ডেঙ্গু বিষয়ক সচেতনতা

সচেতন হোন, সুরক্ষিত থাকুন

এ বছর সারাদেশে ডেঙ্গু ভয়ঙ্কর রূপ ধারণ করেছে। ইতোমধ্যেই ডেঙ্গুর প্রকোপ সকল সূচকে অতীতের যাবতীয় পরিসংখ্যান ছাড়িয়ে গেছে। বাংলাদেশে বিগত বছরগুলির মধ্যে ডেঙ্গুতে সর্বোচ্চ মৃত্যুবরণ করেছিল ২০২২ সালে ২৮১ জন এবং সে বছর ডেঙ্গু আক্রান্ত হয়ে হাসপাতালে ভর্তি হয়েছিল ৬২০৯৮ জন। এ বছরের ১ জানুয়ারি হতে ৩ সেপ্টেম্বর পর্যন্ত ডেঙ্গুতে আক্রান্ত হয়ে হাসপাতালে ভর্তি হয়েছে ১ লক্ষ ৩০ হাজার ৩০২ জন এবং মৃত্যুবরণ করেছে ৬৩৪ জন। এ সময়ে ঝিনাইদহ জেলাতে ডেঙ্গুতে আক্রান্ত হয়ে হাসপাতালে ভর্তি হয়েছে ৬১০ জন এবং মৃত্যুবরণ করেছে ০১ জন। সার্বিক পরিস্থিতি বিবেচনায় বর্তমানে ডেঙ্গু মূর্তমান এক আতঙ্কের নাম।

ডেঙ্গু জ্বর যেভাবে ছড়ায়: এডিস মশার কামড়ে ডেঙ্গু রোগ ছড়ায়। এটি ভাইরাসজনিত জ্বর। এ জ্বর এমনিতেই সেরে যায়; তবে হেমোরোজিক ডেঙ্গু জ্বর প্রাণঘাতী হতে পারে।

প্রতিরোধে করণীয়:

- ❑ বসতবাড়ির ভিতরে, বাসার ছাদে এবং বাসার আনাচে-কানাচে পড়ে থাকা অপ্রয়োজনীয় পাত্র, টিনের কৌটা, বোতল, ক্যান, হাড়ি-পাতিল, ডাবের খোসা, ড্রাম, গাড়ির টায়ার, ফুলেব টব বা অন্য যে কোন পাত্র, এসি কিংবা ফ্রিজের নিচে পানি জমতে না দেয়া;
- ❑ যে কোন উন্মুক্ত পাত্রে জমে থাকা পানি নিয়মিত অপসারণ করা;
- ❑ পানি জমতে পারে এ ধরণের পাত্র ধ্বংস কিংবা উপুড় করে রাখা;
- ❑ বাড়ির আশেপাশের ড্রেন বা নর্দমা নিয়মিত পরিষ্কার করা;
- ❑ মশা তাড়ানোর ঔষধ বা স্প্রে ব্যবহার করা;
- ❑ দিনে বা রাতে যে কোন সময় ঘুমানোর ক্ষেত্রে মশাড়ি ব্যবহার করা;
- ❑ হালকা রংয়ের ফুল প্যান্ট, ফুলহাতা জামা, জুতা-মোজা পরিধান করা এবং শরীরের অনাবৃত স্থানে মশা নিরোধক ক্রীম ব্যবহার করা।

ডেঙ্গু জ্বরের লক্ষণ: (১) হঠাৎ ১০৪-১০৫ ডিগ্রী জ্বরসহ মাথাব্যাথা, (২) চোখে ব্যাথা বা আলোর দিকে তাকাতে সমস্যা অনুভূত হওয়া; (৩) মাংসপেশি ও শরীরের গিঁটে গিঁটে ব্যাথা, (৪) শরীরে লালচে দানা বা র‍্যাশ ওঠা, (৫) বমি কিংবা রক্ত বমি হওয়া, (৬) চামড়ার নিচে রক্তক্ষরণ, (৭) চোখে রক্ত জমাট বাধা, (৮) লাল বা কালচে রংয়ের পায়খানা, (৯) দাঁতের মাড়ি, নাক-মুখ ও পায়খানার রাস্তা দিয়ে রক্তপাত, (১০) রক্তচাপ হ্রাস ও নাড়ির গতি দ্রুত হওয়া, (১১) হেমোরেজিক ডেঙ্গু জ্বরের ক্ষেত্রে শরীরের ভিতরের বিভিন্ন অঙ্গ-প্রত্যঙ্গ হতে রক্তক্ষরণ এবং পেট ও ফুসফুসে পানি জমতে পারে।

প্রতিকারে করণীয়:

- ❑ ডেঙ্গু জ্বরের লক্ষণ দেখা দেওয়া মাত্রই নিকটস্থ হাসপাতাল কিংবা স্বাস্থ্য কেন্দ্রে গিয়ে ডাক্তারের পরামর্শ নিতে হবে ও তা মেনে চলতে হবে;
- ❑ স্বাভাবিক খাবারের পাশাপাশি রোগীকে প্রচুর তরল খাবার (ডাবের পানি, ফলের জুস প্রভৃতি) খাওয়াতে হবে;
- ❑ রোগীকে সর্বদা মশাড়ির ভিতরে বিশ্রামে রাখতে হবে;
- ❑ কোন অবস্থাতেই ব্যাথানাশক ঔষধ বা ইনজেকশন ব্যবহার করা যাবে না।

ডেঙ্গু প্রতিরোধে দায়িত্বশীল ভূমিকা রাখুন, সবাই মিলে সুস্থ থাকুন

সৌজন্যে : উপজেলা প্রশাসন, কোটচাঁদপুর, ঝিনাইদহ
সহযোগিতায় : জেলা প্রশাসন, ঝিনাইদহ
২০২৩