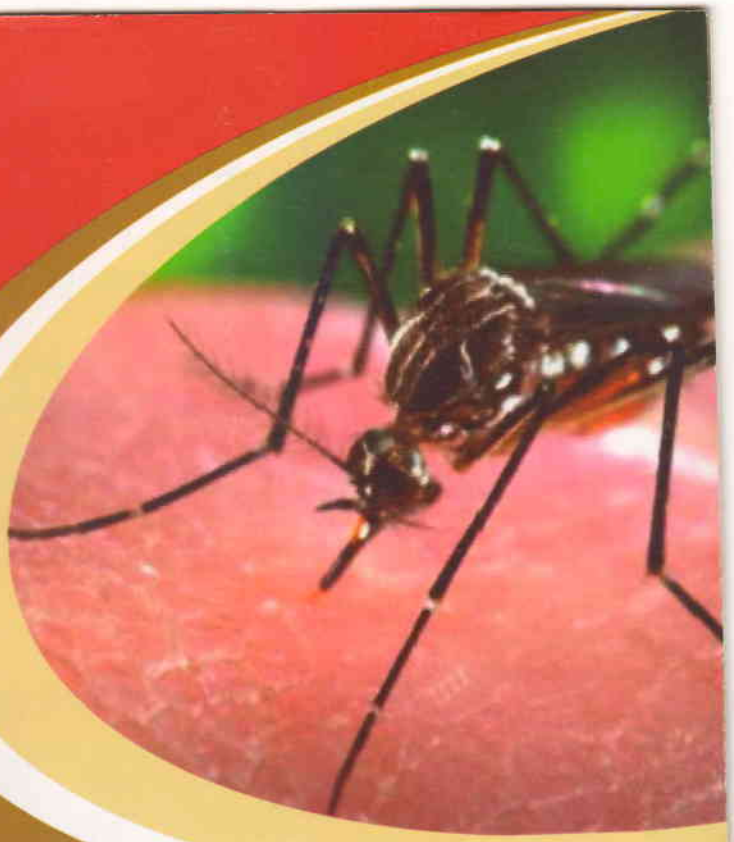


डेंगू बुखार

कारण, उपचार तथा बचाव

NATIONAL HEALTH MISSION
राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन

चिकित्सा स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग

उत्तराखण्ड, देहरादून

उत्तराखण्ड सरकार

कैसे रोके डेंगू के खतरे को?

- अपने घर में और आसपास पानी एकत्रित न होने दें।
- गड्ढों को मिट्टी से भर दें और रूकी हुई नालियों को साफ कर दें।
- रूम कूलर तथा फूलदानों का सारा पानी सप्ताह में एक बार पूरी तरह खाली कर दें और उन्हें सुखा कर फिर से भरें।
- पानी की टंकियों को सही तरीके से ढक कर रखें ताकि मच्छर उस में प्रवेश न कर सके।
- ऐसे कपड़े पहने जो शरीर को ज्यादा-से-ज्यादा ढक सके।
- मच्छर से बचाने वाली क्रीम का प्रयोग करें।
- मच्छरदानी का प्रयोग करें।
- यदि आस-पास भरे पानी को हटाना आसान न हो तो उसमें केरोसिन या पेट्रोल डालें।

डेंगू का मच्छर
केवल साफ पानी के
स्त्रोतों में ही पैदा होता है।

क्या है रोकथाम के उपाय ?

- एडीज मच्छरों का प्रजनन रोकना
- एडीज मच्छरों के काटने से बचना

डेंगू बुखार

कारण, उपचार तथा बचाव

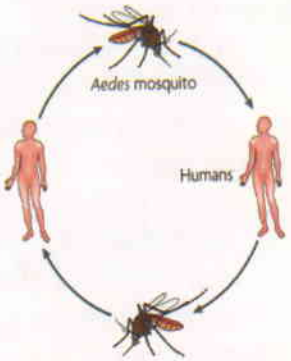
डेंगू बुखार एक प्रकार के मच्छर के काटने से फैलने वाला वायरल (विषाणु) संक्रमण है। मच्छर एक वैक्टर (Vector) है और इसके द्वारा फैलने वाली बिमारी को मच्छर जनित रोग (वैक्टर बार्न डिजिज) कहते है। डेंगू सभी मच्छर से नही फैलता है। ज्यादातर Aedes aegypti और Aedes albopictus जाति के ही मादा मच्छर इसे फैलाने के लिए जिम्मेदार है।

डेंगू (एडिज) मच्छर की पहचान ?

Aedes Mosquito एडिज मच्छर के शरीर पर काले व सफेद रंग की पट्टियाँ होती है। इसे Tiger मच्छर भी कहते है।

कैसे फैलता है?

यह मच्छर ज्यादातर दिन के समय ही काटते हैं। एडिज मच्छर एकत्रित साफ व स्थिर पानी में पनपता है। अगर किसी व्यक्ति को डेंगू का संक्रमण है और एडिज मादा मच्छर उस संक्रमित व्यक्ति से खून पीता है तो मच्छर में डेगू वायरस (विषाणु) युक्त खून चला जाता है तथा यह संक्रमित मच्छर जब किसी स्वस्थ्य व्यक्ति को काटता है तो वह व्यक्ति डेंगू के वायरस (विषाणु) से संक्रमित हो जाता है। इस प्रकार यह चक्र चलता रहता हैं।



एडिज मच्छर कहाँ पनपता है?

मानव निर्मित बर्तन, पानी की टंकी, रूम कूलर, फूल दान, टूटी फूटी बोतलें, नारियल का खोल, गमले, टंकी के ढक्कन का किनारा (जहां पानी एकत्रित हो सकता है), पुराने टायर्स व डिब्बे आदि यहाँ तक कि पत्तियों में भी अगर एक सप्ताह तक पानी ठहरा हो तो यह मच्छर आसानी से पनप सकता है।

डेंगू के प्रकार

डेंगू वायरस (विषाणु) चार प्रकार के होते है DEN1, DEN 2, DEN 3, DEN 4 डेंगू बिमारी एक ऐसा बुखार है जिसे महामारी के रूप में देखा गया है। वयस्कों की तुलना में बच्चो में इस बिमारी की तीव्रता अधिक होती है तथा डेंगू उन लोगो को ज्यादा प्रभावित करता है जिनकी रोग प्रतिरोधक क्षमता कम होती है।

संक्रमण काल

संक्रमित मच्छर द्वारा स्वस्थ्य व्यक्ति को काटने एवं व्यक्ति में डेंगू बुखार के लक्षण प्रकट होने की अवधि को संक्रमण काल कहते है। यह 3–14 दिनो तक होता है।

लक्षण

डेंगू बुखार तीन प्रकार का होता है:–

(i) डेंगू बुखार (साधारण) (Dengue Fever)
(ii) डेंगू हँमरेजिक बुखार (Dengue Hemorrhagic fever, DHF)
(iii) डेंगू शॉक सिन्ड्रोम (Dengue Shock Syndrome, DSS)

(i) डेंगू बुखार (साधारण)

- ठंड लगने के साथ अचानक तेज, बुखार चढ़ना
- मांसपेशियों तथा जोड़ों में दर्द होना इसी कारण इसे हड्डी तोड बुखार भी कहते है
- आंखों के पिछले भाग में दर्द होना जो आंखों को दबाने या हिलाने से और भी बढ़ जाता है
- अत्याधिक कमजोरी लगना, भूख न लगना।
- गले में दर्द होना।

- शरीर पर लाल चकत्ते आना।
- साधारण डेंगू बुखार की अवधि लगभग 5–7 दिन तक रहती है और रोगी स्वयं ठीक हो जाता हैं।

(ii) डेंगू हॅमरेजिक बुखार **(DHF)**

- यदि साधरण डेंगू बुखार के लक्षणों के साथ–साथ, निम्नलिखित लक्षणो में से एक भी लक्षण प्रकट होता है तो DHF होने का शक करना चाहिए जैसे–
  - त्वचा पर गहरे नीले काले रंग के छोटे या बडे चिकत्ते पड जाना।
  - नाक, मसूढों से खून आना, शौच या उल्टी मे खून आना, आदि रक्स्राव (हॅमरेज) के लक्षण हैं।

(iii) डेंगू शॉक सिन्ड्रोम **(DSS)**

- इस प्रकार के डेंगू बुखार में DHF के लक्षणो के साथ "शॉक" की अवस्था के कुछ लक्षण भी प्रकट हो जाते है जैसे:
  - रोगी अत्यधिक बेचैन हो जाता है और तेज बुखार के बावजूद भी उसकी त्वचा ठंडी महसूस होती है।
  - रोगी धीरे –धीरे होश खोने लगता है।
  - यदि रोगी की नाड़ी देखी जाए तो वह तेज और कमजोर महसूस होती है। रोगी का रक्तचाप; (ब्लडप्रेशर) कम होने लगता है।

उपचार

- साधारण डेंगू बुखार स्वंय ठीक होने वाला रोग है। इसका उपचार लक्षणों के आधार पर ही किया जाता है।
- बुखार के लिए पेरासिटामॉल की गोली ही सुरक्षित है।
- रोगी को डिस्प्रिन / एस्प्रिन कभी ना दें।
- सामान्य रूप से भोजन देना जारी रखे व अधिक पानी पिलायें।
- रोगी को आराम करने दें।
- यदि रोगी में DHF या DSS की ओर संकेत करने वाला एक भी लक्षण प्रकट होता नजर आए तो रोगी को शीघ्र निकटतम अस्पताल मे ले जाए ताकि वहाँ आवश्यक परीक्षण करके रोग का सही निदान किया जा सके। DHF/DSS होने पर डाक्टर की राय एवं आवश्कतानुसार ही प्लेटलेट चढाये जाते है।
- यह भी याद रखने योग्य बात है कि डेंगू बुखार के प्रत्येक रोगी को प्लेटलेट्स चढाने की आवश्यकता नही होती है।

बचाव

डेंगू का अभी तक न कोई टीका विकसित हुआ है और ना ही कोई विशेष दवा तैयार हुई है। चूंकि डेंगू एक वायरल संक्रमण है, और ये बिमारी मच्छर द्वारा फैलती है। अतः डेंगू से बचने के लिए जरूरी है मच्छरों से बचना। जिस हेतु निम्न बिन्दुओं पर ध्यान देने की आवश्यकता है –

(i) मच्छरों को पनपने ना दें। (प्रजनन रोकें)

(ii) स्वयं को मच्छरों के काटने से बचाए।

(i) मच्छरों को पनपने न देने के उपाय :

- घर और उसके आस–पास पानी एकत्र न होने दें क्योकि रूके हुए पानी में ही मच्छर पैदा होते है।
- कूलरों, फूलदान, रिफ्रेजरेटर की ट्रे आदि का पानी सप्ताह मे एक बार पूरी तरह खाली करें तथा सुखा कर ही दुबारा भरें।
- किसी भी खुले वर्तन, बेकार टुटे–फूटे बोतलों, टायरों, डिब्बों, नारियल के खोल,गमलें आदि में पानी एकत्रित न होने दें।

याद रखिए यदि समय पर सही निदान करके जल्दी उपचार शुरू कर दिया जाए तो DHF तथा DSS का भी सम्पूर्ण उपचार संभव है।

- पानी की टंकियों को ढक कर रखें ताकि मच्छर उसमें प्रवेश कर, प्रजनन न कर पायें।
- घर व घर के आस–पास के क्षेत्र मे सफाई रखें। घर की बेकार वस्तुएं एवं कूड़ा–करकट इधर उधर ना फेकें।
- यदि आस–पास भरे पानी को हटाना आसान न हो तो उसमें केरोसिन (मिट्टी का तेल) या पेट्रोल डालें।

(ii) स्वयं को मच्छरों के काटने से बचाने के उपाय:–

- घर की खिड़कियों व दरवाजों पर महीन जाली लगवाकर मच्छरों को घर मे आने से रोकें।
- पूरी बाँहों वाले कपडे / ऐसे कपड़े जिससे शरीर का अधिक से अधिक भाग ढका रहे, पहने।
- मच्छरों को भगाने व मारने के लिए मच्छर नाशक क्रीम, स्प्रे, मैट्स, कॉइल्स आदि प्रयोग करें।
- मच्छरदानी लगाकर सोयें।
- यदि आपको लगता है कि आपके क्षेत्र में मच्छरों की संख्या में अधिक वृद्धि हो गयी है या फिर बुखार से काफी लोग ग्रसित हो रहे है तो अपने स्थानीय स्वास्थ्य केन्द्र, नगरपालिका या पंचायत केन्द्र मे अवश्य सूचना दें।

मादा एडिज मच्छर के अण्डे बिना पानी -सूखे स्थान पर एक वर्ष से अधिक समय तक जिन्दा रह सकते है और पानी का भराव होते ही वयस्क मच्छर में परिवर्तित हो जाते है।

संक्रमित डेंगू मच्छर के अण्डे भी डेंगू वायरस से संक्रमित रहते है इसलिए इससे होने वाले वयस्क सभी मच्छर डेंगू वायरस से संक्रमित होते है।

डेंगू का मच्छर दिन के समय ही और बार बार काटता है जिससे एक ही मच्छर कई लोगो को संक्रमित कर सकता है।

मादा एडिज मच्छर अपने जीवन काल मे पांच बार, व एक बार में 100 – 200 अण्डे अलग अलग स्थानो एवं अलग अलग समय पर देती है।

अर्न्तविभागीय भागीदारी

स्वास्थ्य शिक्षा (स्वास्थ्य विभाग)

जागरूकता रैली (शिक्षा विभाग)

मच्छर स्रोतों की निगरानी (नगर निगम)

नियमित जल आपूर्ति (जल संस्थान)

स्वच्छता अभियान (पंचायती राज)

प्रचार प्रसार (सूचना एवं लोक सर्म्पक विभाग)

Mosquito bites and sucks blood containing the virus from an Infected person

And passes the virus to healthy people when it bites them.

Virus is carried in its body.

परामर्श

डॉ० जी.एस. जोशी, महानिदेशक, चिकित्सा स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग, उत्तराखण्ड

डॉ० किरन बिष्ट, राज्य कार्यक्रम अधिकारी, एन.वी.बी.डी.सी.पी., डॉ० अवनीश कुमार गुप्ता, एन्टॉमॅलॉजिस्ट

मुद्रक : अरविन्द प्रिन्टर्स एण्ड स्टेशनर्स, कोटद्वार, फोन : 01382 - 222086