

ডেঙ্গু জ্বর

ডেঙ্গু কি? : ডেঙ্গু একটি ভাইরাস জনিত জ্বর যা এডিস মশা (Aedes aegypt, Aedes albopictus) দ্বারা ছড়ায়। সাধারণত বর্ষাকাল ও তার পরবর্তী সময়ে ডেঙ্গু জ্বরের প্রকোপ বেশি থাকে। ডেঙ্গু ভাইরাস মশকীর শরীরে প্রবেশের ৪-১০ দিনের মাঝে মশা ইনফেক্টেড হয়। আর মানুষের শরীরে প্রবেশের ৪-৭ দিনের মাঝে মানুষ ইনফেক্টেড হয়। ডেঙ্গু ভাইরাসের ৪টি সেরোটাইপ এবং প্রতিটি সেরোটাইপের কয়েকটি সাব টাইপ আছে। আমাদের দেশে এবার সেরোটাইপ ৩ দিয়ে বেশি ডেঙ্গু হচ্ছে। যা অতীতের ডেঙ্গুর চেয়ে ভিন্ন ও বিপদজনক।

ডেঙ্গু জ্বরের লক্ষণ :

- ১। তীব্র জ্বর (১০২-১০৪ F) থাকে ২-৭ দিন
- ২। মাথা ব্যাথা, গায়ে ব্যাথা, হাঁড়ে ব্যাথা থাকে প্রচণ্ড পরিমাণে তাই এই জ্বরকে Break-Bone Fever ও বলা হয়।
- ৩। জ্বরের ৩-৪ দিনে শরীরে র্যাশ হওয়া
- ৪। বমি ভাব/বমি, শরীর দুর্বল লাগা
- ৫। পেটে ব্যাথা, পাতলা পায়খানা
- ৬। রক্তে প্লাটিলেট কমে যাওয়া

কিন্তু এবার সাধারণ লক্ষণ গুলো তেমন দেখা যাচ্ছে না। তাই জ্বরের মাত্রা কম হলেও চিকিৎসকের পরামর্শ নিয়ে ডেঙ্গু আছে কিনা নির্ণয় করা অত্যন্ত জরুরী।

করণীয় :

মানুষের শরীরে ৫ লিটার রক্ত থাকে তার ৫৫% জলীয় অংশ (Plasma) এবং ৪৫% রক্ত কণিকা। এবারের ডেঙ্গু জ্বরে রক্তের জলীয় অংশ কমে যাওয়ায় Hypovolumic shock হয়ে রোগী মারা যাচ্ছে। তাই ডেঙ্গু হলে প্রচুর তরল খাবার, খাবার স্যালাইন এবং ডাবের পানি পান করতে হবে। দিনে ৩-৪ বার ব্লাড প্রেশার দেখতে হবে। শুধু মাত্র প্যারাসিটামল ছাড়া অন্য কোন প্রকার ঔষধ চিকিৎসকের পরামর্শ ব্যতীত খাওয়া যাবে না।

যে যে কারণে হাসপাতালে ভর্তি হতে হবে:


- ১। ডেঙ্গু জ্বরে আক্রান্ত রোগী যদি পর্যাপ্ত পরিমাণে মুখে খেতে না পারে।
- ২। রক্তচাপ কমে গেলে।
- ৩। প্রসাবের পরিমাণ কম হলে।
- ৪। প্রচণ্ড পেটে ব্যাথা ও বমি হলে।
- ৫। দাঁতের মাড়ি থেকে রক্ত পড়লে।

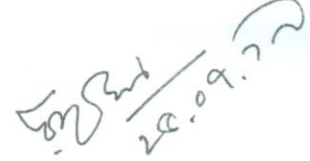
প্রতিরোধ :

ডেঙ্গুর কোন ভ্যাক্সিন নেই। তাই ডেঙ্গু প্রতিরোধের মূলমন্ত্রই হলো এডিস মশার বিস্তার রোধ এবং এই মশা যেন কামড়াতে না পারে, তার ব্যবস্থা করা। মনে রাখতে হবে, এডিস একটি ভদ্র মশা, অভিজাত এলাকায় বড় বড় সুন্দর দালান কোঠায় এরা বাস করে। স্বচ্ছ পরিষ্কার পানিতে ডিম পাড়ে। ময়লা দুর্গন্ধযুক্ত পানি এদের পছন্দ সই নয়। তাই মশার ডিম পাড়ার উপযোগী স্থানগুলোকে পরিষ্কার রাখতে হবে। তার পাশাপাশি মশার কামড় থেকে রক্ষা পাওয়ার জন্য কিছু সতর্কতা অবলম্বন করতে হবে। এডিস মশা মূলত দিনের বেলা ও সন্ধ্যা বেলায় কামড়ায় তবে রাতের উজ্জল আলোতেও কামড়াতে পারে।

- ১। তাই দিনের বেলায় যথাসম্ভব শরীর ভালোভাবে ঢেকে রাখতে হবে অর্থাৎ ফুল শার্ট, ফুল প্যান্ট ও মোজা ব্যবহার করতে হবে।
- ২। দিনে ও রাতে মাশুরী ব্যবহার করতে হবে। দরজায় জানালায় নেট লাগাতে হবে।
- ৩। প্রয়োজনে মশা নিরোধক লোশন, ক্রিম বা ম্যাট ব্যবহার করা যেতে পারে।

পরিশেষে বলা যায় ডেঙ্গু জ্বর হয়তোবা নির্মূল করা যাবে না, এর কোন ভ্যাক্সিন ও কার্যকরী ঔষধ আবিষ্কার হয়নি। এডিস মশা আমাদের দেশে আগেও ছিল, ভবিষ্যতেও থাকবে। একমাত্র সচেতনতা ও প্রতিরোধের মাধ্যমেই এর হাত থেকে মুক্তি সম্ভব।


ডা. সাজিদা নাগিস
মেডিকেল অফিসার
ঢাকা কমার্স কলেজ


অধ্যক্ষ
ঢাকা কমার্স কলেজ