"এডিস মশা থেকে নিরাপদ থাকুন, ডেঙ্গু জ্বর প্রতিরোধ করুন।"

ডেঙ্গু একটি ভাইরাস রোগ যা মানব দেহে সংক্রমিত হয় স্ত্রী এডিস মশার কামড়ের মাধ্যমে। ডেঙ্গু ছোঁয়াচে রোগ নয়। সাধারনতঃ এডিস স্ত্রী মশা যা আগে এই রোগে আক্রান্ত ব্যক্তিকে কামড়িয়েছে সেই মশা কোন ব্যক্তিকে কামড়ানোর ৩-১৪ দিনের ভিতরে ডেঙ্গু রোগের লক্ষন দেখা যায়।

কি করে নির্মূল সম্ভব ঃ এডিস মশা একটি ক্ষুদ্র গন্ডির ভিতরে চলাফেরা করে। এগুলো পরিস্কার পানিতে জন্ম লাভ এবং বংশ বিস্তার করে। তাই এডিস মশার বংশ বিস্তার ক্ষেত্রগুলো ধ্বংস করা সম্ভব। প্রয়োজন আমাদের বাড়ী ও আশে পাশের প্রজনন ক্ষেত্রগুলি চিহ্নিত করা এবং এ সব স্থানে পানি জমতে না দেওয়া।

- বেইজমেন্টের পানির ট্যাংক
- অব্যবহৃত বালতি
- পানির মোটর
- ডাবের কাটা খোসা
- বাড়ীর ছাদ, উঠান
- নির্মান কাজের ব্যবহৃত চৌবাচ্চা
- ড্রাম, খালি বোতল, পলিথিন ব্যাগ
- ফুলের টব, টবের নীচের ট্রে
- অব্যবহৃত গাড়ীর টায়ার
- দু-দালানের মাঝের স্থান

বাড়ীর আশে পাশের প্রয়োজনীয় ঝোপঝাড় কেটে ফেলে পরিস্কার রাখুন। ঘুমানোর সময় মশারি ব্যবহার করুন।

ডেঙ্গুর লক্ষন ঃ

- উচ্চজ্বর
- ক্ষুধা মন্দা
- মাথা ব্যথা
- বমি বমি ভাব, পেট ব্যথা
- হাড়-জোড়ায় ব্যথা
- চোখের পিছনে ব্যথা
- অস্থিরতা, অতিরিক্ত দুর্বলতা
- চামড়ায় লাল র‍্যাশ
- দাঁতের গোড়ায় রক্ত পড়া
- ওজন কমে যাওয়া

কি পরিক্ষা করবেন ঃ

জ্বরের প্রথম থেকে তৃতীয় দিনে CBC এবং Dengue NS1 Ag
জ্বরের পঞ্চম দিন থেকে CBC, Anti Dengue 1gG and 1gM antibody

ডেঙ্গু হলে কি করবেন ঃ

আতংকিত না হয়ে ডাক্তারের স্মরনাপন্ন হোন। রোগের তীব্রতা অনুযায়ী চিকিৎসক আপনাকে উপদেশ দিবেন। রক্তের প্লাটিলেট কাউন্ট স্বাভাবিক থাকলে বিশ্রাম নিবেন। জ্বরে মানুষের শরীর থেকে পানি উড়ে গিয়ে পানি শূন্য হয়ে যেতে পারে, এছাড়া রক্তের জলীয় অংশ রক্তনালী থেকে বের হয়ে শরীরে জমা হতে পারে, ফলে বিভিন্ন গুরুত্বপূর্ন অর্গান যেমন লিভার, কিডনি ক্ষতিগ্রস্ত হতে পারে, তাই প্রচুর তরল খাদ্য গ্রহন করতে হবে। জ্বর কমাতে শুধু প্যারাসিটামল দেওয়া যেতে পারে।

হাসপাতালে কখন ভর্তি হবেন ঃ

ডেঙ্গু ধরা পড়ার পর থেকে প্রতিদিন রক্তের CBC পরীক্ষা করতে হবে। যদি দেখা যায় রক্তের প্ল্যাটেলেট স্থিতিশীল রয়েছে এবং রোগী মুখে পর্যাপ্ত খেতে পারছেন তা হলে দুশ্চিন্তারনা করে বাড়ীতে বসে চিকিৎসা নিতে পারবেন। যদি প্লাটেলেট দ্রুত হ্রাস পেতে থাকে, রোগির রক্তচাপ কমতে থাকে, নাড়ির গতি বাড়তে থাকে, মুখে পর্যাপ্ত খেতে না পারেন, তাহলে হাসপাতালে ভর্তি করতে হবে। পূণরায় প্লাটেলেট বাড়তে শুরু করলে ধীরে ধীরে রোগী ভালো হয়ে যাবেন।

"সম্মিলিত সচেতন প্রয়াস গ্রহণকরি, ভাইরাস মুক্ত থাকি"

নিকেতন সোসাইটি হেলথ কেয়ার সেন্টার
যোগাযোগঃ ৯৮৫৯৯৫৩, ০১৯৫৯-৯০৬৯২০, ০১৭৩৪-৫৫০২১৪