ডেঙ্গী আর ডেঙ্গী হেমোরেজিক জ্ব র: সুনামী থেকে রক্ষা প্রা প্ত মানুষদের জন্য প্র শ্ন আর উত্ত র

ডেঙ্গী কী?

ডেঙ্গী (উচ্চা রণ ডেঙ'গী) হল একটা অসুখ যা ঘনিষ্ট সম্পর্ক কের চারটে জীবাণুর (ডি ই এন - ১, ডি ই এন - ২, ডি ই এন - ৩, ডি ই এন - ৪) যে কো ন একটা থেকে হয়। কো ন সংক্রামিত মশার কামড় থেকে মানুষের এই অসুখ হয়। হিসেব অনুযায়ী প্র তি বছরে সারা পৃথিবীতে ১০০০ লক্ষে রও বেশি মানুষের ডেঙ্গী হয়।

ডেঙ্গী হেমোরেজিক জ্ব র (ডি এইচ এফ) কী?

ডি এইচ এফ হল ডেঙ্গী র আরো তীব্র অবস্থা । এটা মারাত্ম ক হতে পারে যদি বো ঝা না যায় আর ঠিকঠাক চিকিৎসা না হয়। ডেঙ্গী যে জীবাণু থেকে হয় ডি এইচ এফও সেই জীবাণুর সংক্র মণ থেকে হয়। চিকিৎসা র ভাল ব্য বস্থা থাকলে ডি এইচ এফ-এর কারণে মৃত্যু ১%-এর কম হয়ে যায়।

ডেঙ্গী আর ডেঙ্গী হেমোরেজিক জ্ব র (ডি এইচ এফ) কী ভাবে ছড়ায়?

ঈডিস মশা যখন ডেঙ্গী জীবাণু থেকে সংক্রা মিত হয়ে লো ককে কামড়ায় তখন ডেঙ্গী হয়। ডেঙ্গী অথবা ডি এইচ এফ-এতে আক্রা ন্ত মানুষকে মশা কামড়ালে মশাটা ডেঙ্গী জীবাণু থেকে সংক্রা মিত হয়। এরপর প্রা য় এক সপ্তা হ বাদে একজন সুস্থ মানুষকে মশাটা কামড়ে জীবাণু ছড়িয়ে দিতে পারে। ডেঙ্গী সরাসরি একজন থেকে আরেক জনে ছড়াতে পারে না।

অসুখের লক্ষ ণ কী?

ডেঙ্গী র প্র ধান লক্ষ ণ হল খুব জ্ব র, মাথায়, পিঠে, গাঁটে তীব্র ব্য থা, বমি ভাব আর বমি হওয়া, চো খে ব্য থা আর গায়ে ফুসকুড়ি। সাধারণতঃ বেশি বয়সী বাচ্চা আর বড়দের তুলনায় অল্প বয়সী বাচ্চা দের শরীর খারাপ কম হয়।

ডেঙ্গী হেমোরেজিক জ্ব র ২ থেকে ৭ দিন অব্দি থাকে, আর তার সাথে কিছু সাধারণ লক্ষ ণ দেখা যায় যা অন্য অনেক রকম অসুখের ক্ষে ত্রে দেখা যেতে পারে (যেমন, বমিভাব, বমি হওয়া, পেটে ব্য থা, আর মাথায় ব্য থা)। এরপর হেমোরেজ সংক্রা ন্ত লক্ষ ণ প্র কাশ পেতে থাকে, যেমন সহজেই কালশিরা পরে যাওয়া বা চামড়ার অন্য ধরণের হেমোরেজ, নাক আর মাঢ়ী থেকে রক্ত পরা, আর সম্ভ বতঃ শরীরের ভেতরে রক্ত পাত হওয়া। রক্তে র সবচেয়ে ছো ট শিরাগুলো কে (ক্যা পিল্যা রীজ) তখন খুব সহজে ভেদ ("ফুটো মত") করা যায়। যার ফলে শিরা থেকে তরল পদার্থ বেরিয়ে যায়। এর দ্বা রা রক্ত চলাচলের ব্য বস্থা অকেজো হয়ে যেতে পারে আর আঘাত সৃষ্টি হতে পারে, যার থেকে মৃত্যু হতে পারে যদি রক্ত চলাচলের ব্য বস্থা অকেজো হয়ে যাওয়া শো ধরানো না হয়।

ডেঙ্গী র চিকিৎসা কী?

ডেঙ্গী সংক্র মণের চিকিৎসা র জন্য কো ন নির্দি ষ্ট ওসুধ নেই। যাদের মনে হবে যে তাদের ডেঙ্গী হয়েছে তারা এন্যা লজেসিক (ব্য থা কমায়) আর এসেটামিনো ফেন খাবেন আর যে ওষুধে এসপেরিন আছে তা খাবেন না। এছাড়া তারা বিশ্রা ম নেবেন, প্র চুর পরিমাণে জল খাবেন আর ডাক্তা র দেখাবেন।

ডেঙ্গী হেমোরেজিক জ্ব র (ডি এইচ এফ)-এর কী কো ন ফলদায়ক চিকিৎসা আছে?
ডেঙ্গী র মত ডি এইচ এফ-র কো ন নির্দি ষ্ট ওষুধ নেই। তবে এ ক্ষে ত্রে যদি তাড়াতাড়ি ধরা পড়ে তাহলে শরীরের তরল পদার্থ বদল করে ফল পাওয়া যেতে পারে। ডি এইচ এফ-কে ভালভাবে সামলাতে দ্রু ত হাসপাতালে দেওয়া দরকার। যে ডাক্তা ররা সন্দে হ করছেন কো ন রুগীর ডি এইচ এফ হয়েছে, আরো বিশদ তথ্যে র জন্য সি ডি সি-র ডেঙ্গী বিভাগের সাথে তারা আলো চনা করতে চাইতে পারেন।

ডেঙ্গী কো থায় ভয়ানক হতে পারে?
ডেঙ্গী মূলতঃ সেই সব অঞ্চ লে ভয়ানক হতে পারে যেখানে *ঈডেস ঈজিপ্টা ই* (কখনো কখনো ঈডেস আলবো পিক্টা সও বলা হয়) মশা থাকে। পৃথিবীর অধিকাংশ গরম শহুরে অঞ্চ ল এর মধ্যে পড়ে। কো ন একটি অঞ্চ লে ডেঙ্গী র জীবাণু ভ্র মণকারীদের মাধ্য মে ঢুকে যেতে পারে, যখন সেই ভ্র মণকারীরা ডেঙ্গী আছে এমন অন্য গরম জায়গায় বেড়াতে গিয়ে সংক্রা মিত হয়ে যায়।

ডেঙ্গী হওয়ার ঝুঁকি কমাতে কী করা যেতে পারে?
ডেঙ্গী আটকানো র জন্য কো ন টিকা নেই। যে অঞ্চ লে *ঈডেস ঈজিপ্টা ই* মশার উপদ্র ব আছে সেখানে যারা বাস করে তাদের পক্ষে ডেঙ্গী আটকানো র সবচেয়ে ভাল উপায় হল যে পাত্র গুলো তে মশা ডিম দেয় সেগুলো কে সরিয়ে দেওয়া। এই পাত্র গুলো তে জল রাখা হয় আর এগুলো মূলতঃ কৃত্রি ম হয় মানে প্রা কৃতিক নয়।

যে পাত্র গুলো তে বৃষ্টি র জল ধরা হয় বা জল জমিয়ে রাখতে ব্য বহার করা হয় (যেমন, প্লা স্টি কের পাত্র , ৫৫-গ্যা লনের ড্রা ম, বালতি, অথবা গাড়িতে ব্য বহার করা পুরনো চাকা) সেগুলো ভালভাবে ঢেকে রাখতে হবে বা ঠিকভাবে ফেলে দিতে হবে। জন্তু জানো য়ার ও পালিত পশুকে জল দেবার পাত্র এবং ফুলদানী সপ্তা হে অন্ত তঃ একদিন জল ফেলে পরিষ্কা র করতে হবে। এর ফলে মশার ডিম আর বাচ্চা নষ্ট হয়ে যাবে এবং এই সব অঞ্চ লে মশার সংখ্যা কমবে। যে অঞ্চ লে ডেঙ্গী আছে সেখানে যারা বেড়াতে যাবেন বা যারা থাকেন তাদের মশার কামড় খাওয়ার সম্ভা বনা কমানো র উপায় হল শীত-তাপ নিয়ন্ত্র ণের যন্ত্র বা এয়ার-কন্ডি শনার অথবা জানালা আর দরজায় তারের জাল ব্য বহার করা। মশা তাড়ানো র জিনিস, যাতে ২০% থেকে ৩০% ডি ই ই টি সক্রি য় উপাদান হিসেবে ব্য বহার করা হয়েছে, খো লা গায়ে এবং পো ষাকে যথাযথভাবে লাগালে মশার কামড় খাওয়ার সম্ভা বনা কমে যায়। আন্ত র্জাতিক ভ্র মণকারীদের ক্ষে ত্রে ডেঙ্গী সংক্র মণের ঝুঁকি মনে হয় কম, যদি না মহামারী ঘটে।

বিশদ তথ্যে র জন্য দেখুন, www.bt.cdc.gov/disasters/tsunamis, অথবা সি ডি সি-র পাবলিক রেসপন্স হটলাইনে ফো ন করুন 888-246-2675 (ইংলিশ), 888-246-2857 (স্প্যা নিশ), বা 866-874-2646 (টি টি ওয়াই)।

DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES
CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION
SAFER • HEALTHIER • PEOPLE™