

ડેબ્બયુ અને ચિકુનગુનીયા



ડેન્ગ્યુ શું છે.?

- ડેન્ગ્યુ (ઉચ્ચારણ ડેન ગી) તે વાયરસથી થતો રોગ છે.
- ડેન્ગ્યુ રોગ ડેન્ગ્યુના ચાર પ્રકારના વાયરસમાંના કોઈ પણ એક વાયરસના ચેપ લાગવાથી થઈ શકે છે.
- **DENV 1 , DENV 2, DENV 3, OR DENV 4**

ડેન્જ્યુ કેવી રીતે ફેલાય છે.

- ડેન્જ્યુ વાયરસ ચેપી એડીસ મચ્છરના કરડવાથી મનુષ્યોમાં ફેલાય છે.



એડીસ મચ્છરના લાક્ષણિકતાઓ –

- એક અલગ શારીરીક લક્ષણ (તેના શરીર અને પગ પર કાળા અને સફેદ પટ્ટાઓ હોય છે) હોવાથી તેને ટાઈગર મચ્છર પણ કહે છે.
- તે દિવસ દરમિયાન કરડે છે.
- તે યોખ્ખા અને સ્થગીત પાણીમાં ઈંડા મુકે છે.

શું તમે જાણો છો ?

- માત્ર માદા મચ્છર જ માણસને કરડે છે કારણ કે તેને ઈંડાના વિકાસ માટે લોહીમાં રહેલ પ્રોટીનની જરૂરિયાત હોય છે.

મચ્છર ચેપ ધરાવતા વ્યક્તિને કરડ્યા પછી લગભગ સાત દિવસ બાદ ચેપી બને છે. પછી માણસોમાં વાયરસ ફેલાવે છે.

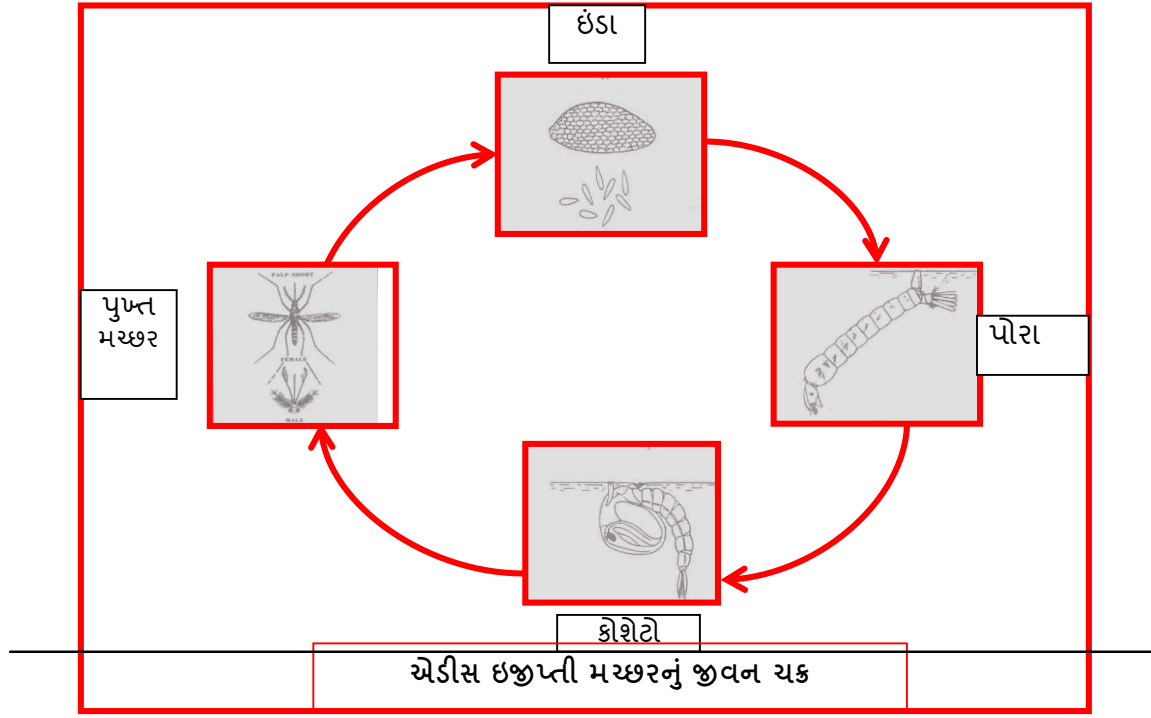
- એકવાર ચેપી બન્યા પછી મચ્છર જીવનભર ચેપી રહે છે અને આ ચેપ પોતાના ઈંડામાં પણ આપે છે.
- તેનો કરડવાનો મુખ્ય સમય પરોઢ અને સમીસાંજ છે. સુર્યોદય પછીના બે કલાક અને સૂર્યાસ્ત પહેલાના ૨ કલાક.

એડીસ મચ્છર વિષે જાણવા જેવી કેટલીક હકીકતો.

- એડીસ મચ્છરનું સરેરાશ આયુષ્ય બે અઠવાડિયાનું છે.
- એડીસ મચ્છર તેના જીવનકાળ દરમિયાન ૩ વાર ઈંડા આપે છે અને દર વખતે લગભગ ૧૦૦ ઈંડા આપે છે.
- ઈંડા ખૂબ જ સુકી ભેજ રહિત વાતાવરણમાં અને પાણીની ગેર હાજરીમાં ઘણા મહિના સુધી જીવંત રહી શકે છે.
- -આ ઈંડાને પાણી મળતાજ તેમાંથી મચ્છરના પોરા બહાર નીકળે છે. અને આમ મચ્છરોની સંખ્યામાં વધારો થાય છે.

એડીસ મચ્છર વિષે જાણવા જેવી કેટલીક હકીકતો (ચાલુ....).

- એડીસ પુખ્ત મચ્છર ઘરની અંદર અંધારૂ હોય તેવી જગ્યાએ આરામ કરે છે. (કબાટ, પલંગની નીચે, પડદા પાછળ)
- એડીસ ઇજીપ્તાઈ મચ્છરની ઉડવાની ક્ષમતા મર્યાદિત છે. તે સરેરાશ ૪૦૦ મીટર સુધી પાણીના પત્રોની શોધમાં ઉડી શકે છે જેથી ત્યાં ઇંડા મુકી શકાય જેથી મચ્છરો કરતા માણસો ધ્વારા જન સમુદાયમાં વાયરસનું વહન એક જગ્યાએથી બીજી જગ્યાએ થાય છે તેમ માનવાનું રહે.
- ઘરમાં રહેલા જુજ મચ્છર મોટા પ્રમાણમાં ડેન્ગ્યુ ફેલાવી શકે છે. ડેન્ગ્યુ નો મચ્છર ખાડા-ખાબોચીયાઓ, ગટરમાં, નહેરોમાં, દલદલ, નદીઓમાં અથવા તળાવોમાં ઇંડા મુકતો નથી.



મચ્છરનું જીવન ચક્ર

- મચ્છરનું જીવન ચક્ર ઈંડામાંથી લારવા, પ્યુપા અને પુખ્ત મચ્છર બનતા આઠ દિવસ લાગે છે.
- ચેપી મચ્છર કરડ્યા બાદ મનુષ્યમાં ૫ થી ૬ દિવસ પછી રોગના લક્ષણો જોવા મળે છે

ડેન્જ્યુના રોગથી બચવા માટે તમે શુ કરી શકો છો?

- ડેન્જ્યુ મચ્છર દિવસ દરમ્યાન કરડે છે. સૌથી વધુ સુર્યોદય પછીના બે કલાક અને સુર્યાસ્ત પહેલાના બે કલાક દરમ્યાન કરડે છે.
- શક્ય હોય તો શરીરના બધા જ અંગોને ઢાંકીને રાખે તેવા લાંબી બાંયના કપડા પહેરવા.
- ડેન્જ્યુથી બચવા દિવસ દરમ્યાન પણ કોઈલ, ઈલેક્ટ્રીક મેટનો ઉપયોગ કરવો.
- બાળકો, વૃધ્ધો અને અન્ય લોકો દિવસ દરમ્યાન મચ્છરથી બચવા મચ્છરદાનીમાં આરામ કરવો.

ડેન્જ્યુ તાવના લક્ષણો:

૨ થી ૭ દિવસના સમય માટે તીવ્ર તાવ આવે અને નીચે દર્શાવેલ લક્ષણો માંથી કોઈપણ ૨ લક્ષણો હોઈ શકે.

સખત માથાનો દુખાવો.

આંખની કીકીના પાછળ દુખાવો.(ક્યારેક સખત પણ હોઈ શકે.)

સ્નાયુઓનો દુખાવો.

સાંધાનો દુખાવો.

ચકામા.

રક્તસ્રાવના લક્ષણો : જેવા કે, નાકમાંથી લોહી નિકળવું તથા ત્વચા પર અચાનક ઘસરકો પડવો.

• (ઉપર દર્શાવેલ તમામ લક્ષણો અને ચિન્હો કદાચ તમામ દર્દીમાં જોવા મળે નહીં.)

જો તમને લાગે કે તમને ડેબિયુ છે તો શું કરવું જોઈએ.

- સતત આરામ (બેડ રેસ્ટ કરવો)
- ઠંડા પાણીના પોતા મુકવા.
- એસ્પિરીન, બ્રુફેન ના લેવી- કારણ કે તેનાથી પેટના દુખાવા,ઉલટી તથા પ્લેટલેટ કામ કરતા બંધ થવા જેવી મુશ્કેલીઓ ઉભી થાયા છે.
- તાવને કાબુમાં લેવા પેરાસીટામોલ જેવી દવા લેવી.
- જ્યારે સતત ઉલટી અથવા પરસેવો છુટે ત્યારે દર્દીને મોઢાથી ઓઆરએસ જેવું પ્રવાહિ આપવું.
- મચ્છરના કરડવાથી બચવું
- આખી બાંયના કપડા પહેરો.દર્દીને મચ્છરદાનીમાં સુવાની સલાહ આપો મચ્છર વિરોધી મલમનો ઉપયોગ કરો(જ્યારે તાવ આવે ત્યારે) દરવાજા અને બારીઓ ઉપર મચ્છર જાળી લગાડો જેથી મચ્છર ઘરની અંદર પ્રવેશી ના શકે.
- ડોક્ટરની સલાહ લેવી.
- વધુ માત્રામાં પ્રવાહી લેવું.

ડેબિટીસ નિદાન માટે લેબોરેટરી પરીક્ષણ

- દર્દીને ડેબિટીસ લક્ષણો જણાય તો ડોક્ટર લોહીના પરીક્ષણની સલાહ આપી શકશે.
- પ્લેટલેટમાં ઘટાડો અથવા હેમોટોક્રીટમાં વધારો થવો એ ડેબિટીસ હોવાની સંભાવના વધારે છે. પ્લેટલેટ શરીરમાં રક્તસ્રાવ થતો અટકાવે છે. જ્યારે હેમોટોક્રીટ લોહીનું પાતળુપણુ અથવા ઝાડાઈ દર્શાવે છે.

ડેન્જ્યુના નિદાન માટેના ચોક્કસ પરિક્ષણ (ટેસ્ટ)

- ડેન્જ્યુ માટેના ચોક્કસ લેબોરેટરી પરિક્ષણ કરવાથી ડેન્જ્યુ વાયરસ છે કે કેમ તેનું નિદાન થઈ શકે છે.
- બે પ્રકારની પરિક્ષણ પધ્ધતિ ઉપલબ્ધ છે.
 - રોગના લક્ષણો જોવા મળ્યા હોય તેના ૫ દિવસની અંદર ડેન્જ્યુ એન્ટીજન શોધવા માટેનું પરિક્ષણ (NS1).
 - પાંચ દિવસના સમયગાળા બાદ ડેન્જ્યુ એન્ટીબોડી શોધવા માટેનું પરિક્ષણ (IGM).

જેને ડેબ્ટ્યુ થયો હોય તેવા
દર્દીઓ ૧ થી ૨ અઠવાડિયામાં
સાજા થઈ જતા હોય છે.

ડી હાઈડ્રેશન અટકાવો.

- કોઈપણ દર્દીના શરીરમાંથી પ્રવાહીનું પ્રમાણ ઓછુ થઈ જાય છે ત્યારે ડી હાઈડ્રેશન થાય છે.(જે સખત તાવ, ઉલ્ટી અથવા ખોરાક ન લેવાના કારણે થઈ શકે.)
- વધુ પ્રમાણમાં પ્રવાહી આપો ORS અને ફળોનો રસ પાણી કરતા વધુ હિતાવહ છે.
- ડી હાઈડ્રેશનના ચિન્હો માટે સતત ધ્યાન રાખો.
 - પેશાબની માત્રામાં ઘટાડો.
 - બાળક રડે ત્યારે ઓછી માત્રામાં અથવા બિલકુલ આસું ન આવવા.
 - મોઢા, જીભ અને હોઠમાં સુકાપણાનો અહેસાસ.
 - ઉંડી ઉતરેલી આંખો.
 - વધુ પડતો ઉશ્કેરાટ અથવા દ્વિધામાં હોવાનું લાગવું.
 - હૃદયના વધુ ધબકારા.
 - આંગળી અને પગ ઠંડા લાગવા, બેચેની લાગવી.

તાવના ૩ થી ૫ દિવસ બાદ રોગની
ગંભીર સ્થિતિ ઉદભવી શકે.

- કેટલાક દર્દીઓમાં લોહીની નળીઓ પાતળી થઈ જવાથી પ્રવાહી લીક થઈ શકે.
- આમ થવાથી સરક્યુલેટરી સીસ્ટમ બંધ થઈ જાય અને દર્દીને શોક થાય જેથી યોગ્ય માત્રામાં પ્રવાહી આપવું અનિવાર્ય છે.

શું ડેન્જ્યુથી મૃત્યુ થઈ શકે છે?

- સામાન્ય રીતે ડેન્જ્યુ તાવના મોટાભાગના કિસ્સામાં મૃત્યુ થતું નથી પરંતુ DHF અને DSS માં મૃત્યુ થઈ શકે.
- આવા દર્દીઓને નજીકની હોસ્પિટલમાં વધુ સારવાર માટે વિના વિલંબે દાખલ કરવા.
- પુખ્ત વયના દર્દીઓ કરતાં બાળકોને DHS અને DSS થવાની વધુ સંભાવના છે જેથી માતા પિતાએ વધુ સતર્કતા રાખવી.
- યોગ્ય સારવારથી DHF અને DSS ના દર્દીઓ સંપૂર્ણ પણે સાજા થઈ શકે છે.
- સારી અને સમયસરની સારવાર જીંદગી બચાવી શકે છે.

તાત્કાલીક તબીબી સારવાર માટેના ચેતવણી આપતા ચિન્હો.

- પેટમાં સતત દુખાવો અથવા ઉલ્ટી.
- ચામડી પર લાલ ફોલ્લીઓ કે ચકામા.
- નાક અથવા પેઢામાંથી રક્ત સ્રાવ
- લોહીની ઉલ્ટી
- સુસ્તી અથવા ચિડીયાપણું.
- નિસ્તેજ ઠંડી, શ્વાસ લેવામાં તકલીફ અને ચીકણી ત્વચા.

સારવાર આપતા ડોક્ટર દ્વારા શું કાળજી રાખવી જોઈએ?

- ૧ થી ૨ કલાકના અંતરે દર્દીઓની સ્થિતિમાં થયેલ સુધારાનું જાત નિરીક્ષણ કરવું
- પ્લેટલેટ અને હેમોક્રેટીકનું સમયાંતરે નિરીક્ષણ કરવું જેથી થયેલ સુધારાનો અંદાજ કરી શકાય.
- ડોક્ટર દ્વારા IV ફ્લુઇડ અથવા પ્લેટલેટ યડાવવા માટે સલાહ આપી શકાય (બધા દર્દીઓને પ્લેટલેટ યડાવવાની જરૂરીયાત હોતી નથી.)

શું તમને એકવાર ડેન્જ્યુ થયા બાદ ફરીથી તે રોગ લાગુ પડી શકે?

હા

- ડેન્જ્યુના એક ટાઇપના વાયરસથી ડેન્જ્યુ થયો હોય તો પણ બીજો ટાઇપના વાયરસથી ડેન્જ્યુ થવાની શક્યાતા રહે છે.
- ડેન્જ્યુના એક પ્રકારના સીરોટાઇપ થી અન્ય સીરોટાઇપ સામે રક્ષણ પામી શકતા નથી.
- કોઈપણ વ્યક્તિને પોતાના જીવનકાળ દરમ્યાન એકથી વધુ વાર ડેન્જ્યુનો રોગ લાગુ પડી શકે છે.

ડેબ્યુના ચેપ હોવા છતાં લોકોમાં રોગગ્રસ્ત પરિસ્થિતી
(રોગના લક્ષણો જોવા ના મળે) તેવું બની શકે?

હા

- એવા ઘણા લોકો હોય છે જેઓને ડેબ્યુ હોવા છતાં રોગના કોઈ લક્ષણો કે ચિન્હો દેખાતા નથી.
- એક દર્દી રોગગ્રસ્ત હોય ત્યારે ત્યાં ચારથી પાંચ માણસો એવા પણ હોઈ શકે જેનામાં રોગના લક્ષણો કે ચિન્હો ન હોય.

શું ડેન્જ્યુ તાવના દર્દીઓને ઘરે સારવાર આપી શકાય?

- મોટા ભાગના ડેન્જ્યુના તાવના દર્દીઓની ઘરે સારવાર થઈ શકે છે.
- તેઓએ આરામ કરવો, ઘરમાં ઉપલબ્ધ પ્રવાહી પુષ્કળ પ્રમાણમાં લેવું અને પૌષ્ટિક ખોરાક લેવો જોઈએ.
- જો ORS કે જે સામાન્ય રીતે (જાડા બંધ કરવા માટે ઉપયોગમાં લેવાય છે.) તેને લેવું હિતાવહ છે ફળોનો રસ પણ ઉપયોગી થાય છે.
- જો આ રોગના એક કે તેથી વધુ લક્ષણો જોવા મળે તો તેને ગંભીર નિશાની સમજી ડોક્ટરનો સંપર્ક કરવો.

ચિકુનગુનિયા શું છે?

- ચિકુનગુનીયા વાયરલ રોગ છે. તે ચેપી મચ્છરના કરડવાથી ફેલાય છે. અને તબીબી દ્રષ્ટીએ ડેન્ગ્યુ જેવો તાવ છે.
- આ નામ આફ્રિકન ભાષા પરથી આવ્યું છે. જેનો અર્થ “વાંકા વળી ગયેલ” અને ખરેખર આ રોગના દર્દીઓ અથવા આ રોગથી પીડાતા મનુષ્યોને સાંધાના દુખાવાથી વાંકા વળેલ જોવા મળે છે.

ચિકુનગુનિયા કઈ રીતે ફેલાય છે.?

- ચેપી એડીસ ઈજીપ્તી અને એડીસ અઆલ્બોપીક્ટસ મચ્છરના કરડવાથી ફેલાય છે.
- સામાન્ય રીતે મચ્છર એક ચેપગ્રસ્ત વ્યક્તિને કરડીને તે અન્ય કોઈ વ્યક્તિને કરડે છે. ત્યારે ફેલાય છે.
- - એક ચેપગ્રસ્ત વ્યક્તિ બીજા વ્યક્તિને આ રોગનો ચેપ આપતો નથી. (તે સંસર્ગથી થતો રોગ નથી)
- એડીસ ઈજીપ્તી મચ્છર દિવસ દરમિયાન કરડે છે. તે કોઈ પણ પાત્રોમાં સગ્રહ થયેલ ચોખ્ખા પાણીમાં ઉત્પન્ન થાય છે. જેવા કે ટાયર, નારીયેળની કાચલી,કુલદાની,પાણીના પાત્રો અને કુલરો.

ચિકુનગુનિયાના ચિહ્નો અને લક્ષણો.

- ચિકુનગુનિયાના લક્ષણો ડેબ્યુને મળતા આવે છે. અચાનક તાવ આવવો, સખત માથાનો દેખાવો થવો, ઠંડી લાગવી, ઉબકા અને ઉલટી થવી અને સખત સાંધાનો દુખાવો.
- મોટા ભાગના દર્દીઓ સાજા થઈ જાય છે પણ સાંધાનો દુખાવો અઠવાડીયા અથવા મહિનાઓ સુધી રહેશે.
- એક વર્ષથી નાના બાળક તથા ઉંમરલાયક વ્યક્તિઓને આ રોગની ગંભીર અસર થવાની શક્યતા વધારે છે.
- અશક્ત અથવા રોગગ્રસ્ત પરિસ્થિતી વાળા માણસને ચિકુનગુનિયાની અસર ઝડપથી થઈ શકે છે.

ચિકુનગુનિયાના દર્દીની સારવાર

- ચિકુનગુનિયાનું નિદાન રક્ત પરિક્ષણથી થાય છે.(ELISA પદ્ધતીથી)
- ચિકુનગુનિયા થાય ત્યારે આરામ કરવો, તાવ અને સાંધાનો દુખાવો ઓછો કરે તેવી દવા લેવી. કેટલાક દર્દીઓને ક્યારેક લાંબા સમય સુધી દુખાવાની દવા લેવાની થાય છે.
- દર્દીઓએ મચ્છરજાળી વાપરવી અથવા મચ્છરદાનીનો ઉપયોગ કરી મચ્છરના સંપર્કથી(કરડવાથી) બચવું.

રોગની અટકાયત અને નિયંત્રણ
મચ્છર કરડવાથી બચાવ અને
મચ્છર ઉત્પત્તિ સ્થાનોનો નાશ/નિકાલ
ઉપર સંપૂર્ણ પણે નિર્ભર છે.

મચ્છર ઉત્પત્તિ અટકાવો.

નકામી વસ્તુઓનો નિકાલ / નાશ કરો.

- જુદા જુદા પાણીના પાત્રોમાંથી પાણીને વહેવડાવી દો/ખાલી કરો.
 - કુલરના પાણીને ખાલી કરો.
 - પાણી ભરવાના પાત્રોને ઢાંકીને રાખો.

ડેબ્બુના ફેલાવાને અટકાવવા માટે પ્રાથમીક ઉપાય તરીકે ફોગીંગ મશીન દ્વારા કરવામાં આવતો ધુમાડો એક વધારાના પગલાં તરીકે ગણી શકાય.

ફોગીંગમાં એવી જંતુનાશક દવાનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ જેનાથી પુખ્ત મચ્છર તુરંત જ નાશ પામે.

વ્યક્તિગત અને કૌટુંબીક રક્ષણ

- શરીરના બધા જ અંગો ઢાંકી રાખે તેવા લાંબી બાયના કપડા પહેરો.
- મચ્છર દુર રાખતી દવાના લેબલ પર આપેલ સુચનને ધ્યાનમાં રાખી આ દવાને ત્વચા પર અથવા કપડા પર લગાવો.
- દવાયુક્ત મચ્છરદાની પણ રક્ષણ આપે છે. ખાસ કરીને તે લોકો માટે કે જેઓ દિવસ દરમ્યાન સુવાની આદત ધરાવતા હોય છે.(જેમ કે નાના બાળકો અને ઉંમર લાયક વ્યક્તિઓ)
- ઘરગથ્થુ જંતુનાશકો જેવા કે, ધુમશીલ(એરોસીલ) દવાઓ મચ્છર અગરબત્તી તથા જંતુનાશકને વરાળમાં પરિવર્તીત કરતાં સાધનોનો ઉપયોગ પણ મચ્છર કરડવાથી બચાવે છે.
- ઘરગથ્થુ સાધનો જેવા કે, બારીની તથા દરવાજા પર મચ્છર જાળી લગાવો તથા એરકંડીશનનો ઉપયોગ પણ મચ્છર કરડવાથી બચાવે છે.

Epidemiological interpretation of larval indices

Larval indices	High risk of transmission	Low risk of transmission
BI	>50	<5
HI	>10%	<1%

Dengue Notification

No.7-165/2016/NVBDCP/DEN

**Government of India, Ministry of Health and Family welfare
Nirman Bhavan, New Delhi, Dated the 9th June, 2016**

Notification of Dengue Cases

Dengue has become a major public health concern in country accounting for substantial morbidity and mortality. As there is no specific drug and commercially available vaccine, prevention is the only strategy for Dengue. Therefore, early reporting of Dengue cases is necessary for' implementing preventive measures before it spreads further in an epidemic proportion.

In order to ensure early diagnosis & case management, reduce Dengue transmission, address the problems of emergency and spread of disease in newer geographical areas, it is essential to have complete information of all Dengue cases. Therefore, the health care providers shall notify every Dengue case to local authorities i.e. District Health Officer/Chief Medical Officer of the district concerned and Municipal Health Officer of the Municipal Corporation/ Municipality concerned every week (daily during transmission period) in prescribed format.

Dengue Notification

For the purpose of case definition, a Dengue case is defined as follows:

- **Probable DF/DHF:**

A case compatible with clinical description of Dengue Fever" An acute febrile illness of 2-7 days duration with two or more of the following manifestations:

Headache, retro-orbital pain, myalgia, arthralgia, rash, hemorrhagic manifestations."

OR

"Non-ELISA based NS 1 antigen/IgM positive"

(A positive test by RDT will be considered as probable due to poor sensitivity and specificity of currently available RDTs.)

Confirmed Dengue Fever:

A case compatible with the clinical description of Dengue fever with at least one of the following:-

- Demonstration of Dengue virus antigen in serum samples by NS1- ELISA.
- Demonstration of IgM antibody titre by ELISA positive in single serum sample.
- Detection of viral nucleic acid by polymerase chain reaction (PCR).
- Isolation of the Dengue virus (Virus culture +VE) from serum, plasma, leucocytes.
- IgG seroconversion in paired sera after 2 weeks with four fold increase of IgG titre.

Dengue Notification

- For the purpose of this notification, healthcare providers will include clinical establishments run or managed by the Government (including local authorities), private or NGO sectors and/or individual practitioners under Clinical Establishments (Registration & Regulation) Act, 2010.
- The doctors on Government Health Institutions and the registered medical private practitioners of the private hospitals/ clinics are required to immediately inform the office of the District Health Authority of concerned district, if a suspected case of Dengue is reported at their health institution.
- The blood samples of the all Dengue suspected cases have to be sent at the Sentinel Surveillance Hospitals (SSH), to be tested by ELISA technique. A patient can be declared positive for Dengue only on the basis of ELISA technique of testing and not by RDT. A patient can be declared as probable case for Dengue only on the basis of RDT technique by using NS1 or IgM (Not IgG). The information of the positive case of the Dengue should be sent to the office of the District Health Authority immediately after the diagnosis.
- The management of the Dengue probable/confirmed cases need to be done as per the guidelines issued by the Government of India from time to time and available on the website of Directorate of National Vector Borne Disease Control Programme (NVBDCP), Government of India. For more detailed information, the concerned State Programme Officers, NVBDCP, whose details are available on www.nvbdc.gov.in may be contacted.

ડેવલપ્સ અને ચિકુનગુનિયાની
રોકથામ એ સૌની
જવાબદારી છે.