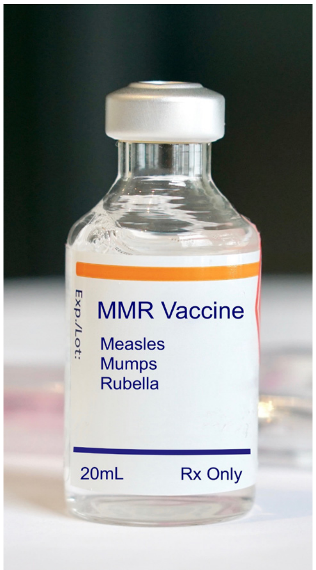
CDPH | Chicago Department of PUBLIC HEALTH

खसरा: भ्रम बनाम तथ्य

☒ ***भ्रम: खसरा कोई गंभीर बीमारी नहीं है, और यह "सिर्फ एक सर्दी-जुकाम" है।***
☑ **तथ्य:** ***खसरा गंभीर जटिलताएँ उत्पन्न कर सकता है***, जैसे न्यूमोनिया (फेफड़ों का संक्रमण), एन्सेफलाइटिस (मस्तिष्क में सूजन), और यहाँ तक कि मृत्यु भी — विशेष रूप से छोटे बच्चों में, यदि उन्हें टीका नहीं लगाया गया हो। आँकड़ों के अनुसार, खसरा से संक्रमित प्रत्येक 1,000 बच्चों में से 1 से 3 बच्चों की मृत्यु हो सकती है।

☒ ***भ्रम: संयुक्त राज्य अमेरिका से खसरा पूरी तरह समाप्त हो चुका है।***
☑ **तथ्य:** खसरा को वर्ष 2000 में संयुक्त राज्य अमेरिका से समाप्त घोषित किया गया था, जिसका श्रेय अत्यधिक प्रभावी MMR टीके और उच्च टीकाकरण दरों को जाता है। खसरा के मामलों और उसके प्रकोप को रोकने के लिए किसी समुदाय के कम से कम 95% लोगों का टीकाकरण होना आवश्यक है। दुर्भाग्यवश, ***खसरा के प्रकोप अब भी हो सकते हैं, जिनका मुख्य कारण घटती टीकाकरण दरें और बिना टीकाकरण किए लोगों की यात्रा है।***



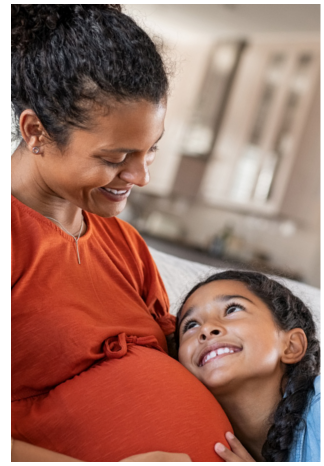
☒ ***भ्रम: आपकी स्वाभाविक प्रतिरक्षा प्रणाली आपको खसरा से सुरक्षित रख सकती है।***
☑ **तथ्य:** खसरा अत्यंत संक्रामक होता है और बहुत आसानी से फैलता है। यदि किसी एक व्यक्ति को खसरा हो जाता है, तो उसके संपर्क में आने वाले 10 में से 9 बिना टीकाकरण वाले व्यक्ति भी संक्रमित हो सकते हैं — भले ही उनका स्वास्थ्य इतिहास या पोषण स्तर कुछ भी रहा हो। यह हवा के माध्यम से फैलता है जब कोई संक्रमित व्यक्ति खांसता या छींकता है। जब कोई संक्रमित व्यक्ति किसी कमरे से चला जाता है, तब भी खसरा वायरस वहाँ की हवा और संक्रमित सतहों पर लगभग 2 घंटे तक बना रहता है। ***खसरा से बचाव का सबसे अच्छा और एकमात्र प्रभावी तरीका है MMR टीकाकरण करवाना।***

☒ ***भ्रम: टीका लगवाने वाले लोग और टीकाकरण केंद्र (vaccine clinics) खसरा फैला रहे हैं।***
☑ **तथ्य:** खसरे के टीके में वायरस का एक जीवित लेकिन कमज़ोर रूप होता है, जो किसी को संक्रमित नहीं कर सकता, और यह कभी भी दूसरों तक फैलता हुआ नहीं पाया गया है। खसरे के मामले और प्रकोप वायरस के वाइल्ड टाइप स्ट्रेन (wild-type strain) के कारण होते हैं, न कि टीके वाले स्ट्रेन के कारण। ***MMR टीका खसरा नहीं फैलाता, बल्कि यह आपकी प्रतिरक्षा प्रणाली को खसरा वायरस को पहचानने और उसके खिलाफ सुरक्षा विकसित करने के लिए प्रशिक्षित करता है।***

☒ ***भ्रम: खसरे का टीका प्रभावी नहीं है और यह खतरनाक है।***
☑ **तथ्य:** MMR टीका खसरा के साथ-साथ दो अन्य विषाणुजनित बीमारियों — मम्प्स (Mumps) और रूबेला (Rubella) — से भी बचाव करता है। ***MMR टीका खसरा से बचाव में अत्यंत प्रभावी है — इसकी दो खुराक 97% प्रभावशाली होती है और यह आजीवन रोग प्रतिरोधक क्षमता देती है।*** इसके अलावा, स्वस्थ व्यक्तियों में अब तक MMR टीका से संबंधित कोई मृत्यु नहीं हुई है। MMR टीका अत्यंत सुरक्षित है। इसके कुछ संभावित अस्थायी दुष्प्रभाव हो सकते हैं, जैसे — इंजेक्शन लगने के स्थान पर हाथ में हल्का दर्द, बुखार, त्वचा पर दाने, और जोड़ों में अस्थायी दर्द या अकड़न। टीका लगवाना खसरा होने की तुलना में कहीं अधिक सुरक्षित है।

☒ ***भ्रम: MMR टीका, ऑटिज़्म (Autism) का कारण बनता है।***

☑ **तथ्य:** ***MMR टीका, Autism का कारण नहीं बनता है।*** हजारों बच्चों पर किए गए कई व्यापक और उच्च गुणवत्ता वाले अध्ययन यह दिखाते हैं कि MMR टीका और Autism के बीच कोई संबंध नहीं है — ऐसा कोई भी प्रमाण नहीं मिला है कि यह टीका Autism का कारण बनता है। किसी भी टीके के घटक से आपके मस्तिष्क या तंत्रिका तंत्र में कोई परिवर्तन नहीं होता।



Autism से जुड़े अधिकांश मस्तिष्क संबंधी परिवर्तन उस समय होते हैं जब शिशु गर्भ में विकसित हो रहा होता है या जन्म के समय — यह सब शिशु को टीके लगने से बहुत पहले होता है। Autism के लगभग 85% जोखिम का संबंध आनुवंशिकी से होता है। सबूत यह भी दर्शाते हैं कि पर्यावरणीय कारक भी Autism के विकास में योगदान कर सकते हैं — जैसे माता-पिता की अधिक आयु, समय से पूर्व जन्म, कम जन्म भार, गर्भावस्था के दौरान वायु प्रदूषण या कुछ विशेष कीटनाशकों के संपर्क में आना, तथा माँ के स्वास्थ्य संबंधी स्थितियाँ, जैसे मधुमेह या प्रतिरक्षा प्रणाली से जुड़ी बीमारियाँ।

☒ ***भ्रम: विटामिन A जैसे वैकल्पिक उपचारों से खसरे को रोका जा सकता है***

☑ **तथ्य:** खसरे से बचाव के लिए कोई प्रमाणित आहार-आधारित उपाय या जीवनशैली आधारित बचाव नहीं हैं ***खसरे से बचाव का सबसे अच्छा और एकमात्र तरीका MMR टीकाकरण है।*** CDC की सिफारिश है कि सभी बच्चों को MMR टीके की दो खुराक दी जाएं — पहली खुराक 12 से 15 महीने की उम्र में, और दूसरी खुराक 4 से 6 वर्ष की उम्र के बीच। टीके को पूर्ण सुरक्षा प्रदान करने में लगभग दो से तीन सप्ताह का समय लगता है। यदि आपका परिवार विदेश यात्रा कर रहा है, तो MMR टीका जल्दी लगवाने के लिए अपने स्वास्थ्य सेवा प्रदाता से बात करें।

गंभीर, खसरा होने की स्थिति में, विटामिन A कभी-कभी छोटे बच्चों के उपचार में सहायक हो सकता है। यह उपचार किसी अस्पताल (hospital) में स्वास्थ्य सेवा प्रदाता की निगरानी में ही किया जाना चाहिए, लेकिन विटामिन A आपको खसरे के संक्रमण से नहीं बचाएगा। विटामिन A आपकी प्रतिरक्षा प्रणाली को समर्थन देता है। यह खसरे के संक्रमण का इलाज नहीं है, और न ही यह MMR टीकाकरण का विकल्प है। विटामिन A की अत्यधिक मात्रा लेना खतरनाक और विषैला हो सकता है, जिससे तंत्रिका तंत्र संबंधी समस्याएँ और यकृत विफलता हो सकती हैं।

अधिक जानकारी के लिए

CDPH (शिकागो सार्वजनिक स्वास्थ्य विभाग) के टीकाकरण क्लीनिक (Immunization clinics) सभी शिकागो निवासियों को सेवाएं प्रदान करतें हैं। आपसे निवास का प्रमाण (proof of residence) दिखाने के लिए कहा जा सकता है।

CHICAGO.GOV/VACCINES

CDPH
Chicago Department of Public Health

CHICAGO.GOV/MEASLES

अगर आपको किसी अन्य टीकाकरण प्रदाता (vaccination provider) की पहचान करने में सहायता चाहिए, तो कृपया देखें:

VFC.ILLINOIS.GOV/SEARCH/

संदर्भ:

Casler, A. (2019, मई 2). *खसरा से जुड़ी 10 आम भ्रम — और उनके वास्तविक तथ्य।* Orland Health. https://www.arnoldpalmerhospital.com/content-hub/10-common-myths-about-measlesand-the-real-facts

Center of Diseases Control and Prevention (2025,जनवरी17). *खसरे का टीकाकरण।* https://www.cdc.gov/measles/vaccines/index.html#:~:text=The%20vaccine%20is%20safe%20and,go%20away%20on%20their%20own.

Children's Hospital Colorado. (2025, 11 मार्च) *बच्चों में खसरे के तथ्य: माता-पिता को क्या जानना चाहिए।* https://www.childrenscolorado.org/just-ask-childrens/articles/measles/#:~:text=Despite%20myths%20and%20misinformation%2C%20vaccines,number%20of%20cases%20in%202024.

संक्रामक रोगों की अमेरिका सोसाइटी (The Infectious Diseases Society of America) (2025, 8 अप्रैल) *खसरे का टीकाकरण: तथ्य जानें।* https://www.idsociety.org/public-health/measles/know-the-facts/

National Institute of Environmental Health Sciences. (2025, 1 अप्रैल) *Autism*. https://www.niehs.nih.gov/health/topics/conditions/autism