डेंगू रोग नियंत्रण एवं रोकथाम

वैक्टर जनित रोग नियंत्रण कार्यक्रम

राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन

चिकित्सा स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग उत्तराखण्ड

अनुक्रमणिका

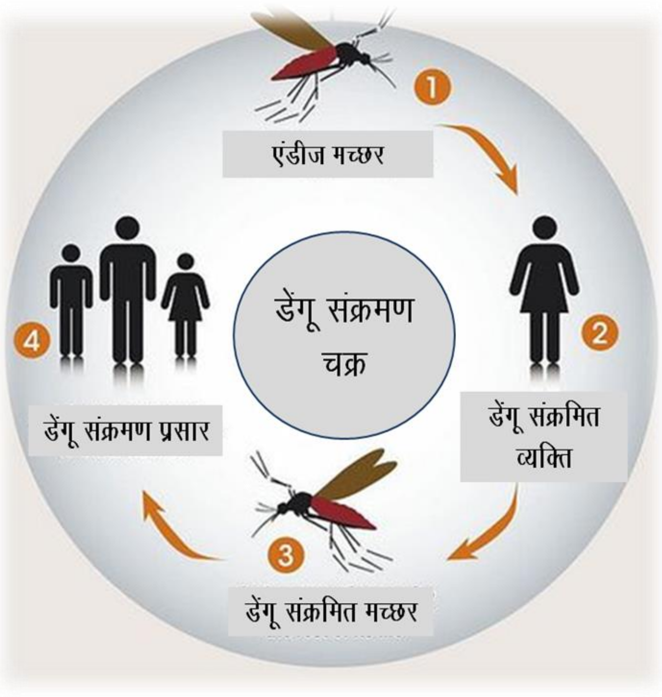
क्र0स0	शीर्षक	पृष्ठ संख्या
1	डेंगू के मच्छर के बारे में जानकारी	3
2	डेंगू से बचाव के उपाय	4
	(A). डेंगू के मच्छर को पनपने से रोकना	4
	(B). स्वयं का बचाव	5
3	डेंगू रोग के बारे में जानकारी	6
4	डेंगू रोग चिकित्सा उपचार	7
5	आई.ई.सी. सामाग्री	8 – 9

डेंगू के मच्छर के बारे में जानकारी

- डेंगू बुखार मच्छर के काटने से फैलने वाला वायरल संक्रमण/रोग है, जो मादा एडिज एजेप्टाई नामक मच्छर के काटने से होता है।
- डेंगू रोग पर नियंत्रण पाना एक बड़ी चुनौती है क्योंकि एडिज मच्छर की प्रवृति व डेंगू रोग के लिए कोई विशेष उपचार एवं वैक्सीन उपलब्ध ना होने के कारण डेंगू संक्रमण के तेजी से महामारी का रूप धारण करने की सम्भावना रहती है।
- डेंगू उन लोगों को ज्यादा प्रभावित करता है जिनकी रोग–प्रतिरोधक क्षमता कम होती है।

एडीज मच्छर की प्रवृत्ति एवं जीवन चक्र

- यह मच्छर ज्यादातर दिन के समय ही काटते हैं।
- एडिज मच्छर एकत्रित साफ व स्थिर पानी में पनपता है।



डेंगू से बचाव के उपाय

डेंगू के मच्छर को पनपने से रोकना

सोर्स रिडक्शन (लार्वा कन्ट्रोल)

डेंगू के रोकथाम एवं नियंत्रण हेतु सोर्स रिडक्शन (लार्वा कन्ट्रोल) ही सबसे उपयुक्त व कारगर उपाय है। सोर्स रिडक्शन गतिविधि में डेंगू मच्छर की उत्पत्ति के स्त्रोत् को ही नष्ट कर दिया जाता है।

डेंगू मच्छर की उत्पत्ति के प्रमुख स्रोत

गमलो की ट्रे

चिड़िया के पानी के बर्तन

पानी की टंकी

फ्रिज की ट्रे

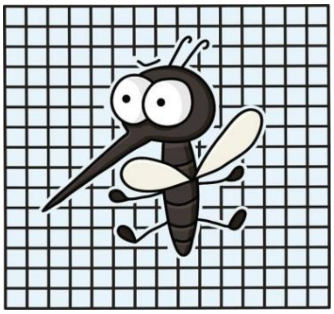
रूम कूलर

टूटे पुराने बर्तन, बोतल, डिब्बे, पुराने बेकार टायर

नांद

सीमेंट की हौदी

स्वयं का बचाव



घर की खिड़कियों व दरवाजों पर महीन जाली लगवाकर मच्छरों को घर मे आने से रोकें।

ऐसे कपड़े पहने जिससे शरीर का अधिक से अधिक भाग ढ़का रहे।

मच्छरों को भगाने व मारने के लिए मच्छर नाशक क्रीम, स्प्रे, मैट्स, कॉइल्स आदि प्रयोग करें।

मच्छर के काटने से बचाव हेतु मच्छरदानी का प्रयोग करें।

डेंगू रोग के बारे में जानकारी

डेंगू बुखार तीन प्रकार का होता है–

(1) डेंगू बुखार (साधारण) (Dengue Fever)

(2) डेंगू हॅमरेजिक बुखार (Dengue Hemorrhagic fever – DHF)

(3) डेंगू शॉक सिन्ड्रोम (Dengue Shock Syndrome – DSS)

डेंगू रोग के बारे में जानकारी

डेंगू बुखार (साधारण)

- ठंड लगने के साथ अचानक तेज बुखार चढ़ना।
- मांसपेशियों तथा जोड़ों में दर्द होना ।
- आंखों के पिछले भाग में दर्द होना ।
- अत्यधिक कमजोरी लगना, भूख न लगना।
- शरीर पर लाल चकत्ते आना।

डेंगू हॅमरेजिक बुखार (DHF)

- साधारण डेंगू बुखार के लक्षणों के साथ
    - त्वचा पर गहरे नीले काले रंग के छोटे या बड़े चकत्ते पड़ जाना।
    - नाक, मसूढ़ों से खून आना, या उल्टी में खून आना, आदि रक्तस्राव (हॅमरेज) के लक्षण हैं।

डेंगू शॉक सिन्ड्रोम (DSS)

- डेंगू बुखार में DHF के लक्षणों 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।

डेंगू रोग चिकित्सा उपचार

- साधारण डेंगू बुखार स्वंय ठीक होने वाला रोग है। इसका उपचार लक्षणों के आधार पर ही किया जाता है।
- बुखार के लिए पैरासिटामॉल 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।

- DHF या DSS का लक्षण नजर आए तो रोगी को शीघ्र निकटतम अस्पताल मे ले जाए ।

- डेंगू बुखार के प्रत्येक रोगी को प्लेटलेट्स चढ़ाने की आवश्यकता नही होती है। DHF/DSS होने पर डाक्टर की राय एवं आवश्कतानुसार ही प्लेटलेट चढ़ाये जाते हैं।

- डेंगू का अभी तक न कोई टीका विकसित हुआ है और ना ही कोई विशेष दवा तैयार हुई है।

आई.ई.सी. सामाग्री

उत्तराखण्ड है तैयार,
डेंगू मानेगा हार
डेंगू एवं चिकनगुनिया
से सावधानी रखें
अधिक जानकारी के लिए टोल फ्री नम्बर – 104 पर सम्पर्क करें
चिकित्सा स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग
उत्तराखण्ड द्वारा जनहित में जारी

उत्तराखण्ड है तैयार,
डेंगू मानेगा हार
डेंगू एवं चिकनगुनिया
से सावधानी रखें
अधिक जानकारी के लिए टोल फ्री नम्बर – 104 पर सम्पर्क करें।
चिकित्सा स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग
उत्तराखण्ड द्वारा जनहित में जारी

उत्तराखंड है तैयार, डेंगू मानेगा हार
डेंगू के लक्षण होने पर चिकित्सकीय सलाह लें,
डेंगू की जांच नि:शुल्क उपलब्ध है
उत्तम स्वास्थ्य सुविधाओं हेतु सदैव तत्पर उत्तराखंड सरकार
जानकारी हेतु टोल फ्री नंबर 104 पर कॉल करें
राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन चिकित्सा स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग, उत्तराखंड द्वारा जनहित में जारी

उत्तराखंड है तैयार, डेंगू मानेगा हार
लार्वा को नष्ट करने के उपाय
स्वच्छता में है सुरक्षा
घर के आस पास पानी एकत्र न होने दें, स्वच्छता बनाए रखें
पानी की टंकियों को ढक कर रखें फूलदान, रेफ्रिजिरेटर की ट्रे कूलरों का पानी सप्ताह में एक बार पूरी तरह खाली करें तथा सुखा कर दोबारा भरें
राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन, चिकित्सा स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग,
उत्तराखंड सरकार द्वारा जनहित में जारी

डेंगू से बचें
पानी जमा ना होने दें
डेंगू के लक्षण
तेज बुखार
आँखों व सिर में दर्द
मितली/उलटी होना
त्वचा पर लाल चकत्ते/धब्बे
मसूड़ों/नाक से खून बहना
चिकित्सक की सलाह के बिना कोई भी दवा न लें
अधिक जानकारी के लिए टोले फ्री नम्बर-104 पर संपर्क करें
चिकित्सा स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग
उत्तराखण्ड द्वारा जनहित में जारी

आई.ई.सी. सामाग्री

उत्तराखण्ड है तैयार,
डेंगू मानेगा हार
अधिक जानकारी के लिए टोल फ्री नम्बर – 104 पर सम्पर्क करें
डेंगू एवं चिकनगुनिया से सावधानी रखें
चिकित्सा स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग
उत्तराखण्ड द्वारा जनहित में जारी

उत्तराखंड है तैयार, डेंगू मानेगा हार
मैं हूँ एडीज़ "डेंगू का मच्छर" मेरी पहचान है -मेरे शरीर पर काले व सफेद रंग की पट्टियाँ और मुझे TIGER मच्छर भी कहते हैं
एडीज मच्छर कहाँ पनपता है ???
मेरा घर है मानव निर्मित बर्तन, रूम कूलर, फूलदान, गमलें, टूटी बोतलें, नारियल का खोल,पानी की टंकी, पुराने टायर्स, डब्बे यहाँ तक कि पत्तियों में भी यदि एक सप्ताह तक पानी ठहरा जाए तो मैं आसानी से पनप जाता हूँ
राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन, चिकित्सा स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग, उत्तराखंड सरकार द्वारा जनहित में जारी

डेंगू मानेगा हार, उत्तराखंड का हर परिवार है तैयार
घर के आस पास पानी जमा न होने दें
कूलर का पानी नियमित रूप से बदलते रहें
घर में फूलों का गमला एवं गमला रखने वाली ट्रे में पानी न ठहरने दें
ऐसे कपड़े पहनें जो शरीर को ज़्यादा से ज्यादा ढ़के
जानकारी हेतु टोल फ्री नंबर 104 पर कॉल करें
उत्तम स्वास्थ्य सुविधाओं हेतु सदैव तत्पर उत्तराखंड सरकार
राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन, चिकित्सा स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग, उत्तराखंड सरकार द्वारा जनहित में जारी

डेंगू मुक्त उत्तराखण्ड

Dr. Pankaj Kumar Singh
Officer Incharge ,
National Vector Borne Disease Control Programme (NVBDCP)
National Health Mission,
Directorate of Medical Health & Family Welfare,
Government of Uttarakhand