लालबन्दी नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
लालबन्दी, सर्लाही
प्रदेश नं. २, नेपाल

डेंगुज्वरोबाट सचेत रहन लालबन्दी नगरपालिकाको जनहितमा जारी सन्देश ।

डेंगुं ज्वरो एडिस एजिप्टाई (Aedes Aegypti) जातको संक्रमित पोथी लामखुट्टेको टोकाईबाट सर्ने संक्रामक सरुवा रोग हो। यो रोग सार्ने लामखुट्टे नगर तथा नगरउन्मूख क्षेत्रमा बढी पाईने भएकोले शहरी रोग पनि भन्ने गरिन्छ। यस जातको लामखुट्टेले स-साना सफा पानी जमेका स्थानमा फूल पार्ने गर्दछ। खास गरी वर्षाको पानी जम्ने टीनका डव्वाहरु, रंगका खाली डव्वाहरु, थोत्रा टायरहरु, अल्कत्रा वा मट्टितेलका खाली ड्रमहरु, फूलदान, गमला, कूलर, पानीका टयांकी आदिमा यसले फूल पार्दछ।यस लामखुट्टेले धेरैजसो दिउसो मात्र टोक्ने गरेको पाइएको छ।

डेंगु ज्वरोका मुख्य लक्षणहरु

डेंगु ज्वरोका मुख्य लक्षण एक्कासी उच्च ज्वरो आउनु हो।
यो ज्वरो ५-७ दिनसम्म रहन सक्छ।
ज्वरोको साथसाथै निम्न लक्षणहरु पनि देखा पर्दछन् ;

- आँखाको गेडी तथा टाउकोको पछिल्लो भागमा धेरै दुख्ने।
- शरीर कटकटी दुख्ने।
- शरीसमा बिमिरा आउने र रक्तस्राव हुने।
- जोर्नी, हड्डी तथा मांसपेशीहरु दुख्ने।

धेरै ज्वरो आई माथिका लक्षणहरु मध्ये दुई वा दुईभन्दा बढी लक्षणहरु देखापरेको खण्डमा डेंगु ज्वरो भएको शंका गर्न सकिन्छ।
यसका साथसाथै वाकवाकी लाग्ने, वान्ता हुने, पेट दुख्ने, नाक वा गिजाबाट रगत बग्ने, रक्तस्राव हुने वा शरीरमा रगत रहेको चक्का (निलडाम) देखापर्ने, बेहोश हुने आदि लक्षणहरु पनि देखापर्न सक्छन्।

डेंगु ज्वरोको उपचार

डेंगु ज्वरो विषाणु (Virus) का कारण वाट हुने भएकाले यसको खास उपचार छैन । स्वास्थ्य संस्थामा यसको लक्षणका आधारमा उपचार गरिन्छ । यो रोगको लक्षण देखा परेमा नजिकको स्वास्थ्य संस्था वा अस्पतालमा सम्पर्क राखी चिकित्सकको सल्लाह अनुसार उपचार गराउनु पर्दछ ।

डेंगु ज्वरोबाट बच्ने उपाय

- डेंगु ज्वरोबाट बच्न लामखुट्टेको टोकाइबाट बच्नु पर्छ। लामखुट्टेको टोकाइबाट बच्नका लागी लामखुट्टेको वृद्धी विकासमा नियन्त्रण गर्नु पर्दछ।
- आफु बस्ने ठाउँ वरिपरि फालिएका खाली बट्टा, टुटे फुटेका कप, वोतल अलकत्रा वा मट्टीतेलका खाली ड्रमहरु, पुराना टायर आदिमा पानी जम्न नदिने उपाय गर्नुपर्छ।
- अनावश्यक पानी जमिहालेको खण्डमा हप्ताको २ पटक पानी वरिपरि डढेको मोविल वा मट्टीतेल छर्कने र खानेपानीका ट्याङ्कीलाई पनि लामखुट्टे प्रवेश गर्न नदिने गरी ढाकेर राख्नु पर्छ। पानी टंकीलाई हरेक हप्ता खाली गरी सफा गर्नुपर्छ।
- ५/५ दिनमा कुलरमा जम्मा भएको पानी फेर्ने गर्नुपर्छ।
- फुलदानीमा रहेको पानी हप्तामा २ पटक फेर्नुपर्छ। गमलाको पानी पनि हप्तामा २ पटक सुक्न दिनुपर्दछ। लामखुट्टेको टोकाइबाट बच्न पूरा बाहुला भएको पूरा शरीर ढाक्ने लुगा लगाउनु पर्छ। यसका साथै लामखुट्टेको टोकाइबाट बच्ने मलम (odomos जस्तो) लगाउनु पर्छ।
- डेंगु ज्वरो विरुद्धको खोप तथा खास उपचार समेत नभएको हुँदा दिनमा टोक्ने लामखुट्टेको टोकाइबाट बच्नु नै यस रोगबाट बच्ने मुख्य उपाय हो।

- पुरा बाहुला भएको लुगा लगाऔँ, लामखुट्टेको टोकाइबाट बचौँ, डेंगो ज्वरोबाट बचौँ ।

- लालबन्दी नगरपालिका, लालबन्दी, सर्लाही ।