Faruque Hassan
President

BGMEA

বিজ্ঞপ্তি নং- বিজিএ/হেলথ/২০২৩/ ২৭৬

তারিখ ঃ ২৭ জুলাই, ২০২৩

"সকল সম্মানিত সদস্যের জন্য"

বিষয়ঃ ডেঙ্গুর প্রকোপ প্রতিরোধে প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা গ্রহণ প্রসঙ্গে।

ডেঙ্গুর জীবানু বহন করে এডিস মশা। ঢাকায় ডেঙ্গু জ্বরের প্রকোপ অতীতের যে কোন সময়ের তুলনায় বেশী। ডেঙ্গু জ্বরে আক্রান্ত হয়ে এ পর্যন্ত দুই শতাধিক লোক মারা গেছেন। স্বাভাবিকভাবেই ডেঙ্গু জ্বর নিয়ে মানুষের মাঝে প্রবল উদ্বেগ তৈরী হয়েছে। শরীরে কোন লক্ষন দেখলে আপনি বুঝবেন যে ডেঙ্গু জ্বরে আক্রন্ত হয়েছেন এবং সেক্ষেত্রে আপনার করণীয় কী হতে পারে তা নিম্নে উল্লেখ করা হলো ঃ

ডেঙ্গুর লক্ষণ ঃ

১। সাধারনভাবে ডেঙ্গুর লক্ষন হচ্ছে জ্বর, মাথাব্যাথা, হাতে পায়ে ব্যাথা, গাঁটে ব্যথ্যা, চোখের পিছনেও ব্যাথা হতে পারে।
২। ১০১ ডিগ্রী থেকে ১০২ ডিগ্রী তাপমাত্র থাকতে পারে/বমি বমিভাব খিদে না পাওয়া।
৩। গায়ে র‍্যাশ, চুলকানি, পেটের সমস্যা হওয়া।
৪। মাড়ি থেকে বা নাক দিয়ে রক্তপাত হতে পারে। মূত্রের সাঙ্গেও রক্ত পড়তে পারে।
৫। গলা ব্যাথা হতে পারে।

ডেঙ্গু প্রতিরোধে করনীয় ঃ

১। বাড়ির চারপাশে ঝোঁপঝাড় পরিস্কার।
২। তিন দিনের বেশী জমে থাকা পানি ফেলে দিন।
৩। অব্যবহৃত পানির পাত্র উল্টে রাখুন যাতে পানি না জমতে পারে।
৪। দিনে/রাতে ঘুমানোর সময় মশারি ব্যবহার করুন।
৫। প্রয়োজনে মশা নিবারক ক্রিম ব্যবহার করুন, সম্ভব হলে জানালায় নেট লাগান।
৬। যথা সম্ভব লম্বা পোশাক পরিধান করুন।
৭। আক্রান্ত ব্যাক্তিকে সার্বক্ষনিক মশারির ভিতরে রাখুন।
৮। জ্বর হলে ডেঙ্গু জ্বরের পরীক্ষা করান এবং অবশ্যই রেজিস্টার্ড চিকিৎসকের পরামর্শ নিন।

তৈরী পোশাক শিল্পের লক্ষ লক্ষ শ্রমিক/কর্মচারী নিরলসভাবে কাজ করে যাচ্ছে। এই শ্রমিক/কর্মচারীদের সুরক্ষা নিশ্চিত করা আমার/আপনার সকলের দায়িত্ব। কারণ এই শ্রমিক/কর্মচারীরা দেশের অর্থনৈতিক উন্নয়নের মেরুদন্ড এবং প্রধান চালিকা শক্তি। উল্লেখ্য যে, সরকার, এবং বিজিএমইএ কর্তৃক নির্দেশনা এবং স্বাস্থ্য প্রটোকলসমূহ যথাযথভাবে অনুসরন করে কোভিড-১৯ কে নিয়ন্ত্রনে রাখা সম্ভব হয়েছে। আশা করি বর্তমানে এডিস মশাবাহিত রোগ ডেঙ্গুও নিয়ন্ত্রন রাখা সম্ভব হবে। এখানে উল্লেখ্য স্বাস্থ্য অধিদপ্তরের ওয়েব সাইটে ডেঙ্গুরোগ সংক্রান্ত প্রকাশিত নির্দেশিকা অনুযায়ী সকলকে প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা গ্রহনের জন্য অনুরোধ করা হলো।

সকলের সম্মিলিত ও ঐকান্তিক প্রচেষ্টায় এডিস মশাবাহিত রোগ ডেঙ্গুর বিস্তার রোধ করা সম্ভব হবে। সকলের সু-স্বাস্থ্য কামনা করছি।

ধন্যবাদান্তে,

ফারুক হাসান
সভাপতি

BANGLADESH GARMENT MANUFACTURERS & EXPORTERS ASSOCIATION (BGMEA)
বাংলাদেশ পোশাক প্রস্তুতকারক ও রপ্তানীকারক সমিতি
• বাংলাদেশে তৈরি •

BGMEA Complex, House # 7/7A, Block # H-1, Sector # 17, Uttara, Dhaka-1230, Bangladesh. Tel: +880 9638012345 | E-mail: info@bgmea.com.bd | Web: www.bgmea.com.bd
Regional Office: BGMEA Bhaban (Level- 4 & 5), 669/E, Jhautala Road, South Khulshi, Chattogram. Tel: +880-2333379125-7 (PABX) | Fax: +880-2333379127 | E-mail: info@bgmeactg.org

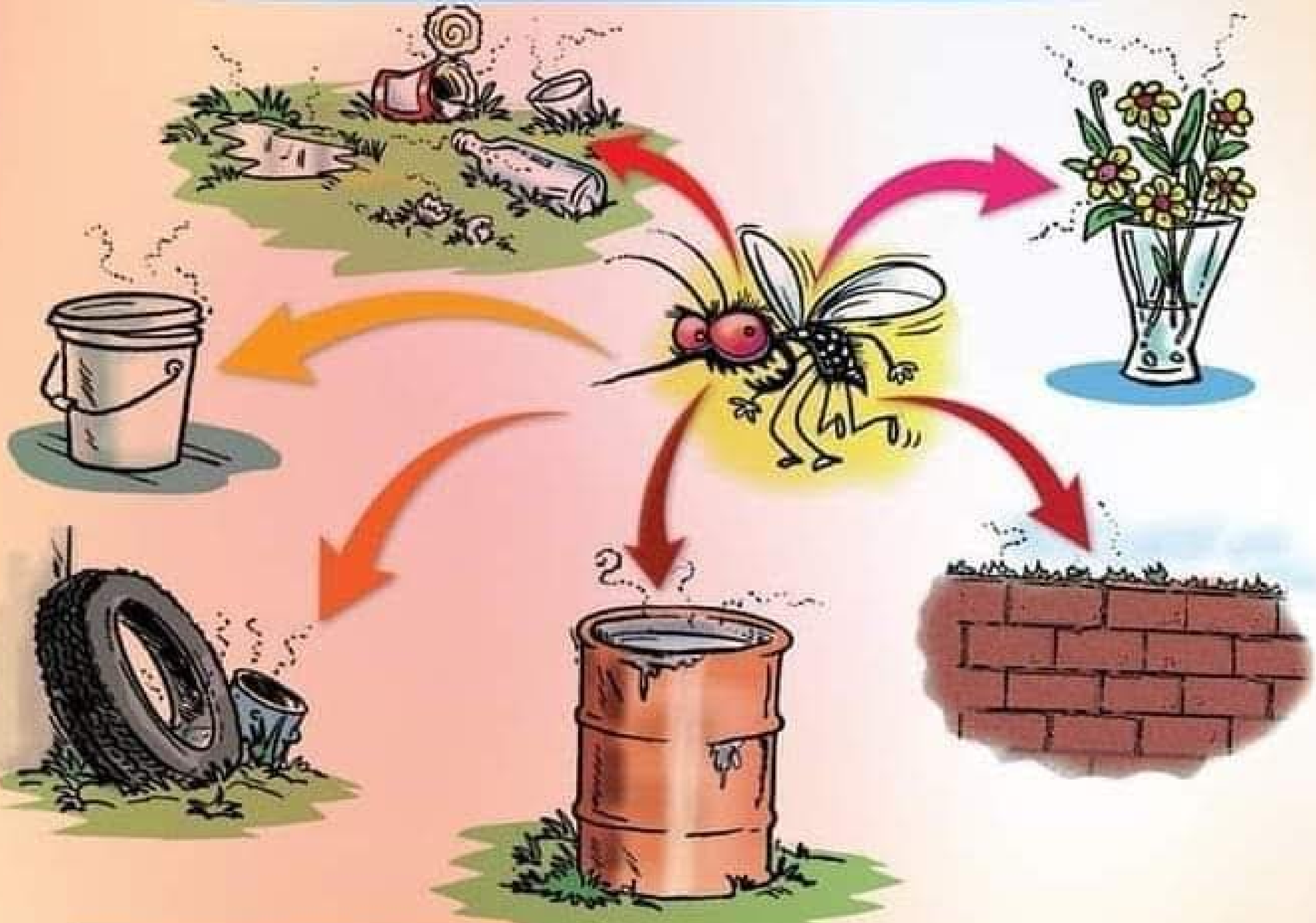
৫টি কাজ করুন
ডেংগু থেকে বাঁচুন

স্বাস্থ্য অধিদপ্তর, ঢাকা

জমে থাকা পানি পরিষ্কার করে সকলকে বাঁচান

আমাদের আঙিনা,
আমরা পরিষ্কার করছি
আপনি করছেন তো?
Cabinet Division
ICT DIVISION
USAID

সচেতন হউন, ডেঙ্গু প্রতিরোধ করুন



এডিস মশার উৎপত্তি স্থান

ডেঙ্গু প্রতিরোধে করণীয়

- বাড়ির আশেপাশের ঝোঁপঝাড় পরিষ্কার রাখুন
- তিন দিনের বেশি জমে থাকা পানি ফেলে দিন
- অব্যবহৃত পানির পাত্র উল্টে রাখুন যাতে পানি না জমতে পারে
- ঘুমানোর পূর্বে মশারী ভালভাবে টানিয়ে নিন
- প্রয়োজনে শরীরের অনাবৃত স্থানে মশা প্রতিরোধী ক্রিম ব্যবহার করুন
- যে কোন ধরনের জ্বরে ডাক্তারের পরামর্শ নিন

...d of Licensing Authority (Drugs).
...09-153 / Renova XR dengue alarming social awareness leaflet pad 1st Print 2018

ডেঙ্গু ও চিকুনগুনিয়ায় আক্রান্ত হলে করণীয়

কখন হাসপাতালে ভর্তি হবেন?

নিম্নোক্ত যে কোন একটি বিপদ চিহ্ন থাকলে –

- প্রচণ্ড পেট ব্যথা ও অত্যধিক পানি পিপাসা থাকলে
- ঘন ঘন বমি বা বমি বন্ধ না হলে
- রক্তবমি বা কালো পায়খানা হলে
- দাঁতের মাড়ি বা নাক থেকে রক্তপাত হলে
- ৬ ঘন্টার বেশি সময় ধরে প্রস্রাব না হলে
- প্রচণ্ড শ্বাসকষ্ট হলে
- ডায়রিয়া হলে ও অত্যধিক শারীরিক দুর্বলতা অনুভব করলে
- গর্ভবতী মা, নবজাতক শিশু, বয়স্ক রোগী, ডায়াবেটিস ও কিডনী রোগ থাকলে
- শরীরের তাপমাত্রা অস্বাভাবিক কমে গেলে (শরীর অস্বাভাবিক ঠান্ডা হয়ে গেলে)

কখন এবং কিভাবে বাড়িতে চিকিৎসা নিবেন?

রোগীর কোন বিপদ চিহ্ন না থাকলে –

- মুখে পর্যাপ্ত তরল খাবার খেতে পারলে
- প্রতি ৬ ঘন্টায় অন্ততঃ ১ বার প্রস্রাব হলে
- বাড়িতে করণীয়:
  - ➢ এ সময় পূর্ণ বিশ্রামে থাকুন।
  - ➢ স্বাভাবিক খাবারের সাথে পর্যাপ্ত পরিমানে লবন যুক্ত তরল খাবার যেমনঃ খাবার স্যালাইন, ডাবের পানি, ফলের রস, স্যুপ ইত্যাদি খেতে থাকুন।
  - ➢ ডেঙ্গু জ্বরে প্যারাসিটামল ব্যতীত অন্য কোন ব্যথার ওষুধ সেবন করবেন না। (পূর্ণবয়স্কদের: জ্বর/ব্যথাজনিত কারনে সর্বোচ্চ দৈনিক ৩ গ্রাম বা ৫০০ মি.গ্রা. এর ৬ টি ট্যাবলেট; বাচ্চাদের : চিকিৎসকের পরামর্শ অনুযায়ী)
  - ➢ জ্বর কমাতে কুসুম গরম পানি দিয়ে সারা শরীর মুছে ফেলুন।

- ফুলের টব সহ বাসার ভিতরে ও চারপাশে জমে থাকা পানি অবশ্যই ৩ দিনের মধ্যে ফেলে দিন এবং ৩ দিনের বেশি সময়ের জন্য বাড়ির বাইরে গেলে কমোড ও প্যান ঢেকে রাখুন, পানির পাত্র উল্টিয়ে রাখুন
- দিনে ও রাতে ঘুমানোর সময় অবশ্যই মশারি ব্যবহার করুন
- মশার কামড় থেকে বাঁচতে ছোট বড় সকলে শরীর ঢেকে রাখে এমন কাপড় পরিধান করুন
- বর্তমান কোভিড-১৯ পরিস্থিতিতে জ্বর থাকলে কোভিড-১৯ টেস্ট-এর পাশাপাশি ডেঙ্গু জ্বরের পরীক্ষা (NS1 টেস্ট) করান
- ডেঙ্গু জ্বরের পরীক্ষার জন্য দেশের সকল জেলার সিভিল সার্জন বরাবর NS1 কীট সরবরাহ করা হয়েছে। তাই জ্বরের রোগী হাসপাতালে আসলেই চিকিৎসকের পরামর্শমত তাকে NS1 পরীক্ষা করান এবং কোন রোগীর ডেঙ্গু সনাক্ত হলে সেই তথ্য স্বাস্থ্য অধিদপ্তরের হেলথ ইমার্জেন্সী অপারেশন সেন্টার ও কন্ট্রোল রুম-এ পাঠান
- জ্বরের পরীক্ষা ও চিকিৎসার আগে **অবশ্যই চিকিৎসকের পরামর্শ নিন** ও প্রয়োজনে হটলাইন **১৬২৬৩**-তে ফোন করুন
- ডেঙ্গু সংক্রান্ত যে কোন তথ্যের জন্য **প্রয়োজনে যোগাযোগ করুন- ফোন : ০২-২২২২৮৫৭৪৪, ই-মেইল: mpdc_dghs@yahoo.com**

জাতীয় ম্যালেরিয়া নির্মূল ও এডিস বাহিত রোগ নিয়ন্ত্রণ কর্মসূচী, রোগ নিয়ন্ত্রণ শাখা,
স্বাস্থ্য অধিদপ্তর, মহাখালী, ঢাকা।