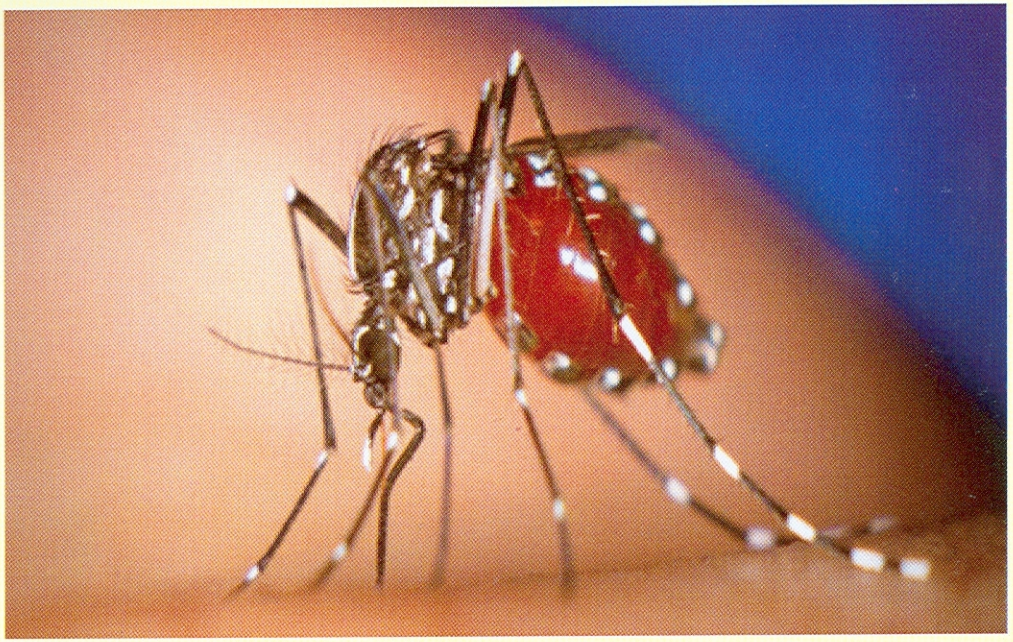
ডেঙ্গু

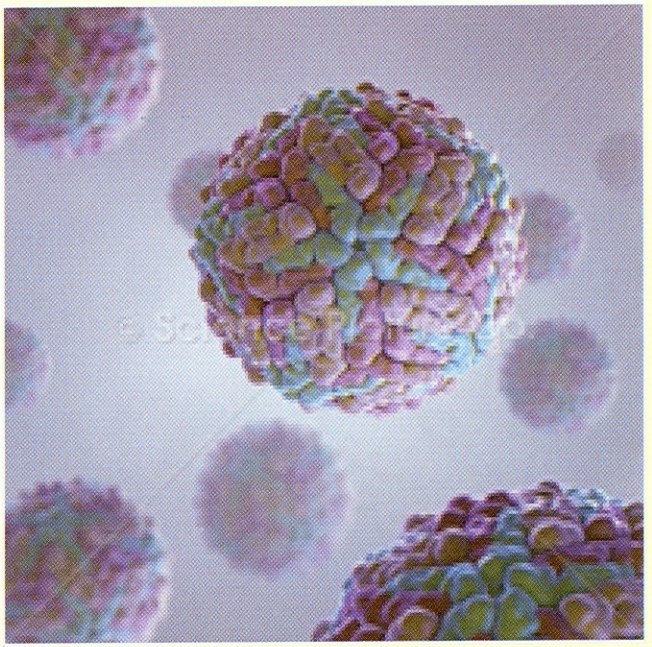
মশা নিধনে এগিয়ে আসুন ডেঙ্গু রোগ থেকে মুক্ত থাকুন

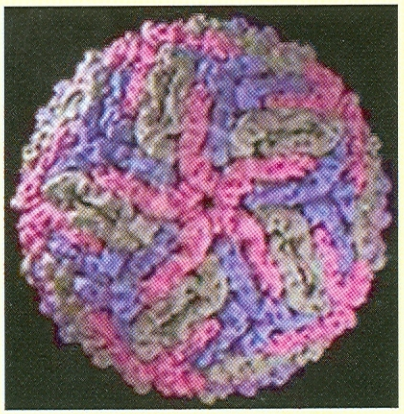
স্বাস্থ্য শিক্ষা ব্যুরো, স্বাস্থ্য অধিদপ্তর
স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়

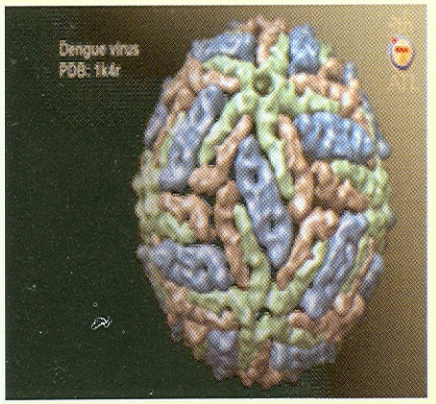
সহযোগিতায়: পায়াক্ট বাংলাদেশ

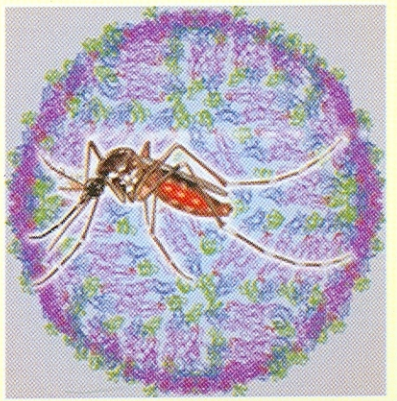
ডেঙ্গু কি







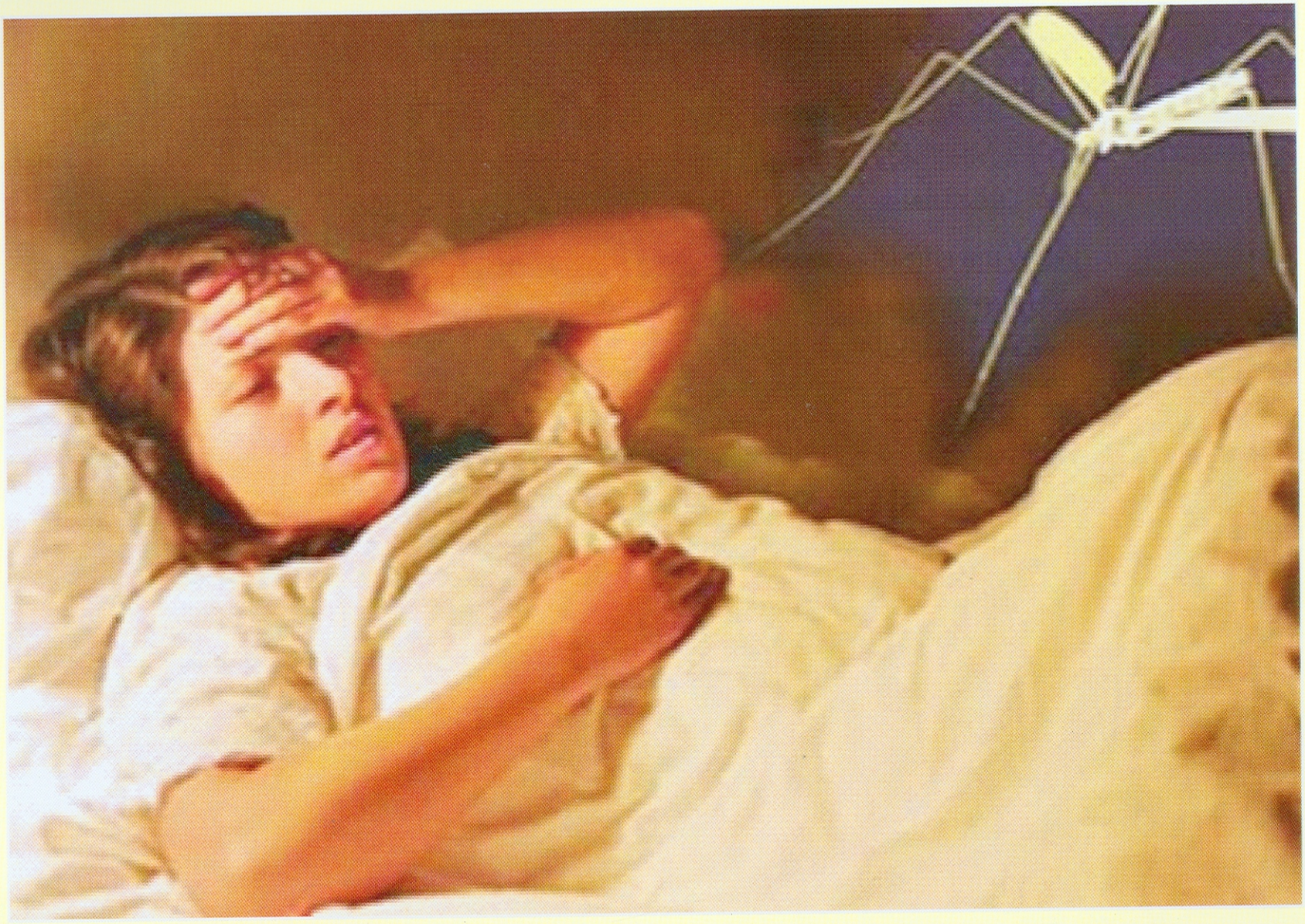




ডেঙ্গু কি

- ডেঙ্গু একটি ভাইরাসজনিত রোগ। এডিস মশার কামড়ে এ রোগ ছড়ায়। যার কারণে মারাত্মক জ্বর অনুভূত হয়
- সাধারণ চিকিৎসাতেই ডেঙ্গুজ্বর সেরে যায়, তবে হেমোরেজিক ডেঙ্গুজ্বর মারাত্মক হতে পারে

ডেঙ্গুজ্বরের প্রকারভেদ



ডেঙ্গুজ্বরের প্রকারভেদ

ডেঙ্গু ভাইরাসবাহিত এডিস মশা মানুষকে কামড়ালে মানুষ ডেঙ্গুজ্বরে আক্রান্ত হয়। ডেঙ্গুজ্বরে আক্রান্ত রোগীকে এডিস মশা কামড়ালে ঐ মশাটি ডেঙ্গু ভাইরাস সংক্রমিত হবে এবং ৮/১০ দিনের মধ্যেই মশাটির কামড়ে মানুষ ডেঙ্গুজ্বরে আক্রান্ত হতে পারে।

তবে ডেঙ্গু ভাইরাস যদি মশার মুখে অর্থাৎ কামড় দেয়ার অংশে লেগে থাকে এবং ঐ অবস্থায় যদি মশাটি কাউকে কামড় দেয় তাহলে ঐ ব্যক্তি সঙ্গে সঙ্গে ডেঙ্গু ভাইরাস জীবাণুবাহী হবে।

ডেঙ্গুজ্বর সাধারণত দুই ধরণের। ক্লাসিক্যাল ডেঙ্গুজ্বর এবং হেমোরেজিক ডেঙ্গুজ্বর। ক্লাসিক্যাল ডেঙ্গুজ্বর গুরুতর কোন সমস্যা নয়। তবে হেমোরেজিক ডেঙ্গুজ্বর খুবই মারাত্মক আকার ধারণ করতে পারে।

ডেঙ্গু ভাইরাসের ৪টি সেরো টাইপ রয়েছে। যে কোন একটি সেরো টাইপ ভাইরাসে আক্রান্ত হওয়ার পর সুস্থ হয়ে গেলে ভবিষ্যতে সেই ভাইরাস দ্বারা আবার আক্রান্ত হবার ঝুঁকি থাকে না। কিন্তু বাকী ৩টি সেরো টাইপ ভাইরাসের যে কোনটি দ্বারা পূণরায় আক্রান্ত হওয়ার ঝুঁকি থাকে।

ক্লাসিক্যাল ডেঙ্গুজ্বর

ক্লাসিক্যাল ডেঙ্গুজ্বর

ক্লাসিক্যাল ডেঙ্গুজ্বরের ক্ষেত্রে তীব্র জ্বর (জ্বর সাধারণত ১০৪/১০৫ ডিগ্রী ফারেনহাইট পর্যন্ত হয়ে থাকে) বমি, পেট ব্যথা, মাথা ব্যথা, কোমর ব্যথা, অস্থিসন্ধি বা জয়েন্টে ব্যথা, চোখের পিছনে ব্যথা হয়। হাড় ব্যথা এতই প্রচ- হয় যে, মনে হয় হাড় ভেঙ্গে গেছে। এ কারণে এই জ্বরকে ব্রেক বোন ফিবারও বলা হয়ে থাকে।

এই জ্বরে আক্রান্ত শিশুকে স্পর্শ বা নাড়াচাড়া করলেই শিশু কেঁদে ওঠে এবং খিটখিটে মেজাজের হয়ে যায়। কিছু দিনের মধ্যেই এই জ্বর ভালো হয়ে যায়।

অনেক সময় শরীরের ত্বকে এলার্জির মতো র‍্যাশ দেখা দিতে পারে। এই র‍্যাশগুলো কখনও কখনও চুলকানির উদ্রেক করে থাকে।

হেমোরেজিক ডেঙ্গুজ্বর

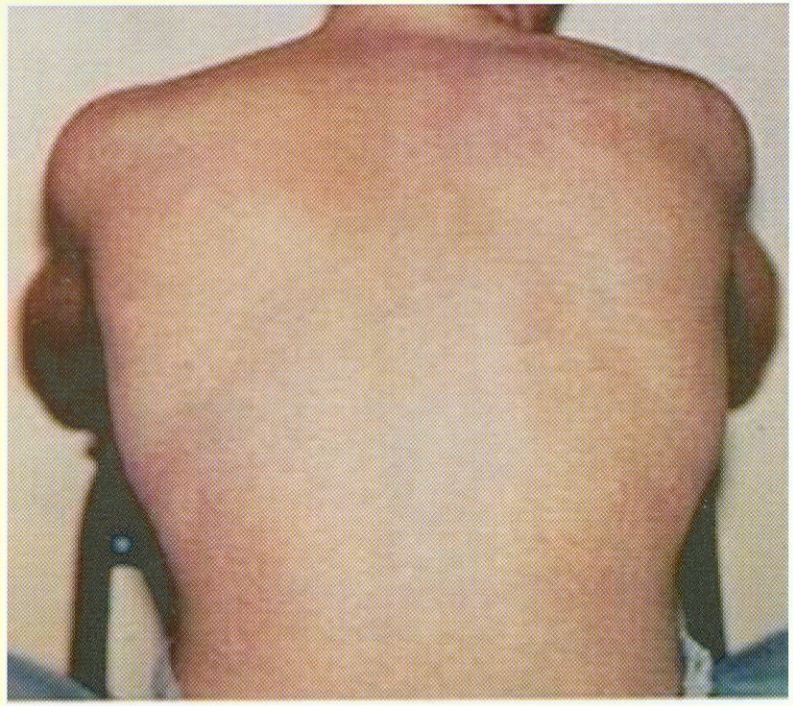
হেমোরেজিক ডেঙ্গুজ্বর

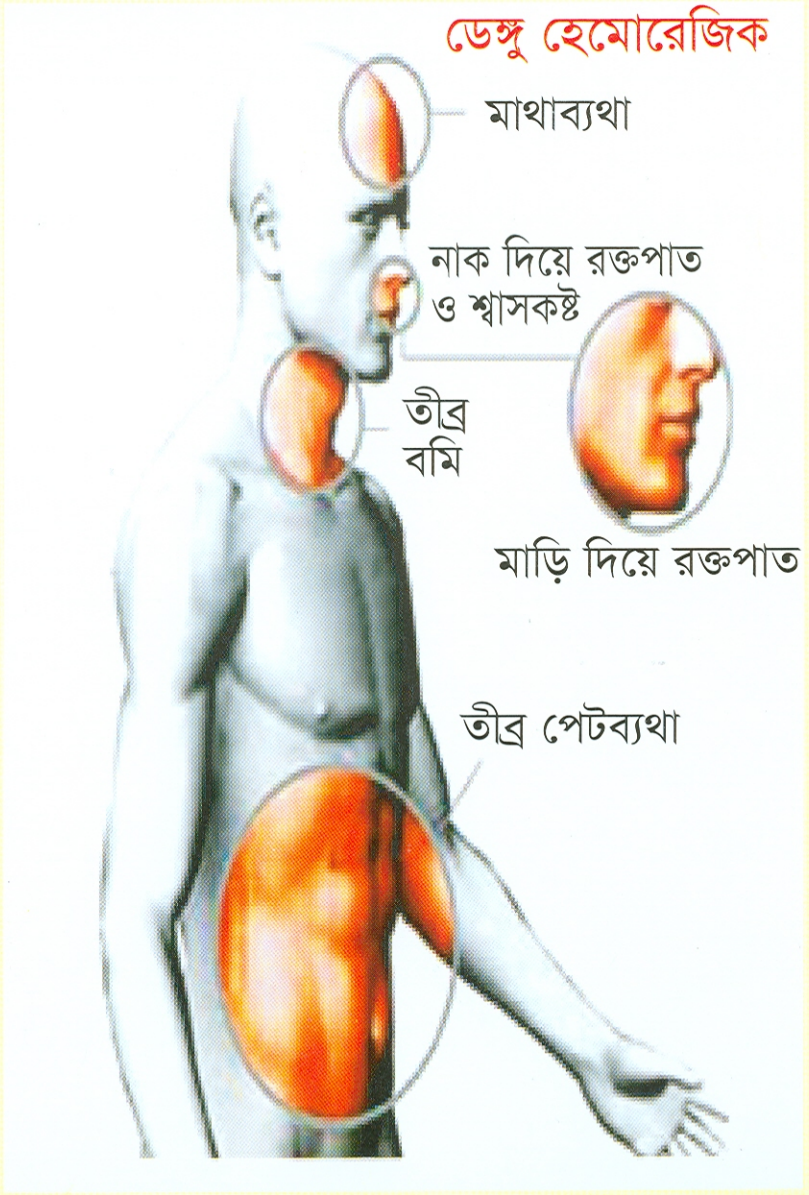
- হেমোরেজিক ডেঙ্গুজ্বরের ক্ষেত্রে ক্লাসিক্যাল ডেঙ্গুজ্বরের উপসর্গগুলোই তীব্র হয়ে দেখা দেয় এবং সঙ্গে রক্তক্ষরণ থাকে। যেমন চামড়ার নিচে রক্তক্ষরণ, চোখে রক্ত জমাট বাঁধা নাক, মুখ, দাঁতের মাড়ি বা বমির সঙ্গে রক্ত যাওয়া, শরীর ফ্যাকাশে এবং ঠান্ডা হয়ে যাওয়া, রক্ত চাপ হ্রাস, অতিরিক্ত পানির পিপাসা, ঘুম ঘুম ভাব বা ছটফট করা, রোগী শিশু হলে অতিরিক্ত কান্না, শ্বাস কষ্ট বা অজ্ঞান হয়ে পড়া

- লালচে-কালো রংয়ের পায়খানা হওয়া। শরীরে হামের মতো র‍্যাশ দেখা দিতে পারে। শরীরের বিভিন্ন অঙ্গ-প্রত্যঙ্গ হতে রক্তক্ষরণ ও পেটে পানি জমতে পারে। এমনকি মস্তিষ্ক এবং হার্টের মধ্যেও রক্তক্ষরণ হতে পারে। রক্তক্ষরণের ফলে হাইপো-ভলিউমিক শকের কারনে (অজ্ঞান হয়ে যাওয়া) রোগীর মৃত্যু পর্যন্ত হয়ে থাকে। এই অবস্থাকে ডেঙ্গু শক সিনড্রোম বলা হয়

- ডেঙ্গু জ্বরের চিকিৎসা পদ্ধতি : ডেঙ্গুজ্বরের এখনও সুনির্দিষ্ট চিকিৎসা নেই। ক্লাসিক্যাল এবং হেমোরেজিক ডেঙ্গুজ্বর উভয় ক্ষেত্রেই উপসর্গ অনুযায়ী চিকিৎসা করা হয়ে থাকে

ডেঙ্গুজ্বরের উপসর্গ ও লক্ষণসমূহ





ডেঙ্গুজ্বরের উপসর্গ ও লক্ষণসমূহ

সাধারণ পর্যায় বা ক্লাসিকাল ডেঙ্গুজ্বর	জটিল পর্যায় বা হোমোরেজিক ডেঙ্গুজ্বর
■ উচ্চ মাত্রার জ্বর সাধারনতঃ ৩ থেকে ৭ দিন থাকে। জ্বর সাধারণতঃ ১০৪/১০৫ ডিগ্রী ফারেনহাইট পর্যন্ত হয়ে থাকে ■ শরীরে জ্বর থেমে থেমে আসতে পারে ■ শরীরের চামড়ার উপর লালচে ফুসকুরি পড়তে পারে ■ মাথা, চোখ ও চোখের চারিদিকে ব্যথা ■ চোখের মনি লালচে হওয়া ■ ক্লান্তিবোধ করা ■ অবসাদ, উদ্যমহীনতা ■ মাংসপেশী, হাড় ও মেরুদন্ডে ব্যথা হতে পারে ■ বমি বমি ভাব কিংবা বমি হওয়া ■ খাবারে অরুচি	■ শরীরের চামড়ার উপর লালচে ফুসকুড়ি পড়া ■ মাংসপেশী, হাড় ও মেরুদন্ডে প্রচন্ড ব্যথা ■ নাক, মুখ ও দাঁতের মাড়ি দিয়ে রক্ত পড়া, চামড়া বিবর্ণ হওয়া ■ বমির সাথে রক্ত যেতে পারে ■ রক্ত মিশ্রিত কালো পায়খানা হতে পারে ■ অনিদ্রা এবং ক্লান্তিবোধ ■ শরীরে প্রচন্ড ব্যথা অনুভব করা ■ পায়ের চামড়া ফ্যাকাশে, মলিন, ঠান্ডা ও আঠালো হয়ে যাওয়া ■ অতিরিক্ত পানি পিপাসা ■ শ্বাস-প্রশ্বাসে কষ্ট ■ অজ্ঞান হয়ে যাওয়া রক্তক্ষরণের ফলে হাইপোভলিউমিক শকে (অজ্ঞান হয়ে যাওয়া) চলে গিয়ে রোগীর মৃত্যু পর্যন্ত হয়ে থাকে। এ অবস্থাকে বলা হয় ডেঙ্গু শক সিনড্রোম

ক্লাসিক্যাল ডেঙ্গুজ্বরের চিকিৎসা

ক্লাসিক্যাল ডেঙ্গুজ্বরের চিকিৎসা

- ক্লাসিক্যাল ডেঙ্গুজ্বর সাধারণতঃ এমনিতেই ৭ দিনের মধ্যে ভাল হয়ে যায়
- এক্ষেত্রে উপসর্গ অনুযায়ী চিকিৎসা করা হয় । যেমন ব্যথার জন্য প্যারাসিটামল, বমির জন্য স্টেমিটিল জাতীয় ওষুধ দেয়া হয়
- এছাড়া ডেঙ্গুজ্বরে প্রচুর পানি পান করতে হয় । প্রয়োজনে শিরাপথে স্যালাইন দিতে হয়
- তবে রোগ সেরে যাওয়ার পর রোগীর দুর্বলতা, ক্ষুধামন্দা, বিষন্নতা ইত্যাদি দেখা দিতে পারে । এগুলো আস্তে আস্তে সেরে যায়
- রোগীকে প্রচুর পরিমাণে তরল জাতীয় খাবার দিতে হয়

হেমোরেজিক ডেঙ্গুজ্বরের চিকিৎসা

হেমোরেজিক ডেঙ্গজ্বরের চিকিৎসা

হেমোরেজিক ডেঙ্গজ্বরে আক্রান্ত হয়েছে সন্দেহ হলে রোগীকে হাসপাতালে ভর্তি করতে হবে। এ ক্ষেত্রে প্রতিদিন রোগীর রক্তের প্লাটিলেট কাউন্ট এবং পিসিভি পরীক্ষা করতে হবে। হেমোরেজিক ডেঙ্গুজ্বরের রোগীর প্লাটিলেট কমে গেলে রোগীকে শিরাপথে প্লেটিলেট ট্রান্সফিউশন করতে হবে। আর যদি রোগীর প্রত্যক্ষ রক্তক্ষরণ থাকে, যেমন রক্ত বমি হওয়া, পায়খানার সাথে রক্ত যাওয়া, নাক দিয়ে প্রচুর পরিমাণে রক্তক্ষরণ হওয়া ইত্যাদি সেক্ষেত্রে রোগীকে রক্ত দেয়া যেতে পারে। সঠিক সময়ে ডেঙ্গুজ্বরের চিকিৎসা নিলে খুব সহজেই এর জটিলতাগুলো এড়ানো যায়। তবে ডেঙ্গুজ্বরে আক্রান্ত রোগীর ব্যথার জন্য কোনভাবেই এ্যাসপিরিণ জাতীয় ওষুধ দেয়া যাবে না। কারণ এতে রক্তক্ষরণ প্রবণতা বেড়ে যায়।

রোগীকে প্লাটিলেট কনসেন্ট্রেট সঞ্চালন: বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার মতে, রোগীর প্লাটিলেট কাউন্ট ১০ হাজারের নিচে নেমে গেলে অথবা প্রয়োজন অনুসারে রোগীর শরীরে প্লাটিলেট সঞ্চালন করা উচিত। সেই সঙ্গে রোগীর অবস্থা বিবেচনা করে প্রতি ২ ঘন্টা থেকে ৬ ঘন্টা অন্তর রক্তের প্লাটিলেট এবং পিভিসি কিংবা হেমাটোক্রিট টেস্ট করা উচিত।

কখন হাসপাতালে ভর্তি হতে হবে

কখন হাসপাতালে ভর্তি হতে হবে

ডেঙ্গুজ্বর হলেই হাসপাতালে ভর্তি হওয়ার দরকার নেই। বিশেষ করে ক্লাসিক্যাল ডেঙ্গুজ্বরের ক্ষেত্রে ঘরে বসেও চিকিৎসা নেয়া সম্ভব, যদি বিশেষ কোন জটিলতা না থাকে। তবে হেমোরেজিক বা রক্তক্ষরণজাতীয় ডেঙ্গুজ্বরের ক্ষেত্রে সতর্ক থাকা উচিত এবং শরীরের যে কোন স্থান থেকে রক্তক্ষরণ দেখা দিলে সাথে সাথে চিকিৎসকের পরামর্শ নেয়া উচিত। হেমোরেজিক ডেঙ্গুজ্বরে আক্রান্ত রোগীকে হাসপাতালে ভর্তি করাই নিরাপদ।

অনেক ক্ষেত্রে ক্লাসিক্যাল ডেঙ্গুজ্বর এর কারনে যদি রোগী বেশী দূর্বল হয়ে পড়ে তাহলে চিকিৎসকের পরামর্শ নেয়া উচিত।

এডিস মশা নিধন ও নিয়ন্ত্রণ

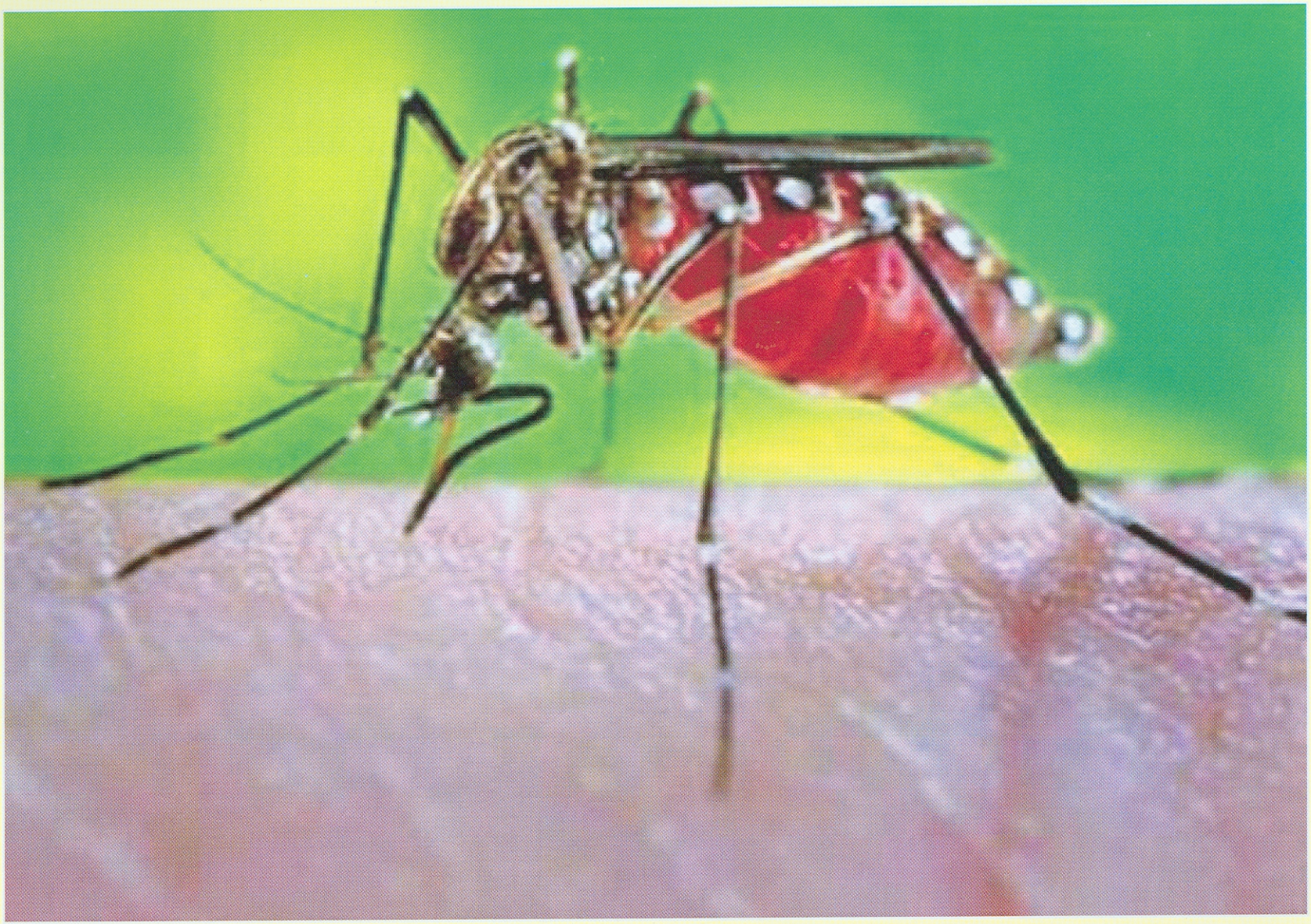
এডিস মশা নিধন ও নিয়ন্ত্রণ

বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা জরুরীভাবে এডিস মশা নিয়ন্ত্রণে প্রাথমিকভাবে ইনসেকটিসাইড ব্যবহারের পরামর্শ দিয়েছে। তবে এডিস মশা থেকে রক্ষা পেতে এডিস মশার উৎপত্তিস্থলকে স্থায়ীভাবে নির্মূল করতে হবে। তা না হলে মহামারী ঠেকানো গেলেও ভবিষ্যতে সেই আশঙ্কা রয়েই যাবে।

বাসগৃহ, শিক্ষা প্রতিষ্ঠান, অফিস আদালত, রেস্তোরা ও দোকানে রাখা ফুলের টব, এয়ারকন্ডিশন ও রেফ্রিজারেটরের তলায় জমে থাকা পানি, পরিত্যক্ত কৌটা, ড্রাম, গাড়ীর টায়ার ইত্যাদিতে জমে থাকা পানিতে এডিস মশা ডিম পাড়ে। এডিস মশা দমনে পানি জমার এসব স্থান ধ্বংস করতে হবে। ঘরের বাইরে অব্যবহৃত পাত্র, কৌটা, নারিকেলের মালা, ডাবের খোসা, ভাঙ্গা কলস ইত্যাদিতেও পানি জমে। এসব জিনিস মাটিতে পুঁতে ফেলা বাঞ্ছনীয়। বাড়ি-ঘর, শিক্ষা প্রতিষ্ঠান, অফিস আদালত, দোকান-পাট ও তার আশপাশ পরিস্কার পরিচ্ছন্ন রাখতে হবে। ঘরে জমে থাকা পানি নিয়মিত পরিস্কার করতে হবে এবং ঘরে ও বাইরে ছোট বড় কোন পাত্রেই পানি জমতে দেয়া যাবে না। মশারি ব্যবহার করে এডিস মশার কামড় থেকে রক্ষা পাওয়া যায়।

বিশেষজ্ঞগণের মতে, মানুষের জীবন যাত্রায় প্লাষ্টিক প্যাকেট এবং সেলোপিনের ব্যবহার বাড়ার সাথে সাথে ডেঙ্গুজ্বরের প্রকোপ বেড়েছে। বিশ্বে ডেঙ্গু আক্রান্ত প্রতিটি দেশই পারিবারিক ও কর্মস্থলের বর্জ্য নিষ্কাশন, পয়ঃনিষ্কাশন পদ্ধতির উন্নতি এবং প্লাস্টিক ব্যবহার নিরুৎসাহিত করার মাধ্যমে স্থায়ীভাবে এডিস মশা নিয়ন্ত্রণ সফল হয়েছে।

বিপদজনক এডিস মশা



বিপদজনক এডিস মশা

- এডিস মশা দেখতে গাঢ় নীলাভ কালো রংয়ের। গায়ে সাদা ডোরা কাটা দাগ আছে। পাগুলো একটু লম্বাটে ধরণের।

- এডিস ইজিপটাই ও এডিস এলবোপিকটাস নামক এই দুই প্রজাতির স্ত্রী মশাই মূলতঃ ডেঙ্গুজ্বরের ভাইরাস বহন করে থাকে।

- এডিস মশা অনেক উঁচুতেও চলাচল করতে সক্ষম। তাই বহুতল ভবনেও এডিস মশা থাকতে পারে।

- এডিস মশা সাধারণতঃ দিনের বেলায় কামড়ায়। বিশেষ করে ভোরে এবং বিকেল বেলার শেষদিকে এই মশা বেশি কামড়ায়। তাই দিনের বেলায় ঘুমানোর সময়ও মশারী ব্যবহার করতে হবে।

বিপদজনক এডিস মশার বংশবিস্তার

এডিস মশার বংশবিস্তার

- ঘরেই এডিস মশা বসবাস করে। কৃত্রিম পাত্রই এডিস মশার বসবাসের পছন্দের জায়গা। তবে প্রাকৃতিক পাত্রেও এই মশা ডিম পাড়ে। প্রাকৃতিক পাত্রের মধ্যে রয়েছে-গাছের কোটর, বাঁশের গিটের গর্ত, পাতার বোঁটা ইত্যাদি

- এডিস মশা সাধারণত জমে থাকা পানিতে ডিম পাড়ে। চলমান পানিতে এই মশা ডিম পাড়ে না। তাই ড্রেন, নর্দমা কিংবা পুকুরে এডিস মশা দেখা যায় না। বর্ষাকালে ও অতিরিক্ত আদ্র পরিবেশ এডিস মশার বংশবৃদ্ধির জন্য খুবই উপযোগী। বৃষ্টির পানি শুকিয়ে যাওয়ার পরও এডিস মশার ডিমগুলো বেঁচে থাকতে পারে। ডিম ফোঁটার জন্য এদের পানির প্রয়োজন হয় না। বৃষ্টি কমে যাওয়ার সাথে সাথে বয়স্ক এডিস মশার প্রকোপ কমতে থাকে। মোট কথা এডিস মশা বর্ষাকালেই বেশী কামড়ায়

- এডিস মশা যতদিন বেচে থাকে ততদিন ডেঙ্গু ভাইরাস বহন করতে পারে। এতে মশাটির কোন ক্ষতি হয় না এবং পুরো জীবদ্দশায়ই (১৫-৬৫ দিন) মানুষকে সংক্রমিত করার ক্ষমতা রাখে। এমনকি এই সংক্রামক মশার ভবিষ্যৎ প্রজন্মও একইভাবে মানুষকে সংক্রমিত করার ক্ষমতা নিয়ে জন্মাতে পারে

ডেঙ্গু জ্বর সংক্রান্ত যে সকল বিষয় আমাদের মনে রাখা উচিত

- হেমোরেজিক ডেঙ্গুজ্বরের ক্ষেত্রে শরীরের যে কোন স্থান থেকে রক্তক্ষরণ দেখা দিলে সাথে সাথে চিকিৎসকের পরামর্শ নেয়া উচিত
- ডেঙ্গু আক্রান্ত রোগীকে অবশ্যই সর্বক্ষণ মশারীর মধ্যে রাখতে হবে যাতে করে রোগীকে কোন মশা কামড়াতে না পারে
- এডিস মশা ডেঙ্গু জ্বরের প্রধান উৎস । তাই এডিস মশা বংশবিস্তার করতে পারে এমন জায়গা যেমন- বাসস্থানের ফুলের টব, অব্যবহৃত কৌটা, ডাবের খোসা, অব্যবহৃত টায়ার, মুখ খোলা অব্যবহৃত পানির ট্যাঙ্ক, প্লাষ্টিকের প্যাকেট, পলিথিন এবং ঘরের আশেপাশে পানি জমতে দেয়া যাবে না এবং বাড়ির আঙ্গিনা ও চারিপাশে পানি জমতে পারে এমন জায়গা সর্বদা পরিষ্কার ও পরিচ্ছন্ন রাখতে হবে

স্বাস্থ্য শিক্ষা ব্যুরো, স্বাস্থ্য অধিদপ্তর
স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়