कार्यालय

स्वास्थ्य कार्यालय तथा डब्लु.एच.ओ.फिल्ड कार्यालयका सम्पर्क नम्बरहरू तलको QR कोड स्क्यान गरी पाउन सक्नुहुनेछ ।

नेपाल सरकार
स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय
स्वास्थ्य सेवा विभाग
**परिवार कल्याण महाशाखा**

World Health Organization
Nepal

# जापानिज इन्सेफलाइटिस

## रोगबारे जनचेतनामूलक जानकारी

## जापानिज इन्सेफलाइटिस के हो?

जापानिज इन्सेफलाइटिस भाइरसबाट हुने मस्तिष्क सङक्रमण हो जुन सङक्रमित लामखुट्टेको टोकाइबाट सर्छ। यो मुख्य रूपमा ग्रामीण तथा कृषि क्षेत्रहरूमा देखिन्छ । धानबाली, दलदल र पानी जम्ने स्थानहरू लामखुट्टेहरूको लागि प्रजनन स्थल बन्ने हुनाले यस्ता क्षेत्रहरूमा सङक्रमणका जोखिम बढी हुन्छ । यदि यो गम्भीर अवस्थामा पुग्यो भने मस्तिष्क सुन्निने (Encephalitis), पक्षाघात, बेहोस हुने, कोमामा जाने वा ३० प्रतिशत सम्मको मृत्यु समेत हुन सक्छ ।

## जापानिज इन्सेफलाइटिस कसरी सर्छ?

- लामखुट्टेले सङक्रमित सुँगुर/बङगुर वा जङगली चराहरू-लाई टोकेर मानिसलाई टोक्दा यो रोग सर्छ ।
- यो एउटा मानिसबाट अर्को मानिसमा सर्दैन ।
- प्रमुख वाहक लामखुट्टे Culex species हो जुन साँझपख तथा झिसमिसे बिहानीको समयमा बढी सक्रिय हुन्छ ।