

ਦਫ਼ਤਰ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਸਿੱਖਿਆ ਅਫ਼ਸਰ (ਸੈ.ਸਿ.) ਬਠਿੰਡਾ

E-Mail id: deose.bathinda@punjabeducation.gov.in

ਵੱਲ

ਸਮੂਹ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ/ ਹੈਡ ਮਾਸਟਰ/ ਮਿਸਟ੍ਰੇਸ
ਜਿਲ੍ਹੇ ਦੇ ਸਮੂਹ ਸਰਕਾਰੀ/ ਏਡਿਡ/ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਸਕੂਲਜ
ਬਠਿੰਡਾ।

ਪੱਤਰ ਨੰ: ਜੀ-1/10/2022-23/

ਮਿਤੀ ਬਠਿੰਡਾ: 08.08.2022

ਵਿਸ਼ਾ: Advisory for HFMD (Hand, Foot, Mouth disease) ਦਾ ਪੰਜਾਬੀ ਰੂਪਾਂਤਰਣ।

ਹਵਾਲਾ: ਸਿਵਲ ਸਰਜਨ ਬਠਿੰਡਾ ਦੇ ਪੱਤਰ ਨੰਬਰ IDSP/22/407 ਮਿਤੀ 05-08-2022 ਸਬੰਧੀ।

ਵਿਸ਼ਾ ਅੰਕਿਤ ਹਵਾਲਾ ਪੱਤਰ ਦੇ ਸਬੰਧ ਵਿੱਚ ਸਮੂਹ ਸਕੂਲ ਮੁੱਖੀ ਸਾਹਿਬਾਨਾਂ ਨੂੰ ਲਿਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਨਾਲ ਲੱਗਦੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਿਆਂ ਵਿੱਚ HFMD (ਮੂੰਹ-ਖੁਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ) ਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਵਿੱਚ ਵਾਧੇ ਕਾਰਨ HFMD ਲਈ Advisory ਜਾਰੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਹੱਥ, ਪੈਰਾਂ ਅਤੇ ਮੂੰਹ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਵਾਇਰਸਾਂ ਕਾਰਨ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਛੂਤ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ। ਨਿਆਣਿਆਂ ਅਤੇ 05 ਸਾਲ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋਣ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਲੱਛਣ:

ਭੁੱਖ ਘੱਟ ਲੱਗਣਾ, ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਖਰਾਸ਼, ਬੇਚੈਨੀ, ਬੁਖਾਰ, ਮੂੰਹ/ਜੀਭ ਵਿੱਚ ਛਾਲੇ, ਹਥੇਲੀਆਂ ਅਤੇ ਤਲੀਆਂ ਉੱਤੇ ਮੈਕੂਲੋਪੈਪੂਲਰ ਧੱਫੜ ਅਤੇ ਨੱਤਾਂ/ਗੋਡੇ/ਜਨਨ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਦਿਖਾਈ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਸਾਰਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ:

ਥੁੱਕ, ਛਾਲਿਆਂ ਤੋਂ ਨਿਕਲਣ ਵਾਲੇ ਤਰਲ ਦੁਆਰਾ ਸਿੱਧੇ ਸੰਪਰਕ ਦੁਆਰਾ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਵਿੱਚ ਫੈਲਦਾ ਹੈ, ਇੱਕ ਸੰਕਰਮਤ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸੰਕਰਮਿਤ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਖੰਘਣ ਅਤੇ ਛਿੱਕਣ ਰਾਹੀਂ ਬੂੰਦਾਂ ਦੀ ਲਾਗ ਰਾਹੀਂ। ਦੂਸ਼ਿਤ ਵਸਤੂਆਂ ਜਿਵੇਂ ਖਿਡੌਣੇ, ਕੱਪੜੇ ਅਤੇ ਦੂਸ਼ਿਤ ਸਤਹਾਂ ਰਾਹੀਂ।

ਕੀ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਨਾ ਕਰਨਾ:

ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਅਤੇ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਧੋਣਾ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਡਾਇਪਰ ਬਦਲਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅਤੇ ਟਾਇਲਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ। ਜੇਕਰ ਬੱਚੇ ਵਿੱਚ ਲਾਗ ਦੇ ਲੱਛਣ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਘਰ ਵਿੱਚ ਅਲੱਗ ਰੱਖੋ, ਭੀੜ ਵਾਲੀਆਂ ਜਨਤਕ ਥਾਵਾਂ, ਪਲੇ-ਗਰੁੱਪ, ਪਬਲਿਕ ਟਾਂਸਪੋਰਟ ਅਤੇ ਸਕੂਲ/ਕਿੰਡਰ ਗਾਰਡਨ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ। ਗੰਦੀਆਂ ਸਤਹਾਂ ਅਤੇ ਗੰਦੀ ਵਸਤੂਆਂ ਨੂੰ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ ਅਤੇ ਫਿਰ ਰੇਗਾਣੂ ਮੁਕਤ ਕਰੋ। ਖੰਘਣ ਅਤੇ ਛਿੱਕਣ ਵੇਲੇ ਮੂੰਹ ਅਤੇ ਨੱਕ ਨੂੰ ਢੱਕੋ।

HFMD ਨਾਲ ਸੰਕਰਮਤ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਸੰਪਰਕ (ਚੁੰਮਣਾ, ਜੱਫੀ ਪਾਉਣਾ, ਭਾਂਡੇ ਸਾਂਝੇ ਕਰਨ) ਤੋਂ ਬਚੋ। ਜੇਕਰ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬੁਖਾਰ ਅਤੇ ਧੱਫੜ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮਾਅਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਸੂਚਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਡਾਕਟਰੀ ਦੇਖਭਾਲ:

ਸੰਕਰਮਤ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਮਾਮਲੇ ਵਿੱਚ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸਲਾਹ ਕਰਨ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਹੋਠ ਲਿਖੇ ਲੱਛਣ:- ਤੇਜ਼ ਬੁਖਾਰ ਘੱਟ ਪਿਸ਼ਾਬ ਆਉਣਾ, ਤੇਜ਼ ਸਾਹ ਲੈਣਾ, ਉਲਟੀ ਆਉਣਾ ਸੁਸਤੀ/ਵਿਟਸ। ਸੁਸਤ, ਫੀਡ ਦੇਣ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ।

ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਨੇੜਲੇ ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਂ HFMD ਲਈ ਨੇਡਲ ਅਫ਼ਸਰ ਨਾਲ ਸਲਾਹ ਕਰਨ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ।

ਡਾ. ਰਵੀਕਾਂਤ ਗੁਪਤਾ ਕਮਰਾ ਨੰ. 06,

Mewa Singh

ਵਮੈਨ ਐਂਡ ਚਿਲਡਰਨ ਹਸਪਤਾਲ, ਬਠਿੰਡਾ

ਨੱਥੀ: ਅਸਲ ਪੱਤਰ

ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਸਿੱਖਿਆ ਅਫ਼ਸਰ (ਸੈ.ਸਿ.)

ਬਠਿੰਡਾ

Advisory for Hand Foot and Mouth Disease HFMD

- **Case definition**
- **Clinical case definition Case of HFMD:**

Any child with:

- a. mouth / tongue ulcer and
- b. maculopapular rashes and /or vesicles on palms and soles
- c. with OR without history of fever

- **Suspected:**

A case that meets the clinical case definition.

- **Infection control**

- Proper hygiene including mandatory hand washing after contact with patient, appropriate cleanliness during diaper changes is imperative
 - Personal items such as spoons, cups and utensils should not be shared and should be properly washed with detergent after use;
 - The use of gowns may act as a useful protection for health personnel looking after these patients; and
 - Patients with HFMD should be isolated and the usual isolation procedures followed for infection control.
 - Articles such as toys contaminated by infected cases are disinfected with 0.5% sodium hypochlorite solutions
 - A high standard of food and personal hygiene is maintained by the institution involved which include proper waste and diapers disposal.
- **Right Method of Washing Hands**
 - Wet your hands** with clean, running water (warm or cold) and apply soap.
 - Rub your hands** together to make lather and scrub them well; be sure to scrub the backs of your hands, between your fingers, and under your nails.
 - Continue rubbing** your hands for at least 20 seconds. Need a timer? Hum the "Happy Birthday" song from beginning to end twice.
 - Rinse your hands** well under running water.
 - Dry your hands** using a clean towel or air dry them.
- **How do you use hand sanitizers?**
 - Apply the product to the palm of one hand.
 - Rub your hands together.
 - Rub the product over all surfaces of your hands and fingers until your hands are dry.
- **If the outbreak occurs in primary schools;**
 - Principals, teachers and supervisors shall be alerted to look out for children with fever, rash / blisters on palms and soles and to isolate them immediately. Screening before coming to class is recommended
 - Ensure that the infected children remain away from the institution for at least ten days after onset of symptoms and must be certified free from infection by a registered medical practitioner prior to returning to school
 - Health education to the students on the disease, mode of transmission, importance of good personal hygiene.
 - If closure is necessary, just closed the affected class. Closure of the whole school is unnecessary as HFMD in older children is usually very mild and so far no complication has been documented from this age group.
- **All Principal are requested that if any suspected case is found in their school, Kindly send the patient to Nodal Officer for HFMD**

Dr. Ravikant Gupta
Room No. 06,
Women & Children Hospital, Bathinda

IDSP/22/407

Dated 05.08.2022

To

The DEO Primary
DEO Secondary
Distt. Bathinda

Sub: - Advisory for HFMD (Hand foot mouth disease)
R/Sir

Due to increase in no. of patients of HFMD in adjoining districts advisory for HFMD is being released. Hand foot mouth is a contagious illness caused by different viruses. Infants and children younger than 05 years are more likely to get this disease.

SYMPTOMS:-

POOR APPETITE, SORE THROAT, MALAISE, FEVER, MOUTH/TONGUE ULCER, MACULOPAPULAR RASHES ON PALMS & SOLES AND MAY APPEAR ON BUTTOCKS/KNEE/GENITAL AREA.

HOW IS IT TRANSMITTED:-

- Spreads from person to person by direct contact through saliva, fluid from the blisters, fecal matter of an infected person.
- Through droplet infection via coughing and sneezing of any infected person.
- Through contaminated objects like toys, clothing and contaminated surfaces.

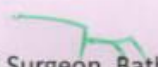
DO'S AND DON'T'S:-

- Washing of hands frequently and correctly with soap and water especially after changing the diapers and after using toilet.
- If the child shows signs of infection, keep the child isolated at home, away from crowded public places, play-group, public transport and school/kinder garden.
- Clean the dirty surfaces and soiled items including toys with soap and water and then disinfect them.
- Cover the mouth and nose when coughing and sneezing.
- Avoid close contact (Kissing, hugging, sharing utensils) with person infected with HFMD.
- If child presents with fever and rash, their parents should be informed immediately and should seek medical care.

PARENTS ARE ADVISED TO CONSULT THE DOCTOR IMMEDIATELY IN CASE THE INFECTED CHILD DEVELOPS THE FOLLOWING SYMPTOMS:- HIGH FEVER LETHARGY REFUSAL TO FEED
PASSING LESS URINE RAPID BREATHING VOMITING DROWSINESS/FITS.

PARENTS ARE ADVISED TO CONSULT THE NEARBY HOSPITAL OR CONSULT NODAL OFFICER FOR HFMD


Dr. Ravikant Gupta
Room No. 06,
Women & Children Hospital, Bathinda


Civil Surgeon, Bathinda

IDSP/22/408

Dated 05.08.2022

Copy to:- PA to DC Bathinda for information Please.
All SMO's/MO/s Distt. Bathinda for information and compliance.


Civil Surgeon, Bathinda