**‡W½y cÖwZ‡iva wel‡q Rbm‡PZbZvt** ****

* আপনার ঘরে এবং আশেপাশে যে কোন জায়গায়, ফুলের টব, প্লাস্টিকের পাত্র, পরিত্যাক্ত টায়ার, প্লাস্টিকের ড্রাম, মাটির পাত্র, বালতি, টিনের কৌটা, ডাবের খোসা/নারিকেলের মালা, কন্টেইনার, মটকা, ব্যাটারি শেল ইত্যাদিতে জমে থাকা পানি তিন দিন পর পর অপসারণ করুন।
* ব্যবহৃত পাত্রের গায়ে লেগে থাকা মশার ডিম অপসারণে পাত্রটি ঘষে ঘষে পরিস্কার করুন।
* অব্যবহৃত পানির পাত্র ধ্বংস অথবা উল্টে রাখতে হবে যাতে পানি না জমে।
* দিনে অথবা রাতে ঘুমানোর সময় অবশ্যই মশারি ব্যবহার করুন।

\* ডেঙ্গু জ্বরে আতঙ্কিত না হয়ে চিকিৎসকের পরামর্শ নিন, সুস্থ থাকুন।

**‡W½y R¡‡ii jÿY I KiYxq**

ডেঙ্গুজ্বর সাধারণত একটি সংক্রামক রোগ যা ডেঙ্গু ভাইরাসের (A.Aegyti ভাইরাস) কারণে হয়। এডিস নামক এক ধরনের মশার কামড়ে এ রোগ হয়। ভাইরাসটির ৪টি ভিন্ন ভিন্ন প্রকার আছে যার একটি প্রকারের সংক্রমণ সাধারণত সেই প্রকারের বিরুদ্ধে জীবনভর প্রতিরোধ ক্ষমতা দেয়, কিন্তু অন্য প্রকারগুলোতে স্বল্পমেয়াদে প্রতিরোধ ক্ষমতা দেয়। পরবর্তীতে অন্য প্রকারের সংক্রমণ হলে সেটি প্রবল জটিলতার সৃষ্টি করতে পারে। ডেঙ্গুজ্বরের জীবাণুবাহী মশা কোন ব্যক্তিকে কামড়ালে সেই ব্যক্তি ৪ থেকে ৬ দিনের মধ্যে ডেঙ্গুজ্বরে আক্রান্ত হয়। আবার, আক্রান্ত ব্যক্তিকে কোন জীবাণুবিহীন এডিস মশা কামড়ালে সেই মশাটিও ডেঙ্গুজ্বরের জীবাণুবাহী মশায় পরিণত হয়। এভাবেই এক ব্যক্তি থেকে অন্য ব্যক্তির মধ্যে ডেঙ্গুজ্বরের জীবাণুবাহী এডিস মশার মাধ্যমে ডেঙ্গু ছড়িয়ে পড়ে। মে থেকে সেপ্টেম্বর মাস, বিশেষ করে গরম ও বর্ষার (বর্ষা ও বর্ষা পরবর্তী) সময় ডেঙ্গুজ্বরের প্রকোপ অনেক বেশি থাকে। অপরদিকে শীতকালে সাধারণত এই জ্বর হয় না বললেই চলে।

**ডেঙ্গুজ্বরের লক্ষণ**

ডেঙ্গু প্রধানত দুই ধরনের হয়, যেমনÑ ক্লাসিক্যাল ডেঙ্গু, ফিভার ও হেমোরেজিক ফিভার।

১. ক্লাসিক্যাল ডেঙ্গুজ্বরে সাধারণত তীব্র জ্বর এবং সেইসঙ্গে শরীরে প্রচন্ড ব্যথা হয়ে থাকে।

২. জ্বর ১০৫ ফারেনহাইট পর্যন্ত হতে পারে।

৩. শরীরের বিভিন্ন অংশে বিশেষ করে মাথায়, চোখের পেছনে, হাড়, কোমর, পিঠসহ অস্থিসন্ধি ও মাংসপেশিতে তীব্র ব্যথা অনুভূত হয়।

৪. জ্বর হওয়ার ৪ থেকে ৫ দিন পর সারা শরীরে লালচে দানা দেখা যায়, সঙ্গে বমি বমি ভাব বা বমি, রোগী অতিরিক্ত ক্লান্তবোধ করে, রুচি কমে যায় ইত্যাদি লক্ষণ দেখা যেতে পারে।

৫. কিছু কিছু ক্ষেত্রে, ২ বা ৩ দিন পর আবার জ্বর আসে।

ডেঙ্গু হেমোরেজিক জ্বরে ক্লাসিক্যাল ডেঙ্গুজ্বরের লক্ষণ ও উপসর্গের পাশাপাশি আরও কিছু সমস্যা দেখা যায় যেমন-

১. শরীরের বিভিন্ন অংশ থেকে রক্ত পড়া,

২. পায়খানার সঙ্গে তাজা রক্ত বা কালো পায়খানা,

৩. মেয়েদের বেলায় অসময়ে ঋতুস্রাব বা রক্তক্ষরণ, বুকে বা পেটে পানি আসা ইত্যাদি।

৪. আবার, লিভার আক্রান্ত হয়ে রোগীর জন্ডিস, কিডনিতে আক্রান্ত হয়ে রেনাল ফেইলিউর ইত্যাদি জটিলতা দেখা দিতে পারে।

৫. ডেঙ্গুজ্বরের সবচেয়ে ভয়াবহ রূপ হলো ডেঙ্গু শক সিনড্রোম। ডেঙ্গু হেমোরেজিক ফিভারের সঙ্গে সার্কুলেটরি ফেলিউর যোগ হয়ে ডেঙ্গু শক সিনড্রোম হয়।

**প্রচারেঃ উপজেলা সমবায় কার্যালয়, যশোর সদর, যশোর।**