"ডেঙ্গু" আতংক নয় সচেতনতা ও প্রতিরোধই প্রতিকার

রোগ পরিচিতি :

ডেঙ্গু এডিস মশা বাহিত একটি সংক্রামক রোগ। আমাদের দেশে বিভিন্ন এলাকায় বিক্ষিপ্তভাবে এ রোগের প্রভাব দেখা যায়। যে কোন বয়সের মানুষ এ রোগে আক্রান্ত হতে পারে। এডিস জাতীয় মশার কামড়েই ডেঙ্গু জ্বর হয়। প্রাথমিকভাবে শনাক্ত হলে এ রোগ সহজেই নিয়ন্ত্রণ করা যায় এবং চিকিৎসায় সেরে যায়। কিন্তু মারাত্নক হেমোরেজিক হলে এবং যথাযথ চিকিৎসা না হলে রোগীর মৃত্যু হতে পারে।

এডিস মশা চেনার উপায় :

- এডিস মশা দেখতে অনেকটা কিউলেক্স মশার মত তবে গায়ে ডোরা কাটা দাগ আছে।
- এডিস মশা আলো-আধাঁরিতে (সকাল-সন্ধ্যা) কামড়ায়।
- এ মশা স্বচ্ছ পানিতে থাকতে ভালোবাসে। ফুলের টব, ভাঙ্গা হাড়ি-পাতিল, কলস, গাড়ীর পরিত্যাক্ত টায়ার, কৌটা, নারিকেল বা তাদের খোসা ইত্যাদি যেখানে স্বচ্ছ পানি থাকে সেখানে এডিস মশা বংশ বৃদ্ধি করে।

ডেঙ্গু জ্বরের লক্ষণ :

- শরীরে তাপমাত্রা হঠাৎ করে ১০৪ থেকে ১০৫ ডিগ্রী বৃদ্ধি পায়।
- মাথা ব্যথা, মাংসপেশী, চোখের পেছনে, পেটে ব্যথা এবং হাড়ে বিশেষ করে মেরুদন্ডে ব্যথা।
- অরুচি, বমি বমি ভাব ও বমি করা।
- চামড়ার নিচে রক্তক্ষরণ, চোখে রক্তক্ষরণ, চোখে রক্ত জমাট বাধা।
- লালচে/কালো রঙের পায়খানা, দাঁতের মাড়ি, নাক মুখ ও পায়খানার রাস্তা দিয়ে রক্তপাত।
- রক্তচাপ হ্রাস, নাড়ীর গতি দ্রুত হওয়া, ছটফট করা, শরীর ঠান্ড হয়ে যাওয়া, শ্বাসকষ্ট বা অজ্ঞান হয়ে পড়া।
- শরীরে হামের মত দানা দেখা দিতে পারে।
- মারাত্মক (হেমোরেজিক) ডেঙ্গুজ্বরের ক্ষেত্রে শরীরের অন্ত:স্থিত বিভিন্ন অঙ্গ-প্রত্যঙ্গ হতে রক্তক্ষরণ এবং পেটে ও ফুসফুসে পানি জমতে পারে।

ডেঙ্গু জ্বরের চিকিৎসা :

- সাধারণত ডেঙ্গু জ্বর হলে ৭ দিনেই ভাল হয়ে যায় এবং এ সময় সম্পূর্ণ বিশ্রাম প্রয়োজন।
- মরাত্নক (হেমোরেজিক) ডেঙ্গু জ্বরে আক্রান্তের চিকিৎসার ক্ষেত্রে রোগীর পানির স্বল্পতা (**Dehydration**) এবং রক্তক্ষরণের চিকিৎসার জন্য আইডি স্যালাইন বা রক্ত সঞ্চালনের প্রয়োজন হতে পারে।
- খাবার স্যালাইন এবং সাথে তরল খাদ্য খাওয়াতে হবে।

রক্তক্ষরণ বা রক্ত বমি হলে বা পায়খানার সাথে রক্ত পড়লে বা রক্তচাপ কমে গেলে বা পেট ব্যথা হলে ও পেট ফুলে গেলে :

- যতদ্রুত সম্ভব হাসপাতালে নিয়ে যেতে হবে অথবা অভিজ্ঞ ডাক্তারের সাথে যোগাযোগ করতে হবে।
- রক্ত পরীক্ষা করতে হবে।
- ডেঙ্গু জ্বরে আক্রান্ত হলে গায়ে ব্যথার জন্য অ্যাসপিরিন, ক্লোফেনাক, আইবুপ্রোফেন-জাতীয় ওষুধ খাওয়া যাবে না। ডেঙ্গুর সময় এ-জাতীয় ওষুধ গ্রহন করলে রক্তক্ষরণ হতে পারে।

ডেঙ্গু প্রতিরোধের উপায় :

- ফুলের টব, প্লাষ্টিকের পাত্র, ভাঙ্গা হাড়ি-পাতিল, টিনের কৌটা,
  গাড়ীর পরিত্যাক্ত টায়ার, ভাঙ্গা কলস, ড্রাম, নারিকেল ও ডাবের খোসা, ফাষ্টফুডের কন্টেইনার, এয়ারকন্ডিশনার, রেফ্রিজারেটরের তলায় পানি জমতে দেবেন না। যে সব স্থানে মশা জন্মায়-সেইসব স্থানে পানি জমতে দিবেন না, বাড়ীর ভেতর, আশ-পাশ ও আঙ্গিনা পরিস্কার রাখুন। দিনে অথবা রাতে ঘুমানোর সময় মশারী ব্যবহার করুন।

ডেঙ্গু জ্বর সনাক্তকরণ ও চিকিৎসার কতিপয় সেবাকেন্দ্রের পরিচিতি :

- উপজেলা স্বাস্থ্য কমপ্লেক্স, সাভার, ঢাকা
- আমিনবাজার ২০ শয্যা হাসপাতাল
- পিজি হাসপাতাল
- ঢাকা শিশু হাসপাতাল
- সোহরাওয়ার্দী হাসপাতাল
- ন্যাশনাল মেডিক্যাল কলেজ হাসপাতাল
- সরকারী কর্মচারী হাসপাতাল
- ঢাকা সিটি কর্পোরেশন মহানগর হাসপাতাল
- হলি ফ্যামিলি হাসপাতাল ও এর ৯টি ন্যাশনাল ডায়াগনষ্টিক নেটওয়ার্কভূক্ত প্রতিষ্ঠান
- ঢাকাসহ প্রতিটি বিভাগীয় মেডিক্যাল কলেজ ও সদর হাসপাতাল

প্রচারে:

ভিলেজ এডুকেশন রিসোর্স সেন্টার (ভার্ক)
বি-৩০ এখলাস উদ্দিন খান রোড, আনন্দপুর, সাভার, ঢাকা।

সাভার পৌরসভা, সাভার, ঢাকা।

অনুপ্রেরনায়: উপজেলা স্বাস্থ্য কমপ্লেক্স সাভার, ঢাকা