रोगसूचक में आपका स्वागत है

हैजा क्या है?

हैजा एक आंतों का जीवाणु संक्रमण है जो दूषित पानी से फैलता है। इससे गंभीर दस्त और निर्जलीकरण हो सकता है। आधुनिक सीवेज और जल उपचार प्रौद्योगिकियों ने अधिकांश औद्योगिक देशों में हैजा को अनिवार्य रूप से समाप्त कर दिया है। यह स्थिति अभी भी अफ्रीका, दक्षिण पूर्व एशिया और कैरेबियन के कुछ हिस्सों, विशेष रूप से हैती में मौजूद है। ऊपर की ओर तीर का तीर जैसा कि हैती में 2010 में हैजा के प्रकोप से पता चलता है, वहां आए विनाशकारी भूकंप के तुरंत बाद, हैजा फैलने का खतरा सबसे अधिक है। जब गरीबी, युद्ध, या प्राकृतिक आपदाओं के कारण लोगों को स्वच्छ पानी और उचित स्वच्छता तक पहुंच के बिना भीड़-भाड़ वाली परिस्थितियों में रहना पड़ता है। ऊपर की ओर तीर का निशान केवल इन क्षेत्रों के निवासी ही नहीं हैं जो किसी प्रकोप के दौरान प्रभावित होते हैं। आगंतुकों को बीमारी की चपेट में आने का भी खतरा हो सकता है। हालाँकि अधिकांश मामले गंभीर नहीं होते हैं और उनका इलाज किया जा सकता है, लेकिन जिन लोगों को उचित देखभाल नहीं मिलती है, उनके लिए यह स्थिति मौत का कारण बन सकती है।  
 हैजा के लक्षण क्या हैं?

हैजा से पीड़ित लगभग 10 में से 1 व्यक्ति को गंभीर लक्षणों का अनुभव होगा, जिसमें प्रारंभिक चरण में शामिल हैं:

* अत्यधिक पानी जैसा दस्त, जिसे कभी-कभी "चावल के पानी का मल" भी कहा जाता है
* उल्टी करना
* प्यास
* पैर में ऐंठन
* बेचैनी या चिड़चिड़ापन
* बुखार।



हैजा कैसे फैलता है?

हैजा का जीवाणु मल के माध्यम से फैलता है। यह किसी संक्रमित व्यक्ति के मल से दूषित भोजन या पानी खाने या पीने से फैलता है। यह अविकसित देशों में उचित जल आपूर्ति और सीवेज निपटान की कमी के कारण अधिक बार होता है। इसकी संभावना नहीं है कि हैजा सीधे एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति में फैलता है।महामारी। पहली हैजा महामारी भारत के बंगाल क्षेत्र में, कलकत्ता (अब कोलकाता) के पास, 1817 से 1824 तक फैली। यह बीमारी व्यापार मार्गों के माध्यम से भारत से दक्षिण पूर्व एशिया, मध्य पूर्व, यूरोप और पूर्वी अफ्रीका तक फैल गई।

मैं अपनी सुरक्षा करने और बीमारी को फैलने से रोकने के लिए क्या कर सकता हूँ?

यदि आपको लगता है कि आपका पानी सुरक्षित नहीं है - तो इसे क्लोरीन उत्पाद से उपचारित करें, उबालें, ब्लीच से उपचारित करें या इसे फ़िल्टर करें। क्लोरीन उत्पाद से उपचार करें:

* सुनिश्चित करें कि आप सुरक्षित पानी पियें और उपयोग करें:-   
  : अपने दांतों को ब्रश करने, भोजन धोने और तैयार करने और बर्फ या पेय पदार्थ बनाने के लिए बोतलबंद पानी का उपयोग करें।

: यदि बोतलबंद पानी उपलब्ध नहीं है, तो ऐसे पानी का उपयोग करें जिसे ठीक से उबाला गया हो, क्लोरीनयुक्त किया गया हो, या एक फिल्टर का उपयोग करके फ़िल्टर किया गया हो जो बैक्टीरिया को हटा सकता है।

: बिना सील वाली बोतलबंद पानी का उपयोग करें

* अपने हाथ बार-बार साबुन और सुरक्षित पानी से धोएं:-

: खाना बनाने से पहले, बनाने के दौरान और बाद में।

: खाना खाने से पहले और बाद में या अपने बच्चों को खिलाने के बाद।

: शौचालय का उपयोग करने के बाद.

* शौचालय का प्रयोग करें:-

: मल (मल) से छुटकारा पाने के लिए शौचालयों या सुरक्षित रूप से प्रबंधित स्वच्छता सुविधाओं का उपयोग करें। इसमें बच्चों के मल का निपटान भी शामिल है।

: बाथरूम जाने के बाद साबुन और सुरक्षित पानी से हाथ धोएं।

* इसे उबालें, पकाएं, छीलें या छोड़ दें:-

: कच्ची सब्जियों और फलों से बचें जिन्हें छीला नहीं जा सकता।

: ऐसे खाद्य पदार्थ खाएं जो अच्छी तरह से पकाए गए हों और अभी भी गर्म

और भाप वाले हों। समुद्री भोजन, विशेष रूप से शेलफिश को तब तक पकाना

सुनिश्चित करें, जब तक कि यह पूरी तरह से बहुत गर्म न हो जाए।

: भोजन को अच्छे से पकाएं, ढककर रखें, गर्म ही खाएं और फलों व सब्जियों को

छीलकर रखें।

* सुरक्षित रूप से सफाई करें:-

: भोजन तैयार करने वाले क्षेत्रों और बरतनों को साबुन और उपचारित पानी से

साफ करें और पुन: उपयोग करने से पहले पूरी तरह सूखने दें।

: पीने के पानी के स्रोतों से 30 मीटर (100 फीट) दूर नहाएं और कपड़े या

डायपर धोएं।

: शौचालयों और मल से दूषित सतहों को साफ और कीटाणुरहित करें: ठोस पदार्थों

को हटाने के लिए सतह को साबुन के घोल से साफ करें; फिर 1 भाग घरेलू ब्लीच

और 9 भाग पानी के घोल का उपयोग करके कीटाणुरहित करें।