**Kızamık olan çocuğun ebeveynleri/bakıcıları için bilgilendirme yazısı**

Sayın okuyucu,

Bu mektubu çocuğunuz kızamık olduğu için alıyorsunuz. Bu can sıkıcı bir gelişmedir ve soruların oluşmasına neden olabilir. Bu yazıda belirtilen yaşam kurallarına uymak önemlidir. Böylece virüsün daha fazla yayılmasını önlemeye yardımcı olursunuz. Semptomlar kötüleşirse aile hekiminizi arayın.

**Kızamık nedir?**

Kızamık, bir virüsün neden olduğu bulaşıcı bir leke hastalığıdır. Hastalık ateş, halsizlik, (burun) nezlesi ve öksürük ile başlar. 3 ila 7 gün sonra ciltte kırmızı lekeler ortaya çıkar. Lekeler önce kulakların arkasında, sonra vücudun her yerinde oluşur. Kızamık olan çocuklarda bazen kulak enfeksiyonları veya zatürre de gelişir.

**Bulaşıcılık**

Virüs, kızamık olan kişinin burnunda ve boğazındadır. Kızamıklı kişi öksürdüğünde veya hapşırdığında, virüs küçük damlacıklar halinde karışır. Başka kişiler bu damlacıkları soluyabilir ve böylece onlar da kızamık olabilir. Kızamık virüsü çok bulaşıcıdır. Kızamık, lekelerin ortaya çıkmasından dört gün öncesinden, lekelerin ortaya çıkmasından dört gün sonrasına kadar bulaşıcıdır. Enfekte olma ve hastalanma arasındaki süre 7 ila 14 gündür. Bu süre çoğu zaman 10 gün civarındadır.

Kızamık hakkında daha fazla bilgi için: https://www.rivm.nl/mazelen.

**Evde kalmak**

Lekeler ortaya çıktıktan dört gün sonrasına kadar çocuğunuzun evde kalması önemlidir. Bu dönemde küçük bebeklerle, hamile kadınlarla veya bağışıklık sistemi ciddi şekilde azalmış kişilerle temas etmemek de akıllıca olacaktır. Lekelerin ortaya çıkmasından dört günden daha uzun bir sürenin geçmesi halinde çocuğunuzun kızamığı artık bulaşıcı değildir. Çocuğunuz kendini iyi hissettiğinde, kreşe veya okula geri dönebilir.

Kreşe veya okula giden başka aşılanmamış çocuğunuz mu var? O halde bu çocukların da evde kalmasını sağlayın ve çocuğunuzu/çocuklarınızı ne zamana kadar evde tutmak zorunda kaldığınız konusunu GGD'ye danışın. Böylece, virüsün daha fazla yayılmasını önlemiş olursunuz.

**Kaynak ve temas araştırması**

GGD, çocuğunuzun kimlerle temasının olduğunu öğrenmek için GGD sizinle iletişime geçecektir. Bu kişiler arasında örneğin ev halkı, aile üyeleri veya kreşteki veya okuldaki çocuklar olabilir.

Henüz kızamık geçirmemiş veya kızamığa karşı aşılanmamış kişiler hâlâ hastalığa yakalanabilir. 14 aydan küçük bebekler, aşılanmamış olan hamile kadınlar ve bağışıklığı ciddi şekilde bozulmuş olanların kızamık ile ciddi şekilde hastalanma riski normale oranla daha yüksektir.

**Kızamık aşısı (BMR)**

Çocuğunuzla teması ve henüz kızamık aşısı (BMR) yaptırmamış olan kişiler, GGD aracılığıyla bundan sonra da aşı olabilirler. Aşı sayesinde hastalığa karşı antikor üretirler ve kızamık olmazlar. Kızamık nedeniyle ciddi şekilde hastalanma riski olup aşılanması mümkün olmayan kişilere antikor verilebilir. Bu antikorlar geçici olarak kızamığa karşı koruma sağlar. GGD bu hususu onlarla görüşecektir.

**Ailemden başka birinin de kızamık olduğunu düşünüyorsam ne yapmalıyım?**

Diğer aile üyeleri kızamık ile uyumlu olan semptomlar geliştirdiklerinde, onların da evde kalması gerekir. Hamile kadınlardan, küçük bebeklerden ve bağışıklığı ciddi şekilde azalmış kişilerden uzak durmaları da önemlidir.

Aile hekimi kliniğine gitmeden önce aile hekiminizi arayın. . Aile hekimi kliniğinde (özellikle kalabalık ise) virüs kolayca yayılabilir. Aradığınızda, aile hekiminiz veya klinik asistanı size ne yapabileceğinizi söyleyecektir.

**Kızamık hakkında herhangi bir sorunuz mu var?**

Genel bilgi: https://www.rivm.nl/mazelen

GGD telefon numarası:

Bu mektup aracılığıyla sizi yeterince bilgilendirdiğimizi umuyoruz.

Saygılarımızla,

**Bulaşıcı Hastalıklarla Mücadele Ekibi**
GGD [….]