সাম্প্রতিক সোয়াইন ফ্লু [ইনফ্লুয়েঞ্জা 'A' (H1N1)] সংক্রান্ত জনস্বাস্থ্য সমস্যা জনসাধারণ, চিকিৎসক, স্বাস্থ্যকর্মী ও শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানগুলির প্রতি আবেদন ও নির্দেশিকা

সোয়াইন ফ্লু [ইনফ্লুয়েঞ্জা 'A' (H1N1)] একটি ভাইরাসজনিত অসুখ। এই রোগ বায়ুবাহিত একটি ভাইরাসের মাধ্যমে মানুষ থেকে মানুষে সংক্রামিত হয়। পশ্চিমবঙ্গে ৭ই আগস্ট, ২০০৯ পর্যন্ত মোট ৯ জন সংক্রামিত রোগীর সন্ধান পাওয়া গেছে। এর্র মধ্যে প্রায় প্রত্যেকেই জ্বর-সর্দি-কাশি এবং বিদেশ ভ্রমণ বা অন্য রাজ্যের সংক্রামিত কোনো ব্যক্তির সংস্পর্শে এসেছেন।

নির্ধারিত সরকারি চিকিৎসক রোগী দেখার পর প্রয়োজন হলে তবেই রোগীর গলার থুতু পরীক্ষার নির্দেশ দেবেন। অহেতুক গলার থুতু পরীক্ষার কোনো প্রয়োজন নেই।

করবেন	**করবেন না**
১. সংক্রামিত রোগীর থেকে সর্বদা নিরাপদ দূরত্বে থাকুন।	১. ভিড় বা বন্ধ জায়গায় যাবেন না।
২. হাঁচি বা কাশির সময় রুমাল দিয়ে হাত-মুখ ঢেকে রাখুন।	২. সংক্রামিত ব্যক্তির সঙ্গে অযথা মেলামেশা করবেন না।
৩. জীবাণুনাশক সাবান দিয়ে মাঝে মধ্যেই হাত ধুয়ে ফেলুন।	৩. অযথা গুজব ছড়াবেন না। গুজবে আতঙ্কিত হবেন না।
৪. পর্যাপ্ত পরিমাণে জলপান করুন ও পুষ্টিকর (সবুজ শাকসব্জী, ভিটামিনপূর্ণ ফল ইত্যাদি) খাদ্য গ্রহণ করুন।	৪. স্কুল-কলেজের ছাত্রছাত্রীদের কারও ইনফ্লুয়েঞ্জা জাতীয় উপসর্গ থাকলে তাদের অন্তত ৭/১০ দিন স্কুল-কলেজে পাঠাবেন না।
৫. সরকারি নির্দেশিকার (বিজ্ঞাপন বা Website: www.wbhealth.gov.in / www.mohfw.nic.in) দিকে নজর রাখুন।	৫. সম্ভব হলে বিদেশ যাত্রা বাতিল করুন।
৬. জ্বর-সর্দি-কাশি হলে আপনার নিকটবর্তী চিকিৎসকের পরামর্শ নিন।	
৭. স্বাভাবিক কাজকর্ম বজায় রাখুন।	

জ্বর-সর্দি-কাশি হলে কোথায় দেখাবেন ?

- কলকাতায় বেলেঘাটা আই.ডি. হাসপাতালে, নীলরতন সরকার মেডিকেল কলেজে এবং আর.জি.কর মেডিকেল কলেজে আগামী ১১/০৮/২০০৯ থেকে 'বিশেষ ক্লিনিক' খোলা থাকবে – সোম থেকে শনি; সকাল ৯টা থেকে বেলা ২টা পর্যন্ত। অন্যান্য হাসপাতাল বা মেডিকেল কলেজে প্রাত্যহিক আউটডোরেও দেখানো যাবে।

- অন্যান্য জেলার ক্ষেত্রে জেলা হাসপাতাল থেকে স্বাস্থ্যকেন্দ্রে এবং কলকাতার বাইরের মেডিকেল কলেজগুলিতেও (বাঁকুড়া, বর্দ্ধমান, মেদিনীপুর এবং উত্তরবঙ্গ) প্রাত্যহিক আউটডোরে এই রোগীদের দেখানো যাবে।

- নিকটবর্তী বেসরকারী চিকিৎসক বা স্বাস্থ্য প্রতিষ্ঠানেও দেখাতে পারেন।

সন্দেহভাজন রোগী কারা ?

সোয়াইন ফ্লুতে আক্রান্ত হতে পারে – এমন সন্দেহ করতে হলে রোগীর নিম্নলিখিত বৈশিষ্ট্যগুলি থাকতে হবেঃ–

- অন্তত ৩৮° সেন্টিগ্রেড জ্বর, সঙ্গে কাশি–গলাব্যথা–সর্দি থাকতে পারে এবং তার সঙ্গে এক বা একাধিক নিম্নলিখিত বৈশিষ্ট্যঃ–
  - সোয়াইন ফ্লু আক্রান্ত কোনো দেশে সাম্প্রতিক ভ্রমণ।
  - কোনো সোয়াইন ফ্লু আক্রান্ত রোগীর সংস্পর্শে আসা।
  - সোয়াইন ফ্লু আক্রান্ত রোগীর প্রতিবেশী।

কোন্ রোগীর গলার থুতু পরীক্ষা হবে ?

- সোয়াইন ফ্লু'তে আক্রান্ত হতে পারে এমন সন্দেহভাজন রোগীর ক্ষেত্রে গলার থুতু পরীক্ষা হবে। চিকিৎসক এই বিষয়ে সিদ্ধান্ত নেবেন।

- সন্দেহভাজন রোগী ছাড়া অন্য কারো গলার থুতু পরীক্ষা করা দরকার মনে হলে, চিকিৎসককে সুনির্দিষ্ট কারণ উল্লেখ করতে হবে।

- মহকুমা হাসপাতাল, রাজ্য সাধারণ হাসপাতাল ও স্বাস্থ্যকেন্দ্রে আগত রোগীদের মধ্যে কাউকে সন্দেহভাজন রোগী মনে হলে, সেই রোগীকে জেলা হাসপাতালে বা জেলায় অবস্থিত মেডিকেল কলেজে পাঠান।

- চিকিৎসকের নির্দেশমতো গলার থুতুর নমুনা সংগ্রহ করা যাবে নিম্নলিখিত সরকারী হাসপাতালগুলিতেঃ–
  - বেলেঘাটা আই.ডি. হাসপাতালের বিশেষ ক্লিনিকে।
  - আর.জি.কর / নীলরতন সরকার মেডিকেল কলেজ হাসপাতালের বিশেষ ক্লিনিকে।
  - কলকাতার বাইরে জেলা হাসপাতালগুলিতে।
  - কলকাতার বাইরে অবস্থিত মেডিকেল কলেজগুলিতে (বাঁকুড়া, বর্দ্ধমান, মেদিনীপুর এবং উত্তরবঙ্গ)।

- সংগ্রহীত গলার থুতুর নমুনা এবং সংশ্লিষ্ট ফর্ম পূরণ করে বেলেঘাটায় অবস্থিত ন্যাশনাল ইনস্টিটিউট অফ্ কলেরা এ্যান্ড এন্টেরিক ডিজিজ (NICED)–এ প্রতিষ্ঠানের নিজস্ব উদ্যোগে পাঠাতে হবে। নমুনা পাঠানোর পদ্ধতি প্রেরিত নির্দেশিকা বা স্বাস্থ্য দপ্তরের ওয়েবসাইটে দেখে নিন।

কিভাবে চিকিৎসা হবে বা ভর্তি হবে ?

- সন্দেহভাজন রোগী না হলে, সাধারণ ইনফ্লুয়েঞ্জার চিকিৎসা করুন ও সংক্রমণ না ছড়ানোর জন্য প্রয়োজনীয় পরামর্শ দিন। বিশেষ কারণ না থাকলে এদের গলার থুতু পরীক্ষার দরকার নেই।

- সন্দেহভাজন রোগীদের মধ্যে যাদের লক্ষণগুলি মৃদু, তাদের গলার থুতু সংগ্রহ করুন এবং পূর্বের মতো প্রয়োজনীয় চিকিৎসা ও পরামর্শ দিয়ে বাড়িতে থাকতে বলুন।

- সন্দেহভাজন রোগী ভর্তি করা যাবে নিম্নলিখিত হাসপাতালগুলির নির্দিষ্ট আইসোলেশন ওয়ার্ডেঃ-
  - আই.ডি. হাসপাতাল, কলকাতা।
  - সব কয়টি জেলা হাসপাতাল (কোচবিহারের ক্ষেত্রে মাথাভাঙ্গা মহকুমা হাসপাতাল)।
  - কলকাতার বাইরের মেডিকেল কলেজগুলিতে(বাঁকুড়া, বর্দ্ধমান, মেদিনীপুর এবং উত্তরবঙ্গ)।

- সন্দেহভাজন রোগীদের মধ্যে যাদের লক্ষণগুলি গুরুতর, তাদের পূর্বে বর্ণিত মেডিকেল কলেজ ও হাসপাতালগুলির আইসোলেশন ওয়ার্ডে ভর্তির জন্য পাঠান এবং গলার থুতু সংগ্রহের ব্যবস্থা করুন।

- বিমানবন্দর বা সমুদ্র বন্দর থেকে প্রেরিত সন্দেহভাজন রোগীকে রোগলক্ষণের গভীরতা যাই থাকুক, ভর্তি করতে হবে।

- প্রমাণিত রোগীর সংস্পর্শে আসা ব্যক্তিদের চিকিৎসকের পরামর্শ মতো ওষুধ খেতে হবে।

গলার থুতু পরীক্ষার রিপোর্ট কিভাবে জানবেন ?

- রিপোর্ট নেগেটিভ হলে টেলিফোনে বা অন্য পদ্ধতিতে রোগীর বাড়িতে জানানো হবে।

- রিপোর্ট পজিটিভ হলে, টেলিফোনে বা অন্য পদ্ধতিতে রোগীর বাড়িতে জানানো হবে এবং সেই রোগীকে পূর্বোক্ত হাসপাতাল বা মেডিকেল কলেজগুলির নির্দিষ্ট আইসোলেশন ওয়ার্ডে ভর্তি করে পূর্ণ চিকিৎসা দেওয়া হবে।

বেসরকারী স্বাস্থ্য প্রতিষ্ঠান / চিকিৎসকরা কি করবেন ?

- সন্দেহভাজন রোগী না হলে, সাধারণ ইনফ্লুয়েঞ্জার চিকিৎসা করুন ও সংক্রমণ না ছড়ানোর জন্য প্রয়োজনীয় পরামর্শ দিন। এদের ক্ষেত্রে গলার থুতু পরীক্ষা করার নির্দেশিকা দেবেন না। কোনো বিশেষ কারণ মনে হলে সরকারী স্বাস্থ্য প্রতিষ্ঠানগুলিতে পরীক্ষার জন্য পাঠান।

- সন্দেহভাজন রোগী হলে নিকটবর্তী সরকারী হাসপাতালে / বিশেষ ক্লিনিকে রোগীকে পাঠান।

স্কুলে / কলেজে বা অন্যান্য শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানে কি সাবধানতা নেবেন ?

- কোনো ছাত্র / ছাত্রী বা শিক্ষক /কর্মচারীর ইনফ্লুয়েঞ্জার মতো লক্ষণ দেখা দিলে, তাকে ৭ থেকে ১০ দিন বাড়িতে থাকতে ও প্রয়োজনীয় চিকিৎসা করতে বলুন।

- স্কুলে /কলেজ কর্তৃপক্ষ যদি জানতে পারেন যে কোনো ছাত্র / ছাত্রী বা শিক্ষক /কর্মচারী কোনো সোয়াইন ফ্লু আক্রান্ত রোগীর সংস্পর্শে এসেছেন বা তার ঘনিষ্ঠ প্রতিবেশী; তবে সেই ছাত্র / ছাত্রী বা শিক্ষক /কর্মচারীর স্বাস্থ্য পরিস্থিতির উপর তারা নজর রাখবেন। যদি তাদের কোনো রোগ লক্ষণ দেখা দেয়, তবে পূর্ব নির্দেশিত ভাবে ৭ থেকে ১০ দিন বাড়িতে থাকতে এবং অবিলম্বে স্থানীয় সরকারী হাসপাতালে চিকিৎসার জন্য যোগাযোগ করতে বলুন।

- যদি রোগাক্রান্ত ছাত্র / ছাত্রীরা ছাত্রাবাসে থাকেন, তবে ছাত্র / ছাত্রীদের সাথে সাথে ছাত্রাবাসের কর্মচারীদের স্বাস্থ্য পরিস্থিতির উপর কর্তৃপক্ষকে নজর রাখতে হবে।

- কোনো ছাত্র / ছাত্রী বা শিক্ষক /কর্মচারী এই রোগে আক্রান্ত হলেও শিক্ষা প্রতিষ্ঠান বন্ধ করার দরকার নেই।

- সোয়াইন ফ্লু আক্রান্ত অন্যান্য দেশে ছাত্র / ছাত্রীদের নিয়ে শিক্ষামূলক ভ্রমণে যাবেন না।

- যদি কোনো ছাত্র / ছাত্রীকে বিশেষ কারণে আক্রান্ত দেশে যেতে হয়, তবে তাদের ফেরার পর স্বাস্থ্য পরিস্থিতির দিকে নজর রাখতে হবে। কোনো রোগলক্ষণ দেখা দিলে পূর্বোক্ত নির্দেশগুলি পালন করতে হবে।

সোয়াইন ফ্লু বা ইনফ্লুয়েঞ্জা 'A' (H1N1) একটি গুরুতর জনস্বাস্থ্য সমস্যা।

এই রোগের প্রাদুর্ভাব রোধে রাজ্য স্বাস্থ্য দপ্তর আন্তরিকতার সঙ্গে প্রয়োজনীয় উদ্যোগ গ্রহণ করছেন।

সরকারী উদ্যোগের সাথে সাথে সমাজের সমস্ত মানুষের সক্রিয় সহযোগিতা ও অধিকতর স্বাস্থ্য সচেতনতা এই রোগের সংক্রমণকে সফলভাবে প্রতিহত করতে পারে।

সতর্ক থাকুন, কিন্তু আতঙ্কগ্রস্ত হবেন না

জরুরী কারণে নিম্নলিখিত স্থানে যোগাযোগ করতে পারেনঃ-

১. জনস্বাস্থ্য বিভাগ, স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ দপ্তর, পশ্চিমবঙ্গ সরকার।
   ☏ ২৩৩০১৮০/২/৩/৪/৫, ২৩৫৭১১৯২।
২. জেলায়ঃ মুখ্য স্বাস্থ্য আধিকারিক, উপমুখ্য স্বাস্থ্য আধিকারিক (২), মেডিকেল কলেজ ও হাসপাতালগুলির অধীক্ষক।

ভবিষ্যতে পরিস্থিতি অনুযায়ী নির্দেশিকা পরিবর্তিত হতে পারে। সংবাদ মাধ্যম ও বিজ্ঞাপনের মাধ্যমে সঠিক সময়ে তা জানিয়ে দেওয়া হবে।

স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ দপ্তর
পশ্চিমবঙ্গ সরকার