



Chet elga sayohat qilishga tayyorgarlik ko'ryapsizmi?

# Qizamiqning oldini olish qoidalarini bilib oling va oldindan saqlaning!



## Qizamiqning ta'rifi va belgilari



**Bu yo'talish yoki aksirish kabi tomchilar va havo orqali tarqaladigan yuqumli kasallik bo'lib, o'ta yuqumli kasallikdir.**

※ Qizamiqqa qarshi immuniteti etarli bo'lmagan odam bemor bilan aloqa qilganda, ularning 90% dan ortig'i infeksiyalanadi.

### + Qizamiqning asosiy belgilari +

(inkubatsiya davri 7-21 kun)

Prodromal davr



Toshma



Qayta tiklash davri



ya'ni yuqumli kasallikning yashirin davri. Bu juda yuqumli davr bo'lib, isitma, yo'tal, burun oqishi, kon'yunktivit va og'izda dog'lar paydo bo'lishiga olib keladi



Eritematoz toshmalar bo'yinning orqa qismida, quloq ostida, gavda, oyoq-qo'llar, kaftlar va oyoq tagida paydo bo'ladi.



Toshma yo'qolib, pigmentatsiya(dog'lar)ni qoldiradi.

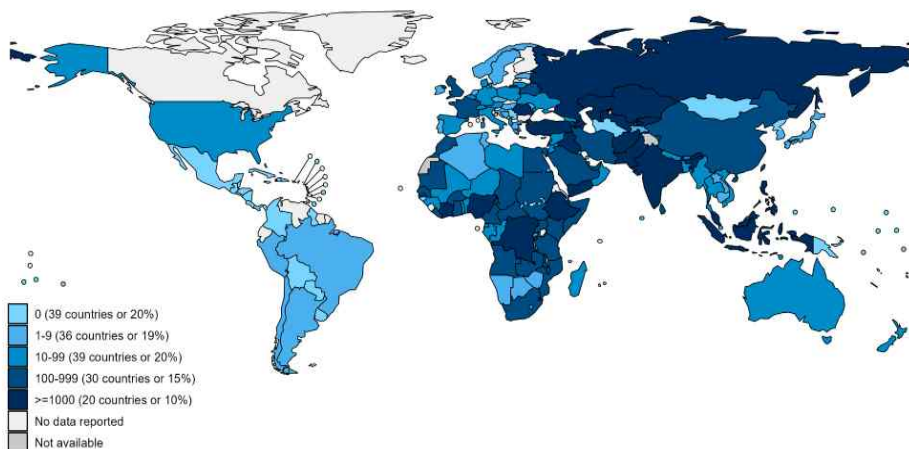
\* Bronxial pnevmoniya va krup, diareya va o'tkir ensefalit kabi nafas olish kasalliklari kabi asoratlari paydo bo'lishi mumkin

## + Qizamiqning asosiy avj olgan mamlakatlar +

Dunyo bo'ylab qizamiq bilan kasallanish ko'paymoqda\*va, Xorijga sayohatlarning ko'payishi tufayli fuqarolarning qizamiq bilan kasallanish ehtimoli ortib bormoqda.

### + Qizamiq bilan kasallanganlarning hududlar bo'yicha taqsimlanishi +

Asosan Yevropa, Yaqin Sharq va Janubi-Sharqiy Osiyoda sporadik epidemiyalar va epidemiyalar davom etmoqda



\* 2023 yilda dunyo bo'ylab qizamiq bilan kasallanganlar soni taxminan 300,000 ni tashkil etadi (JSST ma'lumotlariga ko'ra 2022 yilga nisbatan 1,8 baravar ko'p)

## + Chet elga sayohat qilishda qizamiqning oldini olish bo'yicha maslahatlar +

### Sayohatdan oldin



- ✓ Qizamiqqa qarshi vaktsina (MMR) ning ikkala dozasini olganingizni tekshiring.
- ✓ Agar siz ikkala dozani ham olmagan bo'lsangiz yoki emlanganligingizga ishonchingiz komil bo'lmasa, ketishdan 4-6 hafta oldin tibbiy muassasaga tashrif buyuring va 4 haftalik interval bilan ikkita dozani qabul qiling.



### Sayohat davomida

- ✓ Odamlar gavjum joylarda niqob taqish, qo'l yuvish, yo'tal odobi kabi shaxsiy gigiena qoidalariga rioya qiling.



### Sayohatdan qaytayotganda

- ✓ Kirish paytida isitma yoki toshmalar bo'lsa, karantin xodimiga xabar bering.

**Agar mamlakatga kirgandan keyin isitma yoki toshma kabi shubhali alomatlar paydo bo'lsa**



Tibbiyot muassasalariga niqob taqish va boshqalar bilan aloqani kamaytirgan holda tashrif buyuring.  
(jamoat transportidan foydalanishdan voz kechish)



Tibbiyot xodimlariga  
"chet elga sayohatlar tarixi" haqida ma'lumot berish



**Qizamiqqa qarshi emlash haqida nimalarni bilishingiz kerak**

**+Yoshga qarab qizamiqqa qarshi emlash standartlari +**

| Yoshi                                                                                                                                                                               | Emlash usuli                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 0 ~ 5 oylik                                                                                                                                                                         | Vaktsinatsiyadan o'tkazilmaydi                                                                                                                                                                                     |
| 6 oydan 11 oygacha<br>(tezlashtirilgan emlash*)<br><small>* Standart emlash taqvimini muqarrar ravishda bajarilmasa va immunitetni tezda olish kerak bo'lganda qo'llaniladi</small> | Chet elga sayohat qilishda bir marta emlash<br><small>* 12 oygacha bo'lgan MMR emlash, emlashlar soniga kiritilmagan, shuning uchun kelajakda standart emlash taqvimiga muvofiq 2 ta emlash talab qilinadi</small> |
| 12-15 oylik (o'z vaqtida emlash)                                                                                                                                                    | 1-emlash                                                                                                                                                                                                           |
| 4-6 yosh (o'z vaqtida emlash)                                                                                                                                                       | 2-emlash                                                                                                                                                                                                           |
| Yoshlar va kattalar*                                                                                                                                                                | ※ Immunitet haqida hech qanday dalil bo'lmaganda Ikki doza (kamida bir marta) kamida 4 hafta oralig'ida kiritiladi                                                                                                 |

\* Agar siz 1968-yil 1-yanvargacha tug'ilgan bo'lsangiz, sizda qizamiqqa qarshi tabiiy immunitetga ega bo'lganingiz uchun emlash shart emas.

**※ Qizamiqqa qarshi immunitet mavjud bo'lmasa**

1968 yil 1 yanvardan keyin tug'ilgan, ilgari emlanmagan, qizamiq bilan kasallanmagan yoki qizamiqqa qarshi tasdiqlangan immunitetga ega bo'lmagan odamlar.



2024.4.11.



**Chet elga chiqishdan oldin  
qizamiqning oldini olish  
qoidalari bilan tanishib chiqing  
va sayohatingizni maroqli o'tkazing!**

