



নারায়ণগঞ্জ সিটি কর্পোরেশন

www.ncc.gov.bd

উন্নয়নের গণতন্ত্র
শেখ হাসিনার মূলমন্ত্র

এডিস মশা থেকে নিরাপদ থাকুন, ডেঙ্গু ও চিকুনগুনিয়া প্রতিরোধ করুন

ডেঙ্গু ও চিকুনগুনিয়া একটি ডাইরাসজনিত জ্বর, যা এডিস মশার মাধ্যমে মূলতঃ বর্ষা মৌসুমে ছড়ায়। এডিস মশা বাসাবাড়ির ভিতরে এবং বাহিরে যত্রতত্র পড়ে থাকা বিভিন্ন পাত্র ও অন্যান্য স্থানে জমে থাকা পরিষ্কার পানিতে ডিম পাড়ে যাহা ১ বছর পর্যন্ত পূর্ণাঙ্গ মশা উৎপাদনে সক্ষম। এডিস মশার বংশ বিস্তার রোধে মশক নিধন কর্মীদের কাজে সহযোগিতার পাশাপাশি মগরবাসীদের সচেতনতা এবং সক্রিয় অংশগ্রহণ একান্ত প্রয়োজন।



পড়ে থাকা অস্বাস্যজনীয় পাত্র,
পরিষ্কার কন্টেইনার



চৌবাচ্চা/পানির ট্যাংক



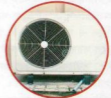
কাঁচ/প্লাস্টিকের বোতল/ক্যান/
ভাবের খোশা



অব্যবহৃত গাড়ির টায়ার



ফুলের টব



রেফ্রিজারেটর ও এয়ারকুলারে
জমে থাকা পানি

এডিস মশা নিয়ন্ত্রণে করণীয়

বেইজমেন্টের পানির ট্যাংক, নির্মাণ কাজে ব্যবহৃত চৌবাচ্চা, ওয়াসার পানির মিটার, অব্যবহৃত বালতি, ড্রাম, পানি রাখার মটকা, ফুলের টব ইত্যাদি স্থানে একনাগাড়ে ৩ দিনের বেশী পানি জমতে দিবেন না।

আপনার ব্যবহৃত বাথটাব ও কন্মোডের পানি নিয়মিত অপসারণ করুন।

বাড়ির ছাদে, উঠানে এবং দুই দালানের মাঝে পানি জমতে দিবেন না।

বাড়ির আশপাশের ঝোঁপঝাড় এবং আগুনা পরিষ্কার রাখুন।

ঘুমানোর সময় মশারি ব্যবহার করুন।

ডেঙ্গু ও চিকুনগুনিয়া নিয়ে আতঙ্ক নয়, মশার উৎপত্তিস্থল ধ্বংস করুন, মশার কামড় থেকে নিজেকে রক্ষা করুন। ডেঙ্গু ও চিকুনগুনিয়া মুক্ত থাকুন।

ডেঙ্গু ও চিকুননিয়ার উপসর্গ

- ১. হঠাৎ করেই প্রচণ্ড জ্বর হয় (১০২ থেকে ১০৪ ডিগ্রি ফারেনহাইট)।
- ২. শরীরে প্রচণ্ড ব্যথা হয়। গিটিগুলো ফুলে ওঠে। কখনো কখনো শক্ত হয়ে গিয়ে খুবই অস্বস্তিকর অবস্থার সৃষ্টি হতে পারে এবং ব্যথায় শরীর বেঁকে যায়।
- ৩. জ্বরের সাথে সাধারণতঃ হাত-পায়ে ও মুখমন্ডলে র্যাশ ওঠে।
- ৪. মাথাব্যথা, মাথাঘোরা, বমি বমি ভাব কিংবা বমি হওয়া, অল্পতেই হাঁপিয়ে ওঠা, মাংসপেশিতে ব্যথা হতে পারে।
- ৫. সাধারণতঃ ১/২ সপ্তাহের মধ্যেই রোগী সুস্থ বোধ করতে পারে। তবে শুরু থেকেই চিকিৎসকের পরামর্শ গ্রহণ করা উচিত।

ডেঙ্গু ও চিকুননিয়া প্রতিরোধের উপায়

- ১. আপনার ঘর/বাড়ী এবং আশে পাশে যে কোন পাত্র বা জায়গায় ০৩ দিনের বেশি পানি জমতে দিবেন না।
- ২. ব্যবহৃত পাত্র ঘষে নিয়মিত পরিষ্কার রাখুন।
- ৩. ফুলের টব, প্রাস্টিকের পাত্র, পরিত্যক্ত টায়ার, প্রাস্টিকের ড্রাম, মাটির পাত্র, বালতি, টিনের কৌটা, ডাবের খোসা/নারিকেলের মালা, কস্টেইনার মটকা, ব্যাটারী শেল, পলিথিন/চিপসের প্যাকেট ইত্যাদিতে পানি জমতে দিবেন না।
- ৪. অপ্রয়োজনীয়/পরিত্যক্ত পানির পাত্র ধুংস বা উল্টে রাখুন।
- ৫. দিনে ও রাতে ঘুমানোর সময় অবশ্যই মশারি ব্যবহার করুন। সম্ভব হলে দরজা জানালায় নেট ব্যবহার করুন।
- ৬. মশা শরীরের অনাবৃত জায়গায় কামড় দেয়, তাই যতদূর সম্ভব শরীর পোশাকে আবৃত রাখুন।
- ৭. শরীরের অনাবৃত অংশে মশা নিবারক ক্রিম/লোশন/নারিকেল তেল ব্যবহার করুন (মুখমন্ডল ব্যতীত)।
- ৮. সাধারণতঃ বর্ষার মৌসুমে এই রোগের প্রকোপ বৃদ্ধি পায়। তাই বর্ষাকালীন জ্বরের শুরুতেই চিকিৎসকের পরামর্শ নিন।
- ৯. ডেঙ্গু ও চিকুননিয়ার চিকিৎসাসহ প্রয়োজনীয় তথ্য জানতে নিকটস্থ যেকোন স্বাস্থ্যকেন্দ্র/হাসপাতাল ও সিটি কর্পোরেশনের স্বাস্থ্য বিভাগে যোগাযোগ করুন।



জনস্বার্থে প্রচারণায় :

নারায়ণগঞ্জ সিটি কর্পোরেশন
www.ncc.gov.bd