সংক্রামক রোগ কি? কয়েকটি সংক্রামক রোগের নাম লেখ ও রোগের লক্ষণ, প্রতিরোধ ও নিয়ন্ত্রণ পদ্ধতি।

সংক্রামক রোগ:

কিছু কিছু রোগ এক ব্যক্তি বা প্রাণীর দেহ থেকে বিভিন্ন উপায়ে অন্য ব্যক্তি বা প্রাণীর দেহে সংক্রামিত হয়। ঐ সমস্ত রোগগুলিকে সংক্রামক রোগ বলা হয়। এই সংক্রামক রোগকে আমরা জীবানুঘটিত -রাগও বল-ত পারি, কারণ এই -রা-গর মূ-ল আ-ছ শরী-র জীবাণুর প্রবেশ, তাদের বৃদ্ধি ও বিষক্রিয়া। বিভিন্ন সংক্রামতা বিভিন্ন মাপের। কতকগুলি রোগ অল্প সময়ের মধ্যে ব্যাপক আকার ধারণ ক-র। -যমন- ক-লরা, বসন্ত চক্ষুপ্রদাহ বা কনজাংটিভাইটিস, হাম, ডিপ-থরিয়া প্রভৃতি। আবার -কান -কান -রা-গর সংক্রামতা খুব ধী-র, -যমন- হেপাটাইটিস, যক্ষা ইত্যাদি। আবার কোন কোন রোগের সংক্রামতা মধ্যম মাত্রার, যেমন- ইনফ্লুয়েঞ্জ, ম্যালেরিয়া, সর্দিকাশি ইত্যাদি।

কয়েকটি সংক্রামক রোগের নাম গুলি হল: ক-লরা, বসন্ত চক্ষুপ্রদাহ বা কনজাংটিভাইটিস, হাম, ডিপ-থরিয়া, হেপাটাইটিস, যক্ষা, ইনফ্লুয়েঞ্জ, ম্যালেরিয়া, সর্দিকাশি ইত্যাদি রোগ গুলি বিভিন্ন ভাবে সংক্রামিত হয়ে থাকে।

কয়েকটি সংক্রামক রোগের লক্ষণ, তাদের প্রতিকার ও নিয়ন্ত্রণের উপায় গুলি হল -

১) ম্যা-লরিয়া :

স্ত্রী অ্যা-নাফিলিস মশা ম্যা-লরিয়া -রা-গর জীবাণু ছড়ায়। এই ম্যা-লরিয়া -রাগ সৃষ্টিকারী জীবাণু হল- প্লাস-মাডিয়াম ভাই-ভক্স। মশা ম্যালেরিয়া রোগীর দেহ থেকে রোগজীবাণু সুস্থব্যক্তির দেহে সংক্রামিত করে অর্থাৎ কোন সুস্থ ব্যক্তিকে এই জাতীয় মশা কামড় দিলে ঐ ব্যক্তি ম্যালেরিয়া রোগে আক্রান্ত হয়। মশা কর্তৃক দংশনের ১০-১২ দিন প-রই -রাগীর জ্বর -দখা যায়।

লক্ষণ :

হঠাৎ কাঁপুনি দি-য় জ্বর আ-স। জ্বর বাড়-ত থা-ক এবংশীত অনুভব হয়। সারা শরীর জ্বালার ভাব থা-ক, মাথা যন্ত্রণা হয়। হাত পা কামড়ায়, হঠাৎ ঘাম দি-য় জ্বর -ছ-ড় যায়। এভা-ব প্রতিদিন বা প্রতি চতুর্থ দি-ন অথবা একদিন পর পর জ্বর আস-ত পা-র। এই সময় -রাগী অত্যন্ত দুর্বল ও অবসন্ন হ-য় প-ড়।

প্রতি-রাধ ও নিয়ন্ত্রণ :

ক) -রাগী-ক মশারির ম-ধ্য রাখ-ত হ-ব।
খ) -রাগীর ব্যবহৃত -পাষাক পরিচ্ছদ ও অন্যান্য জিনিস পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন কর-ত হ-ব। এবং ঐ সমস্ত জিনিস অন্য কা-রা ব্যবহার করা চল-ব না।
গ) রোগীর চারিপার্শ্ব পরিষ্কার রাখতে হবে এবং জল যাতে না জমে তার জন্য গর্তগুলি বন্ধ করে দিতে হবে ফলে মশার বৃদ্ধি নিয়ন্ত্রণ করা যা-ব।
ঘ) রোগীর সেবায় নিযুক্ত ব্যক্তিদের সাবান বা জীবাণু নাশক লোসন দিয়ে হাত পা ধুয়ে ফেলতে হবে।
ঙ) সমা-জর সর্বস্ত-রর -লাক-ক স্বাস্থ্য সম্প-র্ক স-চতন কর-ত হ-ব।
চ) জ্বর না কমলে ডাক্তারের পরামর্শ আনুযায়ী চিকিৎসার ব্যবস্থা করতে হবে।[১]

[1] pal, S. D. (2011). *Sanaktakstorarer Sarir Siksha.* Clasik Books, 9 Radhanath Mallick Lane, Kol-12.

২) ক-লরা:

ক-লরা -রাগ সৃষ্টিকারী জীবাণু হল ভিব্রিও ক-লরি। এই -রাগ দুত ও ব্যাপক আকা-র ছড়ি-য় পড়-ত পা-র। এই জীবাণু মূলত খাদ্যনালীকে সংক্রামিত করে। মাছি, জল ইত্যাদি কলেরা রোগের বাহক হিসাবে কাজ করে।

লক্ষণ:

আক্রান্ত ব্যক্তির ক্ষেত্রে অনবরত বাহ্য, বমি, হাত পায়ে খিলধরা, অতিরিক্ত জলপিপাসা এবং হাত পা ঠান্ডা হয়ে আসতে দেখা যায়।

প্রতি-রাধ ও নিয়ন্ত্রণ:

ক) বিশুদ্ধ জল -খ-ত হ-ব বা জল ফুটি-য় -খ-ত হ-ব।
খ) চারিপার্শ্ব পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন রাখ-ত হ-ব।
গ) স্নানের ও মলমুত্র নিষ্কাশনের সুব্যবস্থা রাখতে হবে।
ঘ) প্রতি-রাধক ইন-জকশ-নর ব্যবস্থা কর-ত হ-ব।
ঙ) টাটকা ও বিশুদ্ধ খাবার -খ-ত হ-ব।
চ) কাটা ফল খাওয়া চল-ব না।
ছ) খাবার সবসময় -ঢ-ক রাখ-ত হ-ব।
জ) সমা-জর সর্বস্ত-রর -লাক-ক স্বাস্থ্য সম্প-র্ক স-চতন কর-ত হ-ব।
ঝ) রোগ মহামারীর আকার ধারণ করলে বিজ্ঞাপন দ্বারা জনগণকে সচেতন করতে হবে।
ঞ) খালি -প-ট থাকা উচিত নয়।
ট) কলেরা না কমলে ডাক্তারের পরামর্শ আনুযায়ী চিকিৎসার ব্যবস্থা করতে হবে।

সংক্রামক রোগ নিয়ন্ত্র-ণর উপায়:

সংক্রামক রোগ প্রতিরোধের উপায়গুলি হল -

১) যে কোন রোগ বা ব্যাধির হাত থেকে মুক্তির জন্য প্রয়োজন পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা এবং আক্রান্ত ব্যক্তিকে সম্পূর্ণ এড়িয়ে চলা।
২) কোন সংক্রামক রোগ দেখা দিলে ডাক্তারের পরামর্শ অনুযায়ী রোগীকে চিকিৎসা করতে হবে এবং প্রয়োজনে হাসপাতা-ল নি-য় -য-ত হ-ব।
৩) কিছু কিছু সংক্রামক রোগের প্রতিষেধক হিসাবে টিকা বা ইনজেকশানের ব্যবস্থা করতে হবে।
৪) রোগীর ব্যবহৃত পোষক ও অন্যান্য জিনিসপত্র পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন করতে হবে এবং ঐ সমস্ত জিনিস অন্য কারো ব্যবহার করা চলবে না। রোগীর সেবায় নিযুক্ত ব্যক্তিদের সাবান বা জীবাণু নাশক -লাসন দি-য় হাত পা ধু-য় -ফল-ত হ-ব।
৫) ব্যক্তগত পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন বজায় রাখতে হবে।
৬) বাড়ির চারিপার্শ্ব পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন রাখ-ত হ-ব যা-ত মশা মাছি জন্মা-ত না পা-র।
৭) -খালা খাবার, বাসি খাবার ও দূষিত জল পান করা চল-ব না।
৮) মুক্ত বায়ুসেবন, সুষম ও পুষ্টিকর খাদ্যগ্রহণ, স্বাস্থ্যানুকুল পরি-ব-শ বসবাস ও পরিষ্কার পরিচছন্ন থাকা প্র-য়াজন।
৯) গৃহ পরি-বশ, বিদ্যালয় পরি-বশ, সমাজ পরি-বশ, স্বাস্থ্য সম্মত রাখার ব্যবস্থা -নওয়া।
১০) জনগনকে বিভিন্ন সংক্রামক রোগ সম্বন্ধে অবহিত করতে হবে। [২]

Biswajit Garai

[2] pal, S. D. (2011). *Sanaktakstorarer Sarir Siksha.* Clasik Books, 9 Radhanath Mallick Lane, Kol-12.

ইনফ্লুয়েঞ্জা রোগের কারণ, লক্ষণ প্রতিরোধ ও নিয়ন্ত্রণ :

ইনফ্লুয়েঞ্জা একটি খুবই সংক্রামক রোগ, যা ইনফ্লুয়েঞ্জা ভাইরাস দ্বারা সংক্রামিত হয়। ফলে জ্বর, সমগ্র শরীরে ব্যথা এবং শ্বাসযন্ত্রের প্রদাহ ইত্যাদি হয়।

কারণ :

সিজিন্যাল পরিবর্তনের সময় তিন ধরনের মিক্সোভাইরাস A, B এবং C দ্বারা এই -রাগটি সৃষ্টি হয়। A ভাইরাস -প-ন্ডমিক (এলাকা ভিত্তিক), B ভাইরাস ক্ষুদ্র এবং ছড়ি-য় পড়ার মাত্রা কম এবং C ভাইরাস খুব অল্প -দখা যায়। এই তিন ভাইরাস দ্বারা সংক্রামিত হওয়ার পরবর্তীকালে স্টেপটোকক্কাস পায়োজেন্স, স্টেফাইলোকক্কাস পায়োজেন্স এবং নিউমোকক্কাস আক্রান্ত হতে পারে।

সংক্রামক কাল :

এই রোগটি সংক্রামিত হতে রক থেকে চারদিন সময় লাগে।

লক্ষণ :

এই অসুস্থতায় হঠাৎই মাথা যন্ত্রণা, গা-হাত ব্যথা, অরুচি, গা ম্যাজ ম্যা-জ ভাব, সর্দি, তৎসহ জ্বর, কখনও বমি বমি ভাব হ-ত পারে। কিছুক্ষেত্রে গলা ব্যথা, শুকনো কার্শি, চোখ লাল হয়। এই রোগের লক্ষণগুলি কিছুদিনের মধ্যে ছড়িয়ে পড়ে।

-রাগ বিস্তার :

এই -রা-গর জীবানু হাঁচি, কার্শি, সর্দি ইত্যাদির মাধ্য-ম এবং -রাগীর ব্যবহৃত আসবাবপত্রের মাধ্যমে অপরের শরীরে ছড়িয়ে পড়ে।

-রাগ প্রতি-রাধ :

নিনম্নলিখিত উপা-য় এই -রাগ প্রতি-রাধ করা যায় -

১) -রাগী যতদিন না সুস্থ হয় তা-ক বিছানা-ত শুই-য় রাখা উচিত।
২) শতকরা ৮০ ভাগ -লাক-ক ভ্যাকসিন প্র-য়াগ ক-র ক-ন্ট্রাল করা -য-ত পা-র।
৩) আ-লাবাতাস পূর্ণ ঘ-র -রাগী-ক রাখ-ত হ-ব।
৪) রোগীর ব্যবহৃত আসবাবপত্র ভালোভাবে পরিষ্কার করে জীবাণুমুক্ত করতে হবে।[৩]

[3] pal, S. D. (2011). *Sanaktakstorarer Sarir Siksha.* Clasik Books, 9 Radhanath Mallick Lane, Kol-12.

Biswajit Garai