ডেঙ্গু নিয়ন্ত্রণ, সাবধানতা ও সচেতনতা

বর্তমানে ঢাকা মহানগরী সহ দেশের বিভিন্ন জায়গাতে ডেঙ্গু জ্বর ভয়াবহ আকার ধারণ করছে। প্রতিদিন প্রচুর মানুষ এতে আক্রান্ত হচ্ছে। ডেঙ্গু রোগ প্রতিরোধ এবং করণীয় সম্পর্কে গ্যাস ট্রান্সমিশন কোম্পানির প্রধান কার্যালয় সহ সকল স্থাপনা ও আঞ্চলিক কার্যালয়ে কর্মরত কর্মকর্তা/ কর্মচারী এবং আউটসোর্সিং জনবলকে নিম্নোক্ত সতর্কতাবাণী মেনে চলার অনুরোধ করা হচ্ছে।

ডেঙ্গু জ্বরের কারণ এবং লক্ষণ?

❖ ডেঙ্গু জ্বরের উৎপত্তি ডেঙ্গু ভাইরাসের মাধ্যমে এবং এটি ভাইরাসবাহিত **"এডিস ইজিপ্টাই"** নামক মশার কামড়ে হয়ে থাকে। ডেঙ্গু জ্বরের জীবাণুবাহী মশা কোনো ব্যক্তিকে কামড়ালে সেই ব্যক্তি ডেঙ্গু জ্বরে আক্রান্ত হয়। ডেঙ্গু জ্বরে সাধারণত তীব্র জ্বর ও সেই সঙ্গে শরীরে প্রচণ্ড ব্যথা হয়। হাড়, কোমর, পিঠসহ অস্থিসন্ধি ও মাংসপেশিতে তীব্র ব্যথা হয়। এছাড়া মাথাব্যথা ও চোখের পেছনে ব্যথা হতে পারে। জ্বর হওয়ার চার বা পাঁচ দিনের সময় শরীরজুড়ে লালচে দানা দেখা যায়। এর সঙ্গে বমি ও ডায়রিয়া হতে পারে। রোগী অতিরিক্ত ক্লান্তবোধ করে ও খাবার রুচি কমে যায়।

❖ **ডেঙ্গু প্রতিরোধের উপায়**

ডেঙ্গু জ্বর প্রতিরোধের মূলমন্ত্রই হলো এডিস মশার বিস্তার রোধ এবং মশার কামড় প্রতিরোধ। জিটিসিএল এর প্রধান কার্যালয়সহ সকল স্থাপনা ও আঞ্চলিক কার্যালয় সমূহে ডেঙ্গু প্রতিরোধে নিম্নোলিখিত প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা গ্রহণ করতে হবে।

➢ **দাপ্তরিক প্রতিরোধ ব্যবস্থা গ্রহণ**

- অফিসের আশপাশের ঝোপঝাড়, আবর্জনাপূর্ণ স্থান ও বাগান পরিষ্কার-পরিচ্ছন্ন রাখতে হবে।
- অফিস প্রাঙ্গণে জমে থাকা পানি, অব্যবহৃত কৌটা, ডাবের খোসা, অব্যবহৃত টায়ার, ফ্রিজ বা এয়ার কন্ডিশনার এবং পরিত্যক্ত কারিগরি যন্ত্রাদিতে জমা পানি সরিয়ে ফেলতে হবে, যাতে জমা পানিতে এডিস মশা ডিম পাড়তে না পারে।
- ব্যবহৃত জিনিস যেমন- মুখ খোলা পানির ট্যাংক, ফুলের টব ইত্যাদিতে যেন পানি জমে না থাকে, সে ব্যবস্থা গ্রহণ করতে হবে।
- দপ্তরে মশার দেখা মিললে তা নিধন করার জন্যে স্প্রে বা অন্যান্য মশক নিধক রিপিলেন্ট প্রয়োগ করতে হবে।
- অফিস প্রাঙ্গণসহ অফিসের অভ্যন্তরেও নিয়মিত মশক নিরোধক স্প্রে বা ফগার মেশিনের মাধ্যমে ওষুধ প্রয়োগ করার ব্যবস্থা গ্রহণ করতে হবে।
- যে সমস্ত স্থানে লোক সমগম বেশি হয় যেমন মসজিদ, অডিটোরিয়াম এসকল জায়গায় মানুষ জমায়েতের আগেই মশক নিরোধক স্প্রে প্রয়োগ নিশ্চিত করতে হবে। ডে –কেয়ার এ অবস্থিত শিশুদের নিরাপত্তায় বিশেষ নজর দিতে হবে।

➢ ব্যক্তিগত প্রতিরোধ ব্যবস্থা গ্রহণ

- এডিস মশা সাধারণত সকাল ও সন্ধ্যায় কামড়ায়। তবে অন্য সময়ও কামড়াতে পারে। তাই দিনের বেলা শরীর ভালোভাবে কাপড়ে ঢেকে বের হতে হবে। প্রয়োজনে মসকুইটো রিপিলেন্ট (ওডোমাস) ব্যবহার করা যেতে পারে।
- যে সমস্ত কর্মকর্তা / কর্মচারী আঞ্চলিক কার্যালয় সমূহে ডিউটিতে নিয়জিত থাকবেন তাদের বিশেষ নিরাপত্তা গ্রহণ করতে হবে, প্রয়োজন সাপেক্ষে ফুল হাতা জামা অথবা পোশাক আবরণের বাহিরে থাকা শরীরের অংশে ওডোমাস জাতীয় ক্রিম ব্যবহার করতে হবে।
- সকল কর্মকর্তা/ কর্মচারী বিশেষ করে আঞ্চলিক স্থাপনার ডরমিটরি বা মেসে অবস্থানরত কর্মকর্তা/ কর্মকর্তা দেরকে মশারী টানিয়ে ঘুমানো নিশ্চিত করতে হবে, এছাড়াও মশার কয়েল ও ইলেক্ট্রিক রিপিলেন্ট ব্যবহার করা যেতে পারে।

নির্দেশনায়

07-08-2023

ডাঃ জাবিদ-উল কাদির জোয়ার্দ্দার
প্রধান সুরক্ষা কর্মকর্তা, জিটিসিএল।