# H5N1 "बर्ड फ्लू"
# डेरी सञ्चालक/उत्पादकहरूका लागि सिफारिसहरू

**स्थिति:** 2022 देखि, अत्यधिक रोगजन्य एभियन इन्फ्लुएन्जा A (highly pathogenic avian influenza A, HPAI) भाइरस संयुक्त राज्यभित्र घरपालुवा कुखुरा, जङ्गली चरा, बिरालो, अन्य साना स्तनधारी र डेरी गाईजस्ता पशुधनमा रिपोर्ट गरिएको छ। यो भाइरसलाई H5N1 वा "बर्ड फ्लू" का रूपमा पनि चिनिन्छ।

2024 मा, संक्रमित गाईको अप्रशोधित दुधसँग काम गर्ने मानिसहरूमा धेरै H5N1 संक्रमणहरू संयुक्त राज्यमा रिपोर्ट गरिएको थियो। डेरी सञ्चालकहरूले आफ्ना कामदारहरूमा संक्रमणको जोखिम कम गर्ने उपायहरू अपनाएर यो भाइरस फैलनबाट रोक्न मद्दत गर्न सक्नु हुन्छ।

**मानिसहरूका लागि सम्भावित जोखिम:** "अत्यधिक रोगजनक" एभियन इन्फ्लुएन्जा शब्दले यस भाइरसले चराहरूमा गम्भीर रोग निम्त्याउने तथ्यलाई जनाउँछ। यो भाइरसले मानिसहरूमा गम्भीर रोग निम्त्याउने क्षमता पनि राख्छ तर हालको संयुक्त राज्यको प्रकोपमा यस्तो कुरा अहिलेसम्म देखिएको छैन। H5N1 पाश्चरीकृत नगरिएका दुध तथा दुग्ध उत्पादनहरू - र मल, फोहोर वा सङ्क्रमित चरा र अन्य जनावरहरूको अन्य स्रावले दुषित वस्तुहरूमार्फत फैलन सक्छ।

**सिफारिसहरूमा निम्न कुराहरू समावेश छन्:** कृषिकर्मी र जनावरहरूको सुरक्षा गर्ने, रोगहरूका लागि निगरानी गर्ने र जनावर बिरामी पर्दा तपाईंको फार्म तयार छ भनी सुनिश्चित गर्ने।

1. **तपाईंसँग पर्याप्त व्यक्तिगत सुरक्षात्मक उपकरण (personal protective equipment, PPE) छ भनी निश्चित हुनुहोस् वा यसलाई विश्वसनीय स्रोतबाट कहाँ प्राप्त गर्ने भनेर थाहा पाउनुहोस्।**
   - सिफारिस गरिएको PPE आपूर्ति समीक्षा गर्नुहोस्।
     www.cdc.gov/bird-flu/prevention/worker-protection-ppe.html
   - तपाईंसँग PPE बारे प्रश्नहरू छन् भने, तपाईंको स्थानीय स्वास्थ्य विभागलाई सम्पर्क गर्नुहोस्।
     www.health.ny.gov/contact/contact_information/
   - कृषिकर्मीहरूले बिरामी जनावरहरूसँग सम्पर्क गरेपछि आफ्नो लुगा फेर्नु पर्छ।

2. **जनावरहरूसँग काम गर्दा वा सम्भावित रूपमा H5N1 को संक्रमित छन् – र ती जनावरहरूको सामग्री जस्तै काँचो दुधसँग काम गर्दा कामदारहरूले उपयुक्त PPE लगाउनुभएको छ भनी सुनिश्चित गर्नुहोस्।** PPE मा यी वस्तुहरू समावेश छन्:

**3. कृषि कार्यकर्ताहरूलाई PPE र अन्य सुरक्षात्मक उपायहरूका बारेमा शिक्षित गर्नुहोस्।**

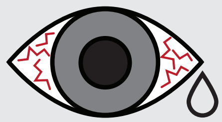
- आफ्नो अनुहार, आँखा, नाक वा मुख नछुनुहोस्।
- बारम्बार हात धुनुहोस्।
- काँचो दुध वा काँचो दुग्ध उत्पादनहरूको सेवन नगर्नुहोस्। काँचो दूध पिउनका लागि कहिल्यै सुरक्षित हुँदैन।
- लुगा परिवर्तन गर्नुहोस्, डिस्पोजेबल PPE फाल्नुहोस् र बिरामी जनावरहरूसँग सम्पर्क गरेपछि पुन: प्रयोगयोग्य PPE कीटाणुरहित गर्नुहोस्।
- आफ्नो वार्षिक फ्लू खोप लगाउनुहोस्। यसले H5N1 विरुद्ध सुरक्षा गर्ने छैन तर यसले भाइरसलाई मौसमी फ्लू जस्तै मानिसबिचमा सर्ने क्षमता प्राप्त गर्नबाट रोक्न मद्दत गर्न सक्छ।
- हात नधोइकन खाने, पिउने, धुम्रपान, भेप वा अन्य कुनै पनि हात-मुख गतिविधिहरू नगर्नुहोस्। काम/जनावरहरूको क्षेत्र बाहिर रहेको सफा क्षेत्रमा विश्राम लिनुहोस्।

**4. असल जैविक सुरक्षा अभ्यास गर्नुहोस्।**

- फार्मबाट रोग लाग्नबाट जोगाउन र खेतमा फैलिन नदिन जैविक सुरक्षा अभ्यासहरू बढाउनुहोस्।
- तपाईंसँग प्रश्नहरू छन् भने, तपाईंको पशुचिकित्सक, कृषि र बजार विभाग (Department of Agriculture and Markets, AGM) क्षेत्रीय पशुचिकित्सक र/वा अमेरिकी कृषि विभाग (United States Department of Agriculture, USDA) चार्जमा रहनुभएको क्षेत्र पशुचिकित्सक (Area Veterinarian In Charge) लाई सम्पर्क गर्नुहोस्।
- बिरामी जनावरहरूसँगको सम्पर्कलाई मात्र अत्यावश्यक कर्मचारीहरूमा सीमित गर्नुहोस्।

**5. कुनै कृषि कार्यकर्ता बिरामी जनावरको सम्पर्कमा आएमा आफ्नो स्थानीय स्वास्थ्य विभागलाई सचेत गर्नुहोस्। बिरामी जनावरसँग सम्पर्कमा आएका कुनै पनि कृषि कार्यकर्तामा लक्षणहरू देखिएमा उहाँहरूलाई सम्पर्क पनि गर्नुहोस्।**

- मानिसहरूमा H5N1 संक्रमणको निम्न सङ्केत र लक्षणहरू समावेश हुन सक्छन्: आँखा रातो हुने/जलन/आँसु आउने, खोकी, घाँटी दुख्ने, नाक बग्ने वा नाक बन्द हुने, मांसपेशी वा शरीर दुख्ने, टाउको दुख्ने, थकान, सास फेर्न समस्या हुने, ज्वरो आउने र पखाला लाग्ने।


आँखा रातो हुने/पोल्ने/ आँसु आउने

खोकी

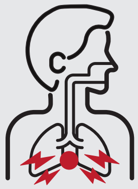
घाँटी दुख्ने

नाकबाट सिँगान बगिरहनु वा नाक बन्द हुनु

मांसपेशी वा शरीर दुख्ने

टाउको दुख्ने

थकान


सास फेर्न समस्या हुने

ज्वरो आउने

पखाला

**परिस्थितिगत अद्यावधिकहरूका लागि, FAQ र सुरक्षा सिफारिसहरूका जवाफहरू:**

USDA पशु र वनस्पति स्वास्थ्य निरीक्षण सेवा (Animal and Plant Health Inspection Service, APHIS) वेबपृष्ठ

www.aphis.usda.gov/livestock-poultry-disease/avian/avian-influenza/hpai-detections/livestock

**मार्गदर्शनमा अद्यावधिक रहन:**

न्यूयोर्क राज्य स्वास्थ्य विभाग (New York State Department of Health) को वेबसाइट

www.health.ny.gov/diseases/communicable/influenza/avian/

NEW YORK STATE | Department of Health

Cornell Cooperative Extension
Central New York Dairy, Livestock and Field Crops