मस्तिष्क ज्वर/दिमागी बुखार/नवकी बीमारी की शीघ्र पहचान व प्राथमिक देखभाल :

मस्तिष्क ज्वर के लक्षणः-

अचानक होने वाले तेज बुखार के साथ-साथ मरीज का पूरी तरह होशो-हवाश में न होना या मरीज के व्यवहार में अचानक परिवर्तन का आना या मरीज को पहली बार झटके आना।

मरीज को नजदीक के स्वास्थ्य केन्द्र/अस्पताल तक पहुँचाने के दौरान निम्न सावधानियॉं लेने से मरीजों को विभिन्न जटिलताओं से बचा सकते हैः-

1. मरीज को इस दौरान पीठ के बल न लिटाकर बायें या दायें करवट ही रखें व गर्दन को सीधा रखें। इसके लिये मरीज के हाथ का उपयोग कर सकते है।

2. मरीज, यदि पूरी तरह से होशो-हवाश में न हो तो डॉक्टर की सलाह लिये बिना कोई भी चीज जैसे पानी, दवा, भोजन पदार्थ मुँह से न दें।

3. मरीज को ऐसे साधन से ले जायें जिससे मरीज को बिना झटकों के तुरन्त नजदीक के स्वास्थ्य केन्द्र तक पहुँचाया जा सके।

4. यदि मरीज के मुँह से झाग या लार बार-बार व ज्यादा निकल रहा है तो साफ पट्टी या कपड़े से मरीज का मुँह साफ करते रहें।

5. मरीज को यदि बुखार बहुत ज्यादा हो तो उसके शरीर को सादे पानी से बार-बार पोंछते रहें।

6. मरीज को यदि झटके आ रहे हों तो उसके दांतों के बीच कपड़ों का एक गोला बनाकर रखा जा सकता है, जिससे जीभ कटने से बच सके।

7. यदि एक स्वास्थ्य केन्द्र का डॉक्टर मरीज को उच्चोकृत स्वास्थ्य केन्द्र में भेज रहा है तो इस दौरान डॉक्टर द्वारा बताये गये सभी सावधानियों का सही-सही पालन करें।

8. स्वास्थ्य सुविधा केन्द्र पर स्वास्थ्य कर्मियों का समुचित सहयोग करें। ऐसा कोई कार्य न करें जिससे उन्हें या मरीज को कोई परेशानी हो या समाज में गलत संदेश जाये।

9. इसके साथ ही साथ मस्तिष्क ज्वर के बारे में व इससे बचने के उपायों के बारे में स्वंय जागरूक हों व आसपास के सभी लोगों को जागरूक करे तथा इसके रोकथाम में सहयोग प्रदान करें।

मस्तिष्क ज्वर/दिमागी बुखार/नवकी बिमारी से रोकथाम के उपायः

कुछ साल पहले तक इस क्षेत्र में होने वाले सभी मस्तिष्क ज्वर को एक खास तरह का मस्तिष्क ज्वर माना जाता था जो जापानी बी विषाणु से होता है। यह धान के खेतों में तेजी से पनपने वाले क्यूलेक्स मच्छरों के काटने से व सूअरों व अन्य जानवरों के द्वारा आदमी में फैल जाता है। पर इधर कुछ वर्षों से ऐसा प्रतीत हो रहा है कि संक्रमित जल भी कुछ तरह के मस्तिष्क ज्वर का कारण हो सकता है। अतः मस्तिष्क ज्वर से बचने के लिये हम सभी को अपने-अपने घर व क्षेत्र में निम्न उपाय अवश्य करने चाहिए:

1. आपके क्षेत्र में जब भी जापानी मस्तिष्क ज्वर का टीकाकरण हो रहा हो तो 01 से 15 वर्ष तक के सभी बच्चों को टीका अवश्य लगवायें। यदि कोई बच्चा छूट जाये तो अपने क्षेत्र के निकटतम स्वास्थ्य केन्द्र पर जा कर स्वास्थ्य कर्मचारी से मिलकर इस टीके को अवश्य लगवायें। यह टीका पूरी तरह सभी स्वास्थ्य केन्द्रों पर निःशुल्क लगाया जाता है।

2. अपने क्षेत्र में मच्छरों को पनपने से रोकने का प्रयास करें व समाज के सभी सदस्यों को खास कर बच्चों को मच्छरों के काटने से बचायें। इसके लिये बच्चों को शाम होने के पहले से ही पूरे बदन पर कपड़ा पहनायें। कीटनाशक उपचारित व साधारण मच्छरदानी के अंदर ही सुलाये। मच्छरों को भगाने वाले कीटनाशकों का प्रयोग करें।

3. जानवरों को रखने की जगह अपने रहने की जगह से थोड़ा दूर रखें, व उसे साफ-सुथरा रखें।

4. खाने-पीने में उबले हुए पानी का उपयोग सुनिश्चित करें। इसके लिये इंडिया मार्का-2 हैण्डपम्प का प्रयोग करें, आवश्यकता पड़ने पर क्लोरीन की गोली ब्लीचिंग पाउडर का प्रयोग करें। हैण्ड-पम्प के चारों तरफ पानी इक्ट्ठा न होने दें।

5. यदि पीने का पानी इक्ट्ठा करके रखते हैं तो उसमे कभी भी हाथ न डालें, बल्कि उसे निकालने के लिये स्वच्छ हैण्डल लगे मग का प्रयोग करें।

6. मल-विसर्जन घरों से दूर या समुचित व सुरक्षित शौचालय मे करें।

7. शारीरिक स्वच्छता का पूरा ध्यान रखें, खासकर शौच के बाद साबुन से हाथ धोना व खाने से पहले व बाद में साबुन से हाथ धोने का विशेष ध्यान रखें।

हमें पूरा विश्वास है कि आपके सहयोग से हमारी सरकार व प्रशासन इस समस्या से जल्दी ही छुटकारा पाने में सफल होगी।

धन्यवाद