



ডেঙ্গু থেকে সাবধান!

ডেঙ্গুর লক্ষণসমূহ

- ◆ তীব্র জ্বর এবং মাথাব্যথা
- ◆ চোখে ব্যথা হওয়া বা আলোর দিকে তাকাতে সমস্যা হওয়া
- ◆ মাংসপেশি এবং হাড়ের সংযোগস্থানে প্রচণ্ড ব্যথা হওয়া
- ◆ শরীরের চামড়ায় লালচে ছোপ বা র্যাশ উঠা
- ◆ বমি ভাব বা বমি হওয়া এবং খাওয়ায় অরুচি হওয়া

আপনার বাসা এবং আশেপাশে জমে থাকা পরিষ্কার পানিতে বংশবিস্তার করে এডিস মশা।

তাই বাসার ভেতরে ও আশেপাশে পানি জমার স্থান চিহ্নিত করে দুই-তিন দিন পর পর পরিষ্কার করুন।

ডেঙ্গু প্রতিরোধে করণীয়

মশা তাড়ানোর ঔষধ বা স্প্রে ব্যবহার করুন।
মশার কামড় থেকে দূরে থাকতে দিনের যেকোন সময়ই ফুলহাতা জামা/প্যান্ট পরিধান করুন

দিনে বা রাতে যেকোন সময় ঘুমাতে গেলে মশারি ব্যবহার করুন

ফুলের টবে, এসি বা ফ্রিজের নিচে বা অন্যকোন স্থানে বদ্ধ পানি থাকলে তা পরিষ্কার করুন

ঘরের আনাচে-কানাচে অন্ধকারাচ্ছন্ন জায়গায় মশার ঔষধ বা স্প্রে ব্যবহার করুন

ডেঙ্গু প্রতিকারে করণীয়

ডেঙ্গু আক্রান্ত ব্যক্তিকে অবশ্যই মশারির ভেতরে রাখুন

অতি দ্রুত আক্রান্ত ব্যক্তিকে নিকটস্থ হাসপাতালে নিয়ে যান বা ডাক্তারের পরামর্শ নিন এবং সেই অনুযায়ী ব্যবস্থা গ্রহণ করুন

জ্বরে প্যারাসিটামল ব্যতীত অন্য ব্যথানাশক ঔষধ খাওয়া থেকে বিরত থাকুন। রোগীকে বেশি বেশি তরল খাবার খাওয়ান

বিশ্রাম নিন এবং রক্তচাপ কমে যাচ্ছে কিনা নিয়মিত পরীক্ষা করুন

জনস্বার্থে:

