১ সংক্রামক ব্যাধি (Communicable Diseases)

সংক্রামক ব্যাধি (Communicable Diseases)

সাধারণত যখন কোনো ব্যক্তির কোনো সংক্রামক রোগ শারীরিক সংস্পর্শ বা অন্য মাধ্যমে সুস্থ ব্যক্তিকে সংক্রামিত করে তখন তাকে সংক্রামক ব্যাধি বা Communicable Disease বলে। বিভিন্ন প্রকার পদ্ধতির মাধ্যমে সংক্রমণ হতে পারে যেমন, শারীরিক সংস্পর্শ, জল, বায়ু ইত্যাদি। এইপ্রকার সংক্রমণ ব্যাধির মূল বৈশিষ্ট্য হল নির্দিষ্ট রোগের সংক্রমণে সেই রোগটিই হয়।

সংক্রামক ব্যাধি বা Communicable Disease তিন ধরনের হতে পারে, যথা—

(a) দ্রুত সংক্রমণ—কলেরা, আন্ত্রিক, প্লেগ।

(b) মধ্যম সংক্রমণ—ম্যালেরিয়া, ইনফ্লুয়েঞ্জা।

(c) দীর্ঘ সংক্রমণ—এইডস, দাদ, চুলকানি ইত্যাদি।

সংক্রামক ব্যাধি প্রতিরোধের উপায়
(Prevention and Control of Communicable Diseases)

আধুনিক সভ্য সমাজে মানুষ সংক্রামক ব্যাধি প্রতিরোধের জন্য নিম্নরূপ উপায়গুলির উপর গুরুত্ব আরোপ করে—

(a) বিজ্ঞপ্তি প্রচার (Notification): সংক্রামক রোগের সংবাদ পাওয়া মাত্র স্বাস্থ্যবিভাগ অঞ্চলের সর্বত্র ব্যাধির ভয়াবহতা বিষয়ে বিজ্ঞপ্তি জারি করবেন। পরে স্বাস্থ্য বিভাগ রোগীকে হাসপাতাল বা চিকিৎসাকেন্দ্রে নিয়ে গিয়ে পৃথক রেখে চিকিৎসার ব্যবস্থা করবেন।

(b) পৃথকীকরণ (Isolation): যদি কোনো কারণে রোগীকে হাসপাতাল বা চিকিৎসা কেন্দ্রে নিয়ে যাওয়া সম্ভব না হয়, সেক্ষেত্রে তাকে নিজের বাড়িতে পৃথক করে রাখা হবে। ডাক্তার ও যে সেবা করবে সে বাদে আর কাউকে সেই ঘরে ঢুকতে দেওয়া হবে না। রোগীর মল, মূত্র, কফ অর্থাৎ রোগীর ব্যবহৃত সামগ্রীতে জীবাণুনাশক লোশন ব্যবহার করা হবে। মোট কথা, রোগীকে সম্পূর্ণ পৃথক রাখার যাবতীয় ব্যবস্থা অবলম্বন করা প্রয়োজন।

Scanned with CamScanner

(c) ইনজেক্শন ও টিকা প্রদান (Injection and Inocculation): প্রত্যেকের দেহে রোগ প্রতিরোধের একটা স্বাভাবিক ক্ষমতা থাকে। এই সহজাত ক্ষমতাকে বৃদ্ধি করতে পারলে রোগজীবাণু দেহে প্রবেশ করলেও সহজে কাবু করতে পারে না। দেহের অনাক্রমণতা বৃদ্ধির জন্য injection ও টিকা দেওয়ার ব্যবস্থা আছে। সুতরাং বিধিসম্মত উপায়ে শরীরের সহজাত শক্তি বৃদ্ধির জন্য এগুলির সাহায্য নেওয়া প্রয়োজন।

(d) নিরোধন (Quarantine): সংক্রামক ব্যাধি এক দেশ থেকে অন্য দেশেও ছড়িয়ে পড়তে পারে। আজকাল বিদেশিদের বন্দরে আসার সময় দেহ পরীক্ষার ব্যবস্থা করা হয়। যাত্রীদের পাসপোর্ট দেওয়ার সময় সংক্রামক রোগের টিকা নেওয়ার সার্টিফিকেট দেখাবার ব্যবস্থা আছে।

(e) জনস্বাস্থ্য বিষয়ক ব্যবস্থা (Public Sanitation): জনগণকে স্বাস্থ্যসচেতন করা, সার্বিক স্বাস্থ্য সংরক্ষণের অনুকূল ব্যবস্থা গ্রহণ করার দায়িত্ব প্রদান করা হয়েছে কর্পোরেশন, মিউনিসিপ্যালিটি ও পঞ্চায়েত প্রশাসনের উপর। রোগ প্রতিষেধক ব্যবস্থাদি গ্রহণ ও জনস্বাস্থ্যের উন্নয়নের উদ্দেশ্যে এইসব কর্তৃপক্ষ যেসব বিষয়ে দৃষ্টি রাখবেন সেগুলি হল—গৃহ-সংলগ্ন নালা, গৃহের ময়লা ফেলার ব্যবস্থা, সঠিক জল সরবরাহ ব্যবস্থা, কারখানার দূষিত পদার্থকে দূর করা, মাছি, মশা প্রভৃতি রোগজীবাণু বাহকদের বিনাশ করা, স্বাস্থ্যসম্মত পায়খানার ব্যবস্থা করা এবং সবশেষে বলা যায়—পরিবেশদূষণের বিরুদ্ধে সংগ্রাম করা ও ওই সংগ্রামে সকলকে শামিল করার উপায় বার করা।

(f) স্বাস্থ্য-শিক্ষাদান (Health Instruction): বিদ্যালয় স্তরের শিক্ষাগ্রহণ করার সঙ্গে সঙ্গে শিক্ষার্থীদের স্বাস্থ্য সচেতন করা প্রয়োজন। ফলে সেই সচেতনতা সমাজের প্রত্যেকটি স্তরে চলে যেতে পারে। সুতরাং বিদ্যালয়ের শিক্ষার সঙ্গে সঙ্গে স্বাস্থ্য-শিক্ষার কর্মসূচিকে সংযোজন করা অবশ্যকর্তব্য।

কয়েকটি সংক্রামক ব্যাধি সম্বন্ধে নীচে আলোচনা করা হল—

1. কলেরা (Cholera)

বাহক (Agent): জলবাহিত, জীবাণুঘটিত রোগ, ভিব্রিয়ো কলেরা (Vibrio cholerae), এ ছাড়া ভিব্রিয়ো এলিয়োর (Virio Elior), ভিব্রিয়ো ইলাবা (Vibrio Ilaba), ভিব্রিয়ো ওগোয়া (Vibrio Ogawa) এবং ভিব্রিয়ো হিপজিমা (Vibrio hipjima) ইত্যাদি।

রোগ বিস্তারের মাধ্যম (Mode of transmission): দূষিত জল, খাবার, দুধ, Vehicular transmission অর্থাৎ মশা, মাছি ইত্যাদি। এ ছাড়া কিছু ক্ষেত্রে সরাসরি সংযোগের মাধ্যমে সংগঠিত হয়ে থাকে।

Scanned with CamScanner

রোগ সংক্রমণের কাল (Incubation Period): সাধারণত কলেরা রোগ সংক্রমণ হতে সময় নেয় 6 ঘণ্টা থেকে 5 দিন পর্যন্ত।

চিহ্ন ও লক্ষণ (Sign and Symptoms): হঠাৎ বমি বমি ভাব এবং বারবার পাতলা চালের জলের মতো পায়খানা হয়। রোগী খুব তৃষ্ণার্ত হয়। চোখ ও গাল বসে যায়। চামড়া ফ্যাকাশে হয়ে যায়। হাত, পা কাঁপতে থাকে এবং শরীর দুর্বল হয়ে যায়। গলার স্বর ক্ষীণ হয়ে আসে। হৃৎস্পন্দন হার (Pulse Rate) বেড়ে যায়, রক্তচাপ (Blood Pressure) কমে যায়, প্রস্রাব কমে যায় এবং শরীরে ব্যথা হয়।

চিকিৎসা (Treatment): সঙ্গে সঙ্গে Health officer-কে জানাতে হবে। রোগীর বমি ও পায়খানা পুড়িয়ে ফেলতে হবে বা পরিষ্কার করতে হবে। খাওয়ার জন্য ফোটানো জল ব্যবহার করতে হবে। যদি ওই অঞ্চলে রোগের প্রাদুর্ভাব হয় তাহলে সুস্থ কোনো ব্যক্তি বাইরের খাবার খাবে না। শাকসবজি ও ফল বাড়িতে আনার পর পটাশিয়াম পারম্যাংগানেট দ্রবণের সাহায্যে ভালো করে ধুয়ে নিতে হবে। ওই অঞ্চলের ড্রেনগুলিকে পরিষ্কার রাখতে হবে। জীবাণু দূর করার জন্য ওষুধ প্রয়োগ করতে হবে। স্কুলে জল সরবরাহ ব্যবস্থা এবং জমে থাকা জলে ক্লোরিন দিতে হবে। খাবারে যাতে মশা, মাছি ইত্যাদি না বসে সেদিকে লক্ষ রাখতে হবে। শরীর থেকে জলীয় পদার্থ বেরিয়ে যাওয়ার পর নুন, লেবু, চিনির জল অথবা Electrol Powder রোগীকে বারবার দিতে হবে। তা ছাড়া সালফাকোয়াড্রিন ট্যাবলেট 6 ঘণ্টা পরপর একসঙ্গে 2টি করে দেওয়া যেতে পারে এবং ডাক্তারের পরামর্শ নিতে হবে।

রোগ প্রতিরোধ (Preventive Measures): মহামারি কালে প্রতিষেধক টিকা, আক্রান্ত রোগীদের আলাদা করা, সংক্রামিত খাবার (কাটা ফল, আঢাকা খাবার ইত্যাদি) না খাওয়া, বিশুদ্ধ পানীয় জলের ব্যবস্থা করা।

2. সর্দি (Common Cold)

বাহক (Agent): ভাইরাস, Adeno Virous, Corona Virous এবং ইনফ্লুয়েঞ্জা ভাইরাস ইত্যাদি।

রোগ সংক্রমণের কাল (Incubation Period): 1–3 দিন।

রোগ বিস্তারের মাধ্যম (Mode of transmission): Droplet Infection and direct contact.

সাধারণত এই রোগ ছড়ানোর পক্ষে অনুকূল পরিবেশ হচ্ছে স্যাঁতসেঁতে আবহাওয়া, Over load এবং ক্লান্তি বা অবসাদ, Poor ventiltated room এবং Lower resistance.

চিহ্ন ও লক্ষণ (Sign and Symptoms): অল্প জ্বর, গলায় খসখসে ভাব, হাঁচি এবং পরবর্তীকালে নাকে জল গড়ানো, মাথা ভার ভার ভাব, নাক বন্ধ হয়ে আসা, সামান্য শ্বাসকষ্ট এবং কাশি, কানের পিছনে যন্ত্রণা বা দুই চোখের মধ্যবর্তী অংশে যন্ত্রণা।

Scanned with CamScanner

চিকিৎসা (Treatment): দুই থেকে তিনদিন পর্যন্ত সম্পূর্ণ বিছানায় শুয়ে থাকতে হবে। হালকা সহজ পাচ্য, প্রধানত তরল খাবার দেওয়া উচিত, বিশেষ করে ফলের রস এবং জল। নাক বন্ধ হয়ে গেলে নাকের drop ব্যবহার করা যেতে পারে। রোগীকে (Patient) গরম জামা দিয়ে মুড়ে রাখতে হবে। অ্যাসপিরিন দেওয়া যেতে পারে, তবে ডাক্তারের পরামর্শ নিতে হবে।

3. হুপিং কাশি (Whooping Cough)

বাহক (Agent): B Pertusis.

রোগ সংক্রমণের কাল (Incubation Period): 6–18 দিন।

রোগ বিস্তারের মাধ্যম (Mode of transmission): Droplet infection এবং Direct contact। নব্বই শতাংশ ক্ষেত্রে সাধারণত এই রোগ দেখা দেয় পাঁচ বছরের বাচ্চাদের।

চিহ্ন ও লক্ষণ (Sign and Symptoms): হাঁচি, কাশি, জ্বর দেখা দেয়, চোখ লাল হয়ে আসে, তিন সপ্তাহ পরে কাশি বৃদ্ধি পায়, অনেকক্ষণ ধরে অনবরত কাশি হয়, গলায় গমগম শব্দ হয়, শ্বাস নিতে কষ্ট হয়, শিশুর মুখ নীল হয়ে আসে এবং কখনো-কখনো বমি হয়। যেখানে লোকজনের ভিড় বেশি অথবা অপরিচ্ছন্ন জায়গা সেইখানে রোগীদের (Patient) অবস্থা মারাত্মক হতে পারে। জটিল (Complicated) হলে রোগীদের (Patient) ব্রংকাইটিস্ বা নিউমোনিয়া হতে পারে, মুখে ঘা হতে পারে।

চিকিৎসা (Treatment): রোগীকে শুইয়ে রাখতে হবে এবং শরীর গরম রাখতে হবে। এমন ঘরে রাখতে হবে যেখানে পর্যাপ্ত পরিমাণে খোলা বাতাস চলাচল করে। সহজপাচ্য এবং তরল খাবার রোগীকে দিতে হবে। যে খাবারে স্নেহ জাতীয় পদার্থ বেশি সেটা উপেক্ষা করতে হবে। হুপিং কাশির Vaccination করতে হবে এবং স্কুলে যাতায়াত বন্ধ করতে হবে।

রোগ প্রতিরোধ (Preventive Measures): (i) রোগীর ব্যবহৃত জিনিস জীবাণুমুক্ত করা উচিত। (ii) খোলামেলা, পরিষ্কার-পরিচ্ছন্ন ঘরে রোগীকে রাখতে হবে।

4. ম্যালেরিয়া (Malaria)

বাহক (Agent): ম্যালেরিয়ার হেতু হচ্ছে ম্যালেরিয়া পরজীবী। মানুষকে আক্রমণ করে এমন চার ধরনের ম্যালেরিয়া পরজীবীর নাম—

(a) Plasmodium malariae (প্লাসমোডিয়াম ম্যালেরিয়া),
(b) P.Vivax (পি. ভাইভ্যাক্স),
(c) P.Falciparum (পি. ফ্যালসিপেরাম) ও
(d) P.Ovale (পি. ওভেল)।

Scanned with CamScanner

রোগ সংক্রমণের কাল (Incubation Period):

(a) Plasmodium malariae—12–16 দিন।

(b) P. Vivax—6–8 দিন।

(c) P.Falciparum—$5\frac{1}{2}$–7 দিন।

(d) P. Ovale—9 দিন।

রোগ বিস্তারের মাধ্যম (Mode of Transmission): মানুষের ম্যালেরিয়া পরজীবী বহন ও সংক্রমণ করতে পারে শুধু স্ত্রী অ্যানোফিলিস মশা। অন্য কোনো ধরনের মশা, যেমন—কিউলেক্স বা ঈডিশ মানুষের ম্যালেরিয়া পরজীবী ছড়াতে পারে না। সারা পৃথিবী জুড়ে প্রায় 400 প্রজাতি ও উপপ্রজাতির অ্যানোফিলিস মশা আছে। তার মধ্যে 60টি মশা মানুষের ম্যালেরিয়া ছড়ায়। এ ছাড়া ইনজেকশন দেবার সিরিঞ্জের ছুঁচ থেকে বাহিত হয়, সহজাত বা জন্ম থেকে লব্ধ ম্যালেরিয়া এবং Blood transfusion ইত্যাদির মাধ্যমে ম্যালেরিয়া হয়ে থাকে।

চিহ্ন ও লক্ষণ (Sign and Symptoms): কাঁপুনি দিয়ে জ্বর, গা ম্যাজম্যাজ করা, হাড়ে ব্যথা, মাথা ধরা, শীতশীত ভাব, বমিবমি ভাব, খিদের অভাব, রক্তচাপ কমে যায়, তিনটি দশায় জ্বর হয় যেমন—ঠান্ডা-গরম-ঘাম, সাংঘাতিক রক্তাল্পতা, পাতলা পায়খানা হতে পারে (শিশুদের ক্ষেত্রে)।

রোগ প্রতিরোধ (Preventive Measures):

1. মশার কামড়ের হাত থেকে বাঁচার জন্য মশারি, উপযুক্ত জামাকাপড় পরা, মশা তাড়াবার ওষুধ এবং মশা নিরোধক জাল ব্যবহার করা উচিত।
2. জলাভূমি সংস্কার করে মশা জন্মানো বন্ধ করা বা কমানো।
3. মশার লার্ভা ধ্বংস করা।
4. পূর্ণাঙ্গ মশা ধ্বংস করা।
5. মানুষের মধ্যে থেকে ম্যালেরিয়া পরজীবী দূর করা।
6. ম্যালেরিয়া টিকা ইত্যাদি।

চিকিৎসা (Treatment): পি. ভাইভ্যাক্স, পি. ওভেল ও পি. ম্যালেরিয়ি ম্যালেরিয়ার চিকিৎসায় ক্লোরোকুইন অথবা অ্যামোডিয়াকুইন ব্যবহার করা হয়। যদিও এখন কুইনিন-এর ব্যবহার কম হয়। পুনরাক্রমণ বন্ধ করার জন্য ক্লোরোকুইন বা অ্যামোডিয়াকুইনের সঙ্গে প্রাইমাকুইন দিয়ে চিকিৎসা করা হয়। তবে 11 মাস বয়স পর্যন্ত শিশুদের প্রাইমাকুইন দেওয়া হয় না। এ ছাড়া অত্যধিক জ্বরের জন্য বরফ ঠান্ডা জলে স্পঞ্জ করানো, পাখা চালিয়ে দেওয়া এবং কোনো কোনো সময় রোগীর শরীরের পরজীবী সংবলিত রক্ত টেনে নিয়ে তার বদলে সুস্থ লোকের রক্ত দেওয়া হয়, এতে জীবন বাঁচে।

Scanned with CamScanner

5. কাশি (Coughs)

কারণ (Cause): সবসময় মনে রাখতে হবে যে কাশি রোগ নয়, কাশি হল একটি রোগের লক্ষণ। মুখগহ্বর থেকে শুরু করে শ্বাসনালি (Trachea) পর্যন্ত এমনকি ব্রঙ্কাই (Bronchi) এবং ফুসফুস (Lungs) আক্রান্ত হলেও কাশি হয়।

সাধারণত ব্রঙ্কাসের (Bronchus) ভিতরে স্ট্রেপটোকক্কাস (Strepto-coccus), নিউমোকক্কাস ইত্যাদির আক্রমণে কাশি হয়ে থাকে।

যক্ষ্মাতেও বুকের ভিতরে ফুসফুসে খুকখুক করে কাশি হয়।

এ ছাড়াও নানা কারণে কাশি হতে পারে। যেমন—

- যদি শ্বাসনালি উত্তেজিত হয় তাহলে কাশি হয়।
- বেশি ধুলো ও ধোঁয়ার ফলে কাশি হয়ে থাকে।
- সর্দিজ্বর বা ইনফ্লুয়েঞ্জা হলেও সর্দির সঙ্গে সঙ্গে কাশি হয়।

চিহ্ন ও লক্ষণ (Sign and Symptoms):

- যক্ষ্মা রোগ হলে রোজ বিকালে জ্বর হয় এবং বুকের মাঝখানে ব্যথা ও কাশি হয়। কফের সঙ্গে রক্ত পড়তে থাকে পরবর্তী লক্ষণ হিসেবে।
- হাঁপানিতে রাতে বেশি কাশি হয় এবং সেই সঙ্গে শ্বাস নিতে রোগীর কষ্ট হয় ও বুকে টান ভাব দেখা যায়। ফলে সহজেই রোগী হাঁপিয়ে পড়ে।
- স্বরযন্ত্র প্রদাহ, আলজিভ বা টনসিল বৃদ্ধি, প্লুরার প্রদাহ, হৃৎপিণ্ড অক্ষমতার কারণে ফুসফুসে বেশি রক্ত সঞ্চারের ফলে কাশি হয়।
- শুকনো কাশি হলে তার সঙ্গে মাথা ধরা, মাথা ভার, অস্থিরতা, তৃষ্ণায় গলা শুকনো, গলা জ্বালা, অল্প প্রস্রাব ইত্যাদি লক্ষণ দেখা যায়। অনেক সময় কাশি বেশি শুকনো হলে বুকে ব্যথা হয়।
- শ্বাসনালিতে শব্দ হলে বুঝতে হবে যে, রোগে আক্রান্ত হয়েছে। কাশি ও ঘনঘন সর্দি, বুকে সর্দি জমা ইত্যাদি হাঁপানির শুরু বলে মনে করা হয়। তার জন্য উপযুক্ত ব্যবস্থা নেওয়া দরকার।

রোগ প্রতিরোধ (Preventive measures):

- ভালো চিকিৎসকের সাহায্য নেওয়া উচিত। কারণ সহজে যদি না সারে তা হলে তা থেকে নানা জটিল রোগ হয়ে থাকে।
- যদি কাশি, জ্বর একসঙ্গে থাকে তার জন্য Alkali Mixture দিতে হবে।
- সাধারণ কাশি হলে জ্বর না থাকলে Vicks Vaporub গলায়, নাকে মালিশ করলে উপকার হয়।
- শুকনো কাশি হলে সবসময় ওষুধ খেতে হবে।
- গলা খুসখুস করলে স্ট্রেপসিল (Strepsil) বা ভিক্স (Vicks) লজেন্স খেলে উপকার হয়।

Scanned with CamScanner

- তুলসী পাতার রস, ছোটো এলাচ, গোলমরিচ, মধু, বাসক পাতার রস ইত্যাদি উপকারী।
- রোদে বেশি ঘোরা, ঠান্ডা লাগানো, অনিয়ম, জলে ভেজা, রাত জাগা বর্জনীয়।
- লঘু পুষ্টিকর খাদ্য খেতে হবে। টক খাওয়া বর্জনীয়।
- রোদ মুক্ত বাতাসে ভ্রমণ করা উপকারী।
- ভেজা বাতাস, তাপময় ঘরে বাস ইত্যাদি অবশ্যই ত্যাগ করতে হবে।

6. ইনফ্লুয়েঞ্জা (Influenza)

ইনফ্লুয়েঞ্জা একটি সংক্রামক রোগ, যা ইনফ্লুয়েঞ্জা ভাইরাস দ্বারা সংক্রামিত হয় এবং বাতাসের মাধ্যমে নাক, মুখ দিয়ে শরীরে প্রবেশ করে। ফলে জ্বর, সমগ্র শরীর ব্যথা এবং শ্বাসযন্ত্রের প্রদাহ ইত্যাদি হয়।

কারণ (Cause): ঋতু পরিবর্তনের সময় মিক্সো ভাইরাসের পর্যায়ভুক্ত অ্যান্টিজেন সমন্বিত তিন ধরনের ভাইরাস দ্বারা সংক্রামিত হয়। পরবর্তীকালে অন্যান্য জীবাণু মিশ্রিত হয়ে গুরুতর উপসর্গ উপস্থিত হয়।

সংক্রমণ কাল (Incubation Period): এই রোগটি সংক্রামিত হতে এক থেকে চারদিন পর্যন্ত সময় লাগে।

চিহ্ন ও লক্ষণ (Sign and Symptoms): এই রোগে হঠাৎই মাথার যন্ত্রণা, গা-হাত ব্যথা, অরুচি, গা ম্যাজম্যাজে ভাব, সর্দি-তৎসহ জ্বর, কখনও বমি বা বমি ভাব হতে পারে। কিছু ক্ষেত্রে গলা ব্যথা, শুকনো কাশি, চোখ লাল হয়। এই রোগের লক্ষণগুলি কিছুদিনের মধ্যে ভালো হয়ে যায়। এই রোগ খুব তাড়াতাড়ি পরিবারের সবার মধ্যে ছড়িয়ে পড়ে।

রোগ বিস্তার (Mode of transmission): এই রোগের জীবাণু হাঁচি, কাশি, সর্দি, থুতু ইত্যাদির মাধ্যমে এবং রোগীর ব্যবহৃত দ্রব্য, যেমন—রুমাল, জামাকাপড় ইত্যাদি দূষিত হয়ে রোগ বিস্তারে সহায়তা করে।

চিকিৎসা (Treatment): রোগটি যেহেতু ছোঁয়াচে, কাজেই অন্যদের থেকে রোগীকে যতটা সম্ভব দূরে রাখাই বাঞ্ছনীয়। এই সময় রোগী বিশ্রামে থাকলে আরাম বোধ করে এবং লবণমিশ্রিত গরম জলে গার্গল করলে উপকার হয়। এ ছাড়া এইসময় পানীয় জল এবং অন্যান্য খাবার গরম খেলে আরাম বোধ এবং রোগের উপশম তাড়াতাড়ি হয়।

রোগ প্রতিরোধ (Preventive measures): নিম্নলিখিত উপায়ে এই রোগ প্রতিরোধ করা যায়—

- রোগী যতদিন না সুস্থ হয় তাকে বিছানাতে শুইয়ে রাখা উচিত।
- শতকরা 80 ভাগ লোককে ভ্যাকসিন প্রয়োগ করে নিয়ন্ত্রণ করা যেতে পারে।
- আলোবাতাস পূর্ণ ঘরে রোগীকে রাখতে হবে।
- রোগীর ব্যবহৃত রুমাল, জামাকাপড় কেউ ব্যবহার করবে না এবং আসবাবপত্র ভালো করে পরিষ্কার করে জীবাণুমুক্ত করতে হবে।
- রোগীকে আলাদা রেখে উপযুক্ত চিকিৎসার ব্যবস্থা করতে হবে।

Scanned with CamScanner