fhindia
Family Health India

Godrej embed
Elimination of Mosquito Borne Endemic Diseases

मलेरिया और डेंगू

- आपके सवालों के जवाब

चरक का यह मानना था कि चिकित्सक अपने ज्ञान और समझ का दीप लेकर पहले रोगी के शरीर और मन:स्थिति को समझे। उसे उन सब कारणों का अध्ययन करना चाहिए, जो कि रोगी को प्रभावित करते हैं। तत्पश्चात उसका उपचार किया जाना चाहिए।

विषय–सूची

मलेरिया

भाग १: मलेरिया क्या है? **4**

1 मलेरिया क्या है? 4
2 मलेरिया के लक्षण क्या हैं? 4
3 यदि किसी मरीज को बुखार है, तो क्या इसका मतलब उसे मलेरिया है? 4

भाग २: निदान **5**

1 आप कैसे सुनिश्चित कर सकते हैं कि मरीज को मलेरिया है? 5
2 कितने प्रकार के रक्त परीक्षण से मलेरिया का निदान किया जा सकता है? 5
3 यदि बुखार का कोई मरीज आपके पास आए तो क्या किया जाना चाहिए? 7
4 रक्त परीक्षण के परिणाम के आधार पर क्या किया जाना चाहिए? 7

भाग ३: उपचार **8**

1 मलेरिया के उपचार के लिए कौन सी विभिन्न मार्गदर्शिकाएं हैं? 8
2 देखभाल करने वालों को आप क्या सलाह देंगे? 12

भाग ४: परामर्श **13**

1 मरीजों को सही जगह भेजना क्यों जरूरी है? 13
2 किस तरह के संकेत दिखाई पड़ने पर आप तय करेंगे कि मरीज को रेफर करने की आवश्यकता है? 13

डेंगू

1 डेंगू क्या है? 16
2 डेंगू के लक्षण क्या हैं? 16
3 आप डेंगू का निदान कैसे करेंगे? 17
4 डेंगू का उपचार आप किस प्रकार करेंगे? 17
5 डेंगू से कैसे बचा जा सकता है? 18

मलेरिया

मलेरिया क्या है?

१ मलेरिया क्या है?

मच्छरों के काटने से मलेरिया के परजीवी फैलते हैं, जिनसे मलेरिया रोग होता है।

२ मलेरिया के लक्षण क्या हैं?

मलेरिया के सबसे आम लक्षण हैं:

- बुखार
- कपकपी
- उल्टी

क्या आप जानते हैं?
यूएस के वैज्ञानिकों का कहना है कि उन्होंने जैविक रूप से बदले हुए मच्छर तैयार किए हैं, ये उन मच्छरों को रोकते हैं जो मनुष्यों में मलेरिया के लिए जिम्मेदार हैं।

३ यदि किसी मरीज को बुखार है, तो क्या इसका मतलब उसे मलेरिया है?

बुखार बहुत सी बीमारियों का लक्षण हो सकता है। मलेरिया एक गंभीर समस्या है इसलिए सभी बुखार जिनका कारण स्पष्ट न हो, उन्हें मलेरिया के रूप में देखा जाना चाहिए।

निदान

१ आप कैसे सुनिश्चित कर सकते हैं कि मरीज को मलेरिया है?

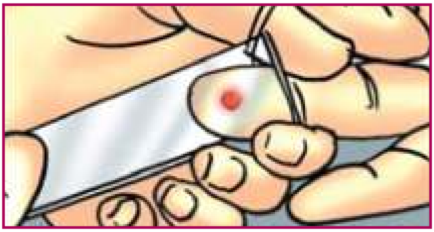
कोई भी बुखार मलेरिया हो सकता है। सिर्फ रक्त जांच से ही यह सुनिश्चित हो सकता है।

२ कितने प्रकार के रक्त परीक्षण से मलेरिया का निदान किया जा सकता है?

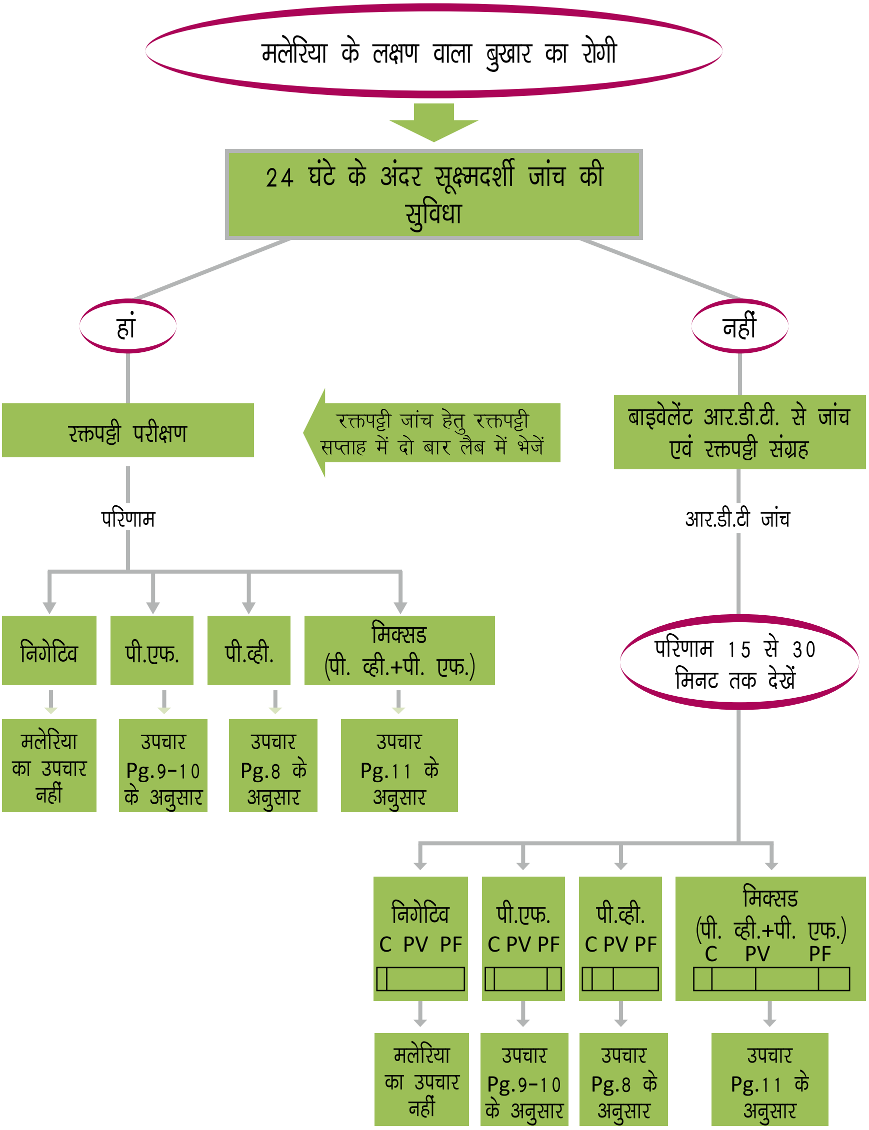
यदि जांच के लिए आसपास लैब की सुविधा उपलब्ध है तो सूक्ष्मदर्शी जांच लिखें और तय करें कि रिपोर्ट 24 घंटे के अंदर उपलब्ध हो। पी.एच.सी./सी.एच.सी. या जिला अस्पताल में सूक्ष्मदर्शी जांच निःशुल्क है।

यदि जांच के लिए आसपास लैब की सुविधा उपलब्ध नहीं है तो Rapid Diagnostic Test (RDT/ आर.डी.टी.) किया जा सकता है। आर.डी.टी., आशा कर्मचारियों द्वारा मुफ्त में किया जा सकता है या दवा दुकान से आर.डी.टी. किट खरीदी जा सकती है।

(आर.डी.टी. किट का चित्र दिखाएं, सकारात्मक व नकारात्मक परिणाम के साथ)



बुखार के रोगी की जांच एवं उपचार संबंधी चार्ट



टीपः

1 पूर्ण उपचार के 15 दिन पश्चात रोगी का दोबारा रक्त परीक्षण करें।

2 सकारात्मक पाए जाने पर रोगी के घर के समस्त सदस्यों की जांच आर.डी.टी एवं रक्तपट्टी से करें।

3 गांव में मलेरिया का रोगी पाए जाने पर गांव के समस्त बुखार के रोगियों की खोज कर जांच एवं उपचार का कार्य तत्काल करें।

३ यदि बुखार का कोई मरीज आपके पास आए तो क्या किया जाना चाहिए?

बुखार को नियंत्रित करने के लिए नीचे दी गई विधि का पालन करें:

४ रक्त परीक्षण के परिणाम के आधार पर क्या किया जाना चाहिए?

a. Negative RDT Result

- पुष्टि करने के लिए मरीज को सूक्ष्मदर्शी जांच के लिए लैब में भेजें।
- यदि सूक्ष्मदर्शी जांच का परिणाम नकारात्मक है, तो इसका मतलब है कि मरीज को मलेरिया नहीं है और बुखार के अन्य कारणों को देखा जाना चाहिए। ऐसे मरीज को paracetamol और सहायक उपचार दें।
- यदि कोई अन्य कारण नहीं मिलता है और चिकित्सकीय आशंका अधिक है (उदाहरण: रह–रह कर तेज बुखार और पसीना आना) तो, लगभग 24 घंटे बाद पुनः जांच की जानी चाहिए और सूक्ष्मदर्शी जांच के लिए विशेष प्रयास किया जाना चाहिए।

b. P. Vivax या Falciparum मलेरिया के लिए सकारात्मक आर.डी.टी. परिणाम

- खंड 3 में विस्तृत रूप से दिए गए उपचार नियम का पालन करें।

याद रखे!

जांच का परिणाम यदि सकारात्मक है तो मरीज को अवश्य बताएं और नकारात्मक होने पर भी बताएं।

उपचार

१ मलेरिया के उपचार के लिए कौन सी विभिन्न मार्गदर्शिकाएं हैं? P Vivax के लि

A.

P Vivax के लिए खून की जांच का परिणाम सकारात्मक होने पर दवा देने के लिए निम्नलिखित नियम का पालन करें।

उपचार करें: CQ (3 दिन). + PQ (14 दिन)

CQ = Chloroquine

PQ = Primaquine

उम्र	दिन 1		दिन 2		दिन 3		दिन 4 से 14
	CQ (250 mg)	PQ (2.5 mg)	CQ (250 mg)	PQ (2.5 mg)	CQ (250 mg)	PQ (2.5 mg)	PQ (2.5 mg)
1 वर्ष से कम	½	0	½	0	¼	0	0
1– 4 वर्ष	1	1	1	1	½	1	1
5–8 वर्ष	2	2	2	2	1	2	2
9–14 वर्ष	3	4	3	4	1 ½	4	4
15 वर्ष या अधिक*	4	6	4	6	2	6	6
गर्भावस्था	4	0	4	0	2	0	0

*CQ 250 mg tablet having 150 mg base

ध्यान दें!

मरीज की उम्र और मलेरिया के प्रकार के आधार पर उपचार बदलता है।

एक वर्ष से कम उम्र के बच्चों व गर्भवती महिलाओं को Primaquine नहीं दिया जाना चाहिए।

मरीज को आराम करने, पोषक आहार और ढेर सारा तरल लेने की सलाह दें।

क्या आप जानते हैं?
प्राचीन चीनी चिकित्सा लेखों में २७०० ईसा पूर्व मलेरिया के लक्षणों का वर्णन किया गया।

B. P- Falciparum के लिए उपचार

यदि P Falciparum के लिए खून की जांच का परिणाम सकारात्मक है तो दवा देने के लिए निम्नलिखित नियम का पालन करें।

शुरुआती Falciparum के उपचार के लिए दवा की खुराकः

i Artemisinin based Combination Therapy (ACT&SP)

Artesunate (4 mg/प्रतिकिलो वजन) रोजाना 3 दिन के लिए

Plus Sulfadoxine (25 mg/प्रतिकिलो वजन)

Pyrimethamine (1.25 mg/प्रतिकिलो वजन) पहले दिन

ii Primaquine (0-75 mg/ प्रतिकिलो वजन) दूसरे दिन

iii यदि मरीज का उपचार किसी सरकारी अस्पताल में किया जा रहा है तो सरकारी स्वास्थ्य कर्मियों को रंग आधारित खुराक सारणी और किट दी जाती है। नीचे दिए गए तरीके से इसका उपयोग किया जा सकता हैः

फैल्सीपेरम मलेरिया के इलाज के लिए खुराक सारिणी, एसीटी–एसपी के साथ

आयुवर्ग (वर्ष)
0–1: गुलाबी पत्ता (ब्लिस्टर)
1–4: पीला पत्ता
5–8: हरा पत्ता
9–14: लाल पत्ता
15 या अधिकः सफेद पत्ता

Dosage Chart for Treatment of Falciparum Malaria with ACT-SP

Age Group (Years)	1st day		2nd day		3rd day
	AS	SP	AS	PQ	AS
0-1 Pink Blister	1 (25 mg)	1 (250+12.5 mg)	1 (25 mg)	Nil	1(25 mg)
1-4 Yellow Blister	1 (50 mg)	1 (500+25 mg each)	1 (50 mg)	1 (7.5 mg base)	1 (50 mg)
5-8 Green Blister	1 (100 mg)	1 (750+37.5 mg each)	1 (100 mg)	2 (7.5 mg base each)	1 (100 mg)
9-14 Red Blister	1 (150 mg)	2 (500+25 mg each)	1 (150 mg)	4 (7.5 mg base each)	1 (150 mg)
15 & Above White Blister	1 (200 mg)	2 (750+37.5 mg each)	1 (200 mg)	6 (7.5 mg base each)	1 (200 mg)

C. मिश्रित संक्रमण का उपचार **(Vivax + Falciparum)**

यदि रक्त जांच का परिमाण मिश्रित हो तो सभी मिश्रित संक्रमण के उपचार के लिए ACT व Primaquine 0-25mg (प्रति वजन) रोजाना 14 दिनों तक पूरे क्रम से लिया जाना चाहिए।

ध्यान दें!

Primaquine (PQ) **गोली भोजन के बाद लेनी चाहिए, खाली पेट नहीं। एक वर्ष से कम उम्र के बच्चों और गर्भवती महिलाओं को** Primaquine **नहीं देना चाहिए।**
Falciparum **मलेरिया से पीड़ित गर्भवती महिलाओं को अलग दवाओं की जरूरत होती है, उन्हें जल्दी ही नजदीक के पी.एच.सी. या अस्पताल भेजा जाना चाहिए।**

Dosage Chart for Treatment of mixed (vivax and falciparum) Malaria with ACT-SP

Age	Day 1			Day 2		Day 3		Day 4-14
	AS tablet (50 mg)	SP tablet	PQ (2.5 mg)	AS tablet (50 mg)	PQ (2.5 mg)	AS tablet (50 mg)	PQ (2.5 mg)	PQ (2.5 mg)
Less than 1 yr	½	½	0	½	0	½	0	0
1-4 years	1	1	1	1	1	1	1	1
5-8 years	2	1 ½	2	2	2	2	2	2
9-14 years	3	2	4	3	4	3	4	4
15 yrs or more	4	3	6	4	6	4	6	6

पैरासिटामोल का उपयोग

- पैरासिटामोल सामान्यतः किसी भी बुखार को आधे घंटे में कम कर देता है।
- पैरासिटामोल, सारणी में दी गई मात्रानुसार किसी भी उम्र के मरीज और यहां तक गर्भावस्था के दौरान भी दिया जा सकता है।
- आवश्यकता होने पर इस मात्रा में यह दिन में 3–4 बार दिया जा सकता है। यदि बुखार मरीज के सहने योग्य हो और बहुत अधिक न हो तो पैरासिटामोल देने की आवश्यकता नहीं है।

उम्र	1–2 वर्ष	3–6 वर्ष	7–12 वर्ष	वयस्क
मात्रा	60-120 mg/dose	120 mg/dose	240 mg/dose	120 mg/dose

क्या आप जानते हैं?
मलेरिया का विवरण प्राचीन भारतीय चिकित्सा शास्त्र, जैसे कि अथर्व वेद एवं चरक संहिता में भी मिलता है।

२ देखभाल करने वालों को आप क्या सलाह देंगे?

- खाली पेट दवा नहीं लेनी चाहिए।
- निर्धारित उपचार पूरा करें। यदि बताए अनुसार उपचार पूरा नहीं होता है तो बीमारी अधिक गंभीर रूप में वापस आ सकती है और तब उपचार ज्यादा कठिन हो जाएगा।
- यदि 24 घंटे बाद भी कोई सुधार न हो, या फिर मरीज की हालत अधिक बिगड़ जाए, या बुखार दोबारा हो जाए तो नजदीकी पी.एच.सी./सी.एच.सी. अस्पताल जाएं।

- यदि घर या पड़ोस में मलेरिया का कोई मरीज हो तो घर के अन्य सदस्यों को मच्छरों से अपना बचाव करना चाहिए और घर में किसी को भी होने वाले बुखार पर नजर रखनी चाहिए।
- घर के आसपास पानी जमा न होने दें, यह मच्छरों को पनपने से रोकेगा। अपने आसपास सफाई का ध्यान रखें।
- दिन हो या रात, मच्छरों के काटने से बचने के लिए मच्छरदानी या मच्छर भगाने के दूसरे तरीकों का उपयोग करें।

ध्यान दें!
किसी भी मलेरिया के उपचार की पहली खुराक आपके सामने ली जानी चाहिए। यदि मरीज की उम्र पांच वर्ष से कम है तो, पहली खुराक के बाद मरीज को १५ मिनट इंतजार करने को कहें। यदि इस दौरान मरीज को उल्टी हो जाए तो उसे १५ मिनट आराम करने दें, और पुन: पहली खुराक दें। यदि मरीज फिर से उल्टी कर दे तो इसे गंभीर मलेरिया माना जाता है। मरीज को तत्काल नजदीकी पी.एच.सी./सी.एच.सी./अस्पताल भेजें।

परामर्श

१ मरीजों को सही जगह भेजना क्यों जरूरी है?

मलेरिया तेजी से बढ़ सकता है और गंभीर मामलों का इलाज प्राथमिक स्वास्थ्य के स्तर पर नहीं हो सकता। ऐसे मरीज जिन्हें इलाज से लाभ न हो रहा हो, उन्हें सही जगह भेजना उनकी जान बचा सकता है!

२ किस तरह के संकेत दिखाई पड़ने पर आप तय करेंगे कि मरीज को रेफर करने की आवश्यकता है?

इन लक्षणों की पहचान करें और मरीजों को नजदीकी पी.एच.सी. में भेजें:

- प्रारम्भिक उपचार के 24 घंटे बाद भी बुखार का बने रहना
- लगातार उल्टी होना और दवा खाने में असमर्थता
- सिरदर्द का लगातार बढ़ना
- गंभीर निर्जलीकरण –सूखी त्वचा, धंसा हुआ चेहरा
- बिना किसी अन्य कारण के चलने में असमर्थ होना
- भ्रम, उनींदापन, नजर का धुंधला होना, प्रकाश का चुभना, ध्यान भटकना
- मांसपेशियों में ऐंठन
- रक्त का बहना और न जमना
- गंभीर खून की कमी
- पीलिया
- हाइपोथर्मिया

डेंगू

डेंगू

१ डेंगू क्या है?

डेंगू एक विषाणुजन्य बीमारी है, जो कि मच्छरों के काटने से फैलती है। उपचार न मिलने पर यह बीमारी जानलेवा हो सकती है।

२ डेंगू के लक्षण क्या हैं?

डेंगू के ध्यान देने योग्य संकेत व लक्षण इस प्रकार हैं:

- तेज बुखार
- तेज और लंबे समय तक सिरदर्द बने रहना
- जोड़ों में दर्द
- आंखों में दर्द
- शरीर पर लाल चकत्ते
- गंभीर स्थितियों में आंख, नाक से खून आना

३ आप डेंगू का निदान कैसे करेंगे?

- डेंगू के निदान के लिए जांच की सुविधा, जिला मुख्यालय में सिर्फ कुछ ही स्थानों पर उपलब्ध होती है – जैसे जिला अस्पताल – और यह महंगी होती है। इसलिए यह जरूरी है कि लक्षणों की बारीकी से पहचान की जाए।
- यदि आपको डेंगू की आशंका होती है तो मरीज को पी.एच.सी./सी.एच.सी. और यदि अधिक दूर न हो तो बेहतर होगा कि जिला अस्पताल भेजें।

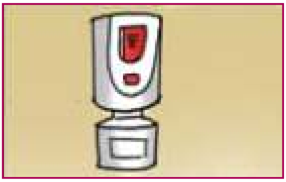
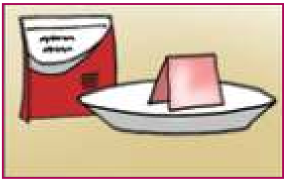
४ डेंगू का उपचार आप किस प्रकार करेंगे?

- डेंगू बुखार को पैरासिटामोल से नियंत्रित किया जाता है। कोई भी अन्य दवा न दें, खास तौर से एस्प्रिन।
- मरीज को सरकारी प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र में भेजें।
- यदि मरीज में नीचे दिए गए लक्षणों में से कोई भी लक्षण दिखाई दे, तो उसे तुरंत सरकारी पी.एच.सी./सी.एच.सी. या जिला अस्पताल में भेजें क्योंकि डेंगू का निदान एवं नियंत्रण सिर्फ इन्हीं जगहों पर उपलब्ध होता है;
    - किसी भी स्थान से खून निकलना (शरीर पर ताजे लाल धब्बे, काली टट्टी, लाल पेशाब, नाक से खून आना, मेनोरेजिया)
    - तेज पेट दर्द
    - तरल पदार्थ लेने की इच्छा न होना या कम लेना
    - लगातार उल्टी
    - 12 घंटे से पेशाब न होना या पेशाब कम होना
    - बेचैनी, दौरे, अधिक रोना (कम उम्र के बच्चों में)
    - भ्रम व व्यवहार में परिवर्तन और लगातार तेज सिरदर्द
    - ठंडी, चिपचिपी त्वचा
    - शरीर के तापमान में अचानक गिरावट
    - काला, चिपचिपा मल
    - छोटे–छोटे लाल धब्बे

५ डेंगू से कैसे बचा जा सकता है?

मच्छरों का पनपना रोक कर एवं मच्छरों के काटने से बच कर डेंगू से बचाव संभव है। कुछ उपाय इस प्रकार हैं:

- आसपास की सफाई रखें
- घर के अंदर या आसपास पानी जमा न होने दें
- पानी की टंकी को ढंककर रखें और हर 2–3 दिन में खाली करें
- घर के सभी सदस्य सोते समय मच्छरदानी का उपयोग करें
- मच्छरों के काटने से बचने के लिए फास्ट कार्ड, क्वाइल, क्रीम, वेपोराइजर व स्प्रे का उपयोग दिन में किसी भी समय किया जा सकता है।

ध्यान दें!

यदि आपको किसी मरीज में डेंगू के लक्षण दिखाई दें तो उसे तुरंत सरकारी अस्पताल भेजें,विशेष रूप से पांच वर्ष से कम उम्र के मरीज,वयस्क जिन्हें स्वास्थ्य संबंधी दूसरी परेशानियां भी हों, और बुजुर्ग।

यदि उपचार न मिले तो डेंगू जानलेवा हो सकता है।

My Notes

My Notes

सब कुछ होने पर भी
यदि मनुष्य के पास
स्वास्थ्य नहीं, तो समझो
उसके पास कुछ है ही
नहीं।

www.goluputtar.com