

डेङ्गु ज्वरो

कारक तत्व

डेङ्गु ज्वरो डेङ्गु भाइरसहरूद्वारा लाग्ने तीक्ष्ण लामखुटेको टोकाइबाट हुने संक्रमण हो। यो विश्व भरि उष्ण र उपोष्ण क्षेत्रहरूमा पाइन्छ। उदाहरणको लागि, डेङ्गु ज्वरो दक्षिण पूर्वी एसियाका धेरै देशहरूमा पाइने स्थानीय रोग हो। डेङ्गु भाइरसका 4 फरक सेरोटाइपहरू छन्, प्रत्येकले डेङ्गु ज्वरो र गम्भीर डेङ्गु रोग (जसलाई 'रक्तश्रावी डेङ्गु ज्वरो' रक्तश्रावी डेङ्गु ज्वरो' पनि भनिन्छ) निम्त्याउँछन्।

चिकित्सकीय विशेषताहरू

डेङ्गु ज्वरोलाई चिकित्सकीय रूपमा उच्च ज्वरो, अति टाउको दुख्नु, आँखाहरूको पछाडिको भाग दुख्नु, मांसपेशी र जोर्नीको दुखाइ, खाना अरुचि, वाकवाकी र बिबिरा आकस्मिक रूपमा देखिने गरी वर्गीकृत गरिएको छ। केही संक्रमित मानिसहरूमा स्पष्ट लक्षणहरू देखा नपर्न सक्छ र केहीमा ज्वरो जस्ता सामान्य लक्षणहरू देखा पर्छन्, जस्तै साना बच्चाहरूमा राता बिबिरासँगै आँत ज्वरो देखिन सक्छ।

पहिलो संक्रमणको लक्षणहरू प्रायः सामान्य हुन्छन्। एकपटक सन्धो भइसकेपछि, डेङ्गु भाइरसको त्यो सेरोटाइपमा प्रतिरक्षा विकास हुनेछ तर अन्य डेङ्गु भाइरसको सेरोटाइपहरूको लगातार संक्रमणले गम्भीर डेङ्गु निम्त्याउन सक्नेछन्। गम्भीर खालको डेङ्गु गम्भीर र डेङ्गु ज्वरोको सम्भावित सांघातिक जटिल हुन्छ। सुरुवातमा, 2 – 7 दिनसम्म 40 – 41°C

सम्मको उच्च ज्वरो आउने, अनुहारको चमक हराउने र डेंगु ज्वरोको अनिश्चित प्राकृतिक लक्षणहरू देखिन्छन्। पछि, रक्तश्रावका प्रवृत्ति जस्तै छालामा नीलो डाम देखिनु, नाकबाट सिंगान वा गिंजाबाट रगत बग्नु र सम्भवतः आन्तरिक रक्तश्राव देखिन सक्छन्। धेरैजसो अवस्थाहरूमा, यसले रक्तसञ्चार असफल बनाउँछ, आघात र मृत्यु समेत गराउन सक्छ। यसको संक्रमणबाट निको भएपछि त्यो सेरोटाइपको विरुद्धमा शरीरमा प्रतिरक्षा प्राप्त हुन्छ। यद्यपि, अन्य 3 सेरोटाइपहरूको संक्रमणको कुनै प्रभावकारी सुरक्षा प्रदत्त छैन।

सर्ने विधि

डेंगु ज्वरो मानिसहरूमा स्त्री *Aedes* लामखुट्टेको टोकाइबाट सर्छ। जब डेंगु ज्वरो आएको व्यक्तिलाई भेक्टर लामखुट्टेले टोक्छ, त्यो लामखुट्टे संक्रमित हुन्छ र यसले अन्य मानिसहरूलाई टोकेर रोग फैलाउन सक्छ। यो रोग एक मानिसबाट अर्को मानिसमा प्रत्यक्ष सर्न सक्दैन। हडकडमा, मुख्य भेक्टर *Aedes aegypti* फेला परेको छैन, तर साधारण *Aedes albopictus* प्रजातिले पनि रोग फैलाउन सक्छ।

इन्कुबेसन अवधि

इन्कुबेसन अवधि 3 – 14 दिनको हुन्छ, सामान्यतया 4 – 7 दिनको हुन्छ।

व्यवस्थापन

डेंगु ज्वरो र कडा डेंगुका लागि विशेष औषधि उपलब्ध छैन। डेंगु ज्वरो प्रायः आफैँ नियन्त्रण हुन्छ। असहजबाट छुटकारा पाउन लक्षण अनुसारको उपचार गरिन्छ। कडा डेंगु भएका

बिरामीहरूलाई तत्काल सहायता व्यवस्थापन सहित उपचार गरिनुपर्छ। उपचारको मुख्य आधार शरीरमा तरलपदार्थ सञ्चार मात्रालाई कायम राख्नु हो। उचित र समयमै उपचार गर्नाले, मृत्युदर 1% भन्दा कम हुन्छ।

रोकथाम

अहिलेको अवस्थामा, हडकडमा स्थानीय रूपमा दर्ता गरिएको डेंगुको खोप उपलब्ध छैन।

हडकडमा रोकथामको उत्कृष्ट उपाय भनेको लामखुट्टेले बच्चा जन्माउने स्थानहरू जस्तै

जम्मा भएका पानीका खाल्डाहरू हटाउने र लामखुट्टेको टोकाईबाट बच्ने हो।

लामखुट्टेबाट उत्पन्न रोगहरूको रोकथामका साधारण उपायहरू

1. खुकुलो, हल्का रङको, लामबाटले टप्स र सुरुवालहरू लगाउनुहोस् र शरीर र कपडाको खुला भागहरूमा किरा भगाउने DEET प्रयोग गर्नुहोस्।

2. बाह्य क्रियाकलापहरूमा संलग्न हुँदा अतिरिक्त रोकथाम उपायहरू अपनाउनुहोस्:

- वास्नादार कस्मेटिकहरू वा त्वचा स्याहार वस्तुहरू प्रयोग नगर्नुहोस्
- निर्देशनहरू अनुसार किरा भगाउने मलम पुनः लगाउनुहोस्

3. विदेश यात्रा गर्दा विशेष ध्यान दिनु पर्ने कुराहरू:

- यदि तपाईं प्रभावित क्षेत्रहरू वा देशहरूमा जाँदै हुनुहुन्छ भने, यात्रा भन्दा कम्तिमा 6

हसा अघि चिकित्सकसँग परामर्शको व्यवस्था मिलाउनुहोस्, लामखुटेको टोकाइबाट बच्न अतिरिक्त उपायहरू अपनाउनुहोस्

- यात्रा अवधिमा, यदि यसको उत्पत्ति ग्रामीण क्षेत्रहरूमा यात्रा गर्दै हुनुहुन्छ भने, वहनयोग्य बिस्तारा झुल बोक्नुहोस् र यसमा पर्मेथिन (एक किटनाशक) प्रयोग गर्नुहोस्। पर्मेथिन छालामा प्रयोग गर्नु हुँदैन। यदि अस्वस्थ अनुभव भएमा छिटो भन्दा छिटो चिकित्सकीय उपचार गर्नुहोस्
- संक्रमित क्षेत्रहरूबाट फर्किएका यात्रुहरूले हडकडमा आएको 14 दिनसम्म किटनाशक क्रिम लगाउनुपर्छ। अस्वस्थ महसुस गर्ने यात्रुहरू, उदाहरणको लागि ज्वरो आएमा, सम्भव भएसम्म छिटो चिकित्सा सुझाव लिनुपर्छ र चिकित्सकलाई यात्रा विवरणहरू उपलब्ध गराउनुपर्छ

लामखुटेलाई फैलन नदिनुहोस्

1. स्थिर पानी जम्मा हुन नदिनुहोस्

- हसामा एक पटक पुष्पदानीहरूको पानी परिवर्तन गर्नुहोस्
- प्रत्येक हसा गमलामा लगाइएका बिरुवाहरूको थालीको पानी फाल्नुहोस्
- पानीका भाँडाहरूलाई राम्रोसँग ढाक्नुहोस्

- एयर-कन्डिसनरका ड्रिप ट्रेहरूमा पानी जमेको छैन भनी सुनिश्चित गर्नुहोस्
 - प्रयोग भएका सबै डब्बाहरू र बोतलहरूलाई ढाकिएको फोहोरका डब्बाहरूमा राख्नुहोस्
2. रोगका भेक्टरहरू र किटाणु ओसारपसार गर्ने कारक तत्वलाई नियन्त्रण गर्नुहोस्
- खानालाई ढाकेर राख्नुहोस् र फोहोरलाई सही ठाउँमा व्यवस्थापन गर्नुहोस्

गर्भवती महिला र 6 महिना वा सोभन्दा बढी उमेरका बच्चाहरूले किटनाशक भएको DEET प्रयोग गर्न सक्छन्। किटनाशकहरूको प्रयोगको बारेमा विस्तृत विवरणहरू र ध्यान दिनुपर्ने मुख्य कुराहरूको लागि, कृपया ['किटनाशकहरू प्रयोगका उपायहरू'](#) को सहायता लिनुहोस्।

लामखुट्टे वृद्धिमा नियन्त्रण र रोकथामको बारेमा थप जानकारीको लागि, कृपया खाद्य तथा वातावरण स्वास्थ्य विज्ञान विभाग (FEHD) को वेबसाइट

http://www.fehd.gov.hk/tc_chi/pestcontrol/handbook_prev_mos_breeding.htmlमा

जानुहोस्

सम्बन्धित लिङ्क: [विश्व स्वास्थ्य दिवस 2014](#)

14 जुन 2016

14 June 2016