চিকুনগুনিয়া (Chikungunya)

ভূমিকা

চিকুনগুনিয়া একটি ভাইরাস জনিত জ্বর যা আক্রান্ত মশার কামড়ের মাধ্যমে মানুষ থেকে মানুষে ছড়ায়। এ রোগটি ডেঙ্গু, জিকা এর মতই এডিস প্রজাতির মশার কামড়ের মাধ্যমে ছড়ায়। রোগটি প্রথম ১৯৫২ সালে আফ্রিকাতে দেখা যায়। পরবর্তীতে এশিয়ার বিভিন্ন দেশ যেমন-ভারত, শ্রীলংকা, থাইল্যান্ড, মায়ানমার এবং ইন্দোনেশিয়াতে এর বিস্তার দেখা যায়। বাংলাদেশে প্রথম ২০০৮ সালে রাজশাহী ও চাঁপাই নবাবগঞ্জে প্রথম এ ভাইরাসের প্রার্দুভাব দেখা যায়। পরবর্তীতে ২০১১ সালে ঢাকার দোহার উপজেলায় এই রোগ দেখা যায়। তবে এর পরে বিচ্ছিন্ন দু একটি রোগী ছাড়া এ রোগের বড় ধরণের কোন বিস্তার আর বাংলাদেশে লক্ষ্য করা যায়নি। বর্ষার পর পর যখন মশার উপদ্রব বেশী হয় তখন এ রোগের বিস্তার বেশী দেখা যায়।

চিকুনগুনিয়া ভাইরাস কি?

চিকুনগুনিয়া ভাইরাস টোগা ভাইরাস গোত্রের ভাইরাস। মশাবাহিত হওয়ার কারণে একে আরবো ভাইরাসও বলে। ডেঙ্গু ও জিকা ভাইরাস ও একই মশার মাধ্যমে ছড়ায় এবং প্রায় একই রকম রোগের লক্ষণ লক্ষ্য করা যায়।

রোগের লক্ষণ সমূহ

(১) হঠাৎ জ্বর আসা সঙ্গে প্রচন্ড গিটে গিটে ব্যথা।

অন্যান্য লক্ষণ সমুহের মধ্যে-

(২) প্রচন্ড মাথাব্য থা
(৩) শরীরে ঠান্ডা অনুভূতি **(Chill)**
(৪) বমি বমি ভাব অথবা বমি
(৫) চামড়ায় লালচে দানা **(Skin Rash)**
(৬) মাংসপেশীতে ব্যথা **(Muscle Pain)**

সাধারণতঃ রোগটি এমনি এমনিই সেরে যায়, তবে কখনো কখনো গিটের ব্যথা কয়েক মাস এমনকি কয়েক বছরের বেশী সময় থাকতে পারে।

বাহকঃ- এডিস ইজিপ্টি **(Ades aegypti)** এবং এডিস এলবোপিকটাস **(Ades albopictus)** মশার মাধ্যমে এ রোগ ছড়ায়। মশাগুলি সহজেই এদের শরীরের ও পায়ের সাদা কালো ডোরাকাটা দাগ দেখে চেনা যায়।

কারা ঝুঁকির মুখেঃ এ মশাগুলি সাধারণতঃ পরিষ্কার বদ্ধ পানিতে জন্মায় এবং যাদের আশে পাশে এ রকম মশা বৃদ্ধির জায়গা আছে, সে সব মানুষেরা বেশী ঝুঁকির মধ্যে থাকে।

কিভাবে ছড়ায়ঃ

- প্রাথমিকভাবে চিকুনগুনিয়া ভাইরাস দ্বারা আক্রান্ত এডিস ঈজিপ্টাই অথবা এডিস অ্যালবুপিক্টাস মশার কামড়ের মাধ্যমে ছড়ায়। এ ধরণের মশা সাধারণত দিনের বেলা (ভোর বেলা অথবা সন্ধ্যার সময়) কামড়ায়।
- এছাড়াও চিকুনগুনিয়া ভাইরাস আক্রান্ত রক্তদাতার রক্ত গ্রহণ করলে এবং ল্যাবরেটরীতে নমুনা পরীক্ষার সময় অসাবধানতাবশতঃ এ রোগ ছড়াতে পারে।

সুপ্তিকাল ঃ ৩-৭ দিন (তবে ২-২১ পর্যন্ত হতে পারে)।

প্রতিরোধ ও নিয়ন্ত্রণঃ

এ রোগ প্রতিরোধের কোন টিকা নাই। ব্যক্তিগত সচেতনতাই চিকুনগুনিয়া ভাইরাস সংক্রমণ প্রতিরোধের প্রধান উপায়।

মশার কামড় থেকে সুরক্ষাঃ

মশার কামড় থেকে সুরক্ষাই চিকুনগুনিয়া থেকে বাঁচার সবচেয়ে ভালো উপায়। শরীরের বেশীর ভাগ অংশ ঢাকা রাখা (ফুল হাতা শার্ট এবং ফুল প্যান্ট পরা), জানালায় নেট লাগানো, প্রয়োজন ছাড়া দরজা জানালা খোলা না রাখা, ঘুমানোর সময় মশারি ব্যবহার করা, শরীরে মশা প্রতিরোধক ক্রীম ব্যবহার করার মাধ্যমে মশার কামড় থেকে বাঁচা যায়। শিশু, অসুস্থ রোগী এবং বয়স্কদের প্রতি বিশেষ গুরুত্ব দিতে হবে।

মশার জন্মস্থান ধ্বংস করাঃ

আবাসস্থল ও এর আশে পাশে মশার প্রজনন ক্ষেত্র ধ্বংস করতে হবে। বাসার আশেপাশে ফেলানো মাটির পাত্র, কলসী, বালতি, ড্রাম, ডাবের খোলা ইত্যাদি যে সকল স্থানে পানি জমতে পারে, সেখানে এডিস মশা প্রজনন করতে পারে। এসব স্থানে যেন পানি জমতে না পারে সে ব্যাপারে লক্ষ্য রাখা এবং নিয়মিত বাড়ির আশে পাশে পরিষ্কার করা। সরকারের মশা নিধন কর্মসূচিতে অংশগ্রহণ করা । যেহেতু এ মশা আক্রান্ত ব্যক্তির রক্ত থেকে জীবাণু নিয়ে অন্য মানুষকে আক্রান্ত করে, কাজেই আক্রান্ত ব্যক্তিকে যাতে মশা কামড়াতে না পারে সে ব্যাপারে ব্যবস্থা নেওয়া ।

রোগ নির্ণয়

উপরোল্লিখিত উপসর্গ সমূহ দেখা দিলে, উক্ত ব্যক্তির চিকুনগুনিয়া ভাইরাস সংক্রমণের আশংকা থাকে। উপসর্গ সমূহ শুরুর এক সপ্তাহের মধ্যে চিকুনগুনিয়া আক্রান্ত ব্যক্তির রক্তে ভাইরাসটি (Serology এবং RT-PCR) পরীক্ষার মাধ্যমে সনাক্ত করা যায়। বাংলাদেশ সরকারের রোগতত্ত্ব, রোগ নিয়ন্ত্রণ ও গবেষণা ইনস্টিটিটিউট (আইইডিসিআর)-এ চিকুনগুনিয়া রোগ নির্ণয়ের সকল পরীক্ষা করা হয়।

চিকিৎসা

চিকুনগুনিয়া ভাইরাস সংক্রমণের চিকিৎসা মূলত উপসর্গ ভিত্তিক। এর কোনো সুনির্দিষ্ট চিকিৎসা নেই। আক্রান্ত ব্যক্তিকে বিশ্রাম নিতে হবে, প্রচুর পানি ও তরল জাতীয় খাবার খেতে হবে এবং প্রয়োজনে জ্বর ও ব্যথার জন্য Paracetamol Tablet এবং চিকিৎসকের পরামর্শ মোতাবেক ঔষধ খেতে হবে। তবে গিটের ব্যথার জন্য গিটের উপরে ঠান্ডা পানির শেক এবং হালকা ব্যায়াম উপকারী হতে পারে। তবে প্রাথমিক উপসর্গ ভালো হওয়ার পর যদি গিটের ব্যথা ভালো না হয়, তবে অতিসত্বর চিকিৎসকের পরামর্শ মোতাবেক ঔষধ খেতে হবে। কোন কারণে রোগীর অবস্থার অবনতি হলে অতি শীঘ্র নিকটস্থ সরকারী স্বাস্থ্যকেন্দ্রে যোগাযোগ করতে হবে।