



ডেঙ্গু ও চিকুনগুনিয়া জ্বর প্রতিরোধে স্বাস্থ্য বার্তা

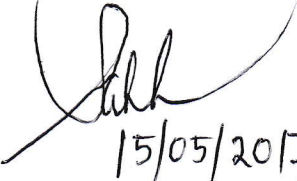
ডেঙ্গু ও চিকুনগুনিয়া কি?

ডেঙ্গু ও চিকুনগুনিয়া ভাইরাসজনিত জ্বর যা এডিস মশার কামড়ে ছড়ায়। সাধারণ চিকিৎসাতেই ডেঙ্গু ও চিকুনগুনিয়া জ্বর সেরে যায়, তবে হেমোরাজিক ডেঙ্গু জ্বর মারাত্মক হতে পারে। এডিস মশার বংশ বৃদ্ধি রোধের মাধ্যমে ডেঙ্গু ও চিকুনগুনিয়া রোগ প্রতিরোধ করা সম্ভব।

ডেঙ্গু ও চিকুনগুনিয়া রোগ প্রতিরোধে করণীয়ঃ

- আপনার ঘর/বাড়ি এবং আশেপাশে যে কোন পাত্র বা জায়গায় জমে থাকা পানি ০৩ দিন পরপর ফেলে দিলে এডিস মশার লার্ভা মরে যাবে।
- ব্যবহৃত পাত্রের গায়ে লেগে থাকা মশার ডিম অপসারণে পাত্রটি ঘষে ঘষে পরিষ্কার করতে হবে।
- ফুলের টব, প্লাস্টিকের পাত্র, পরিত্যক্ত টায়ার, প্লাস্টিকের ড্রাম, মাটির পাত্র, বালতি, টিনের কৌটা, ডাবের খোসা/নারিকেলের মালা, কন্টেইনার, মটকা, ব্যাটারী শেল, পলিথিন/চিপসের প্যাকেট ইত্যাদিতে জমে থাকা পানিতে এডিস মশা ডিম পাড়ে।
- অপ্রয়োজনীয়/পরিত্যক্ত পানির পাত্র ধ্বংস অথবা উল্টে রাখতে হবে যাতে পানি না জমে।
- দিনে অথবা রাতে ঘুমানোর সময় অবশ্যই মশারি ব্যবহার করতে হবে।
- যেহেতু মশা শরীরের খোলা জায়গায় কামড় দেয় তাই যতদূর সম্ভব শরীর পোষাকে আবৃত থাকে এমন পোষাক পড়া উচিত।
- সম্ভব হলে জানালা এবং দরজায় মশা প্রতিরোধক নেট লাগান, যাতে ঘরে/বাড়িতে মশা প্রবেশ করতে না পারে।
- প্রয়োজনে শরীরের অনাবৃত স্থানে মশা নিবারক ক্রীম/লোশন ব্যবহার করা যেতে পারে (মুখ মন্ডল ব্যতীত)।
- বর্ষার সময় এ রোগের প্রকোপ বাড়ে পারে। তাই এ সময় অধিক সতর্ক থাকা প্রয়োজন।
- প্রয়োজনে নিকটস্থ স্বাস্থ্যকেন্দ্র/হাসপাতালে যোগাযোগ করা যেতে পারে।

প্রচারেঃ স্বাস্থ্য বিভাগ, ঢাকা উত্তর সিটি কর্পোরেশন।


15/05/2017

Brig Gen S M M Saleh Bhuiyan
MBBS, MPH, MPHIL (PSM)
Chief Health Officer
Dhaka North City Corporation