# डेंगू कैसे करें पहचान, कैसे रहें सावधान।

## डेंगू के लक्षण

डेंगू के लक्षण

- अकस्मात तेज़ सिर दर्द व बुखार का होना
- मांसपेशियों तथा जोड़ों में दर्द होना
- आँखों के पीछे दर्द होना, जो कि आँखों को घुमाने से बढ़ता है
- जी मिचलाना एवं उल्टी होना
- गंभीर मामलों में नाक, मुँह, मसूड़ों से खून आना अथवा त्वचा पर चकत्ते उभरना

## कैसे बचें।

- डेंगू फैलाने वाला मच्छर खड़े हुए साफ़ पानी में पनपता है। कहीं आपके घर में या आसपास पानी तो जमा नहीं है? जैसे कि कूलर, पानी की टंकी, पक्षियों के पीने के पानी का बर्तन, फ्रिज की ट्रे, फूलदान, नारियल का खोल, टूटे हुए बर्तन व टायर इत्यादि।
- पानी से भरे हुए बर्तनों व टंकियों आदि को ढ़क कर रखें।
- कूलर को खाली करके सुखा दें।
- यह मच्छर दिन के समय काटता है। ऐसे कपड़े पहनें जो बदन को पूरी तरह ढ़के।
- डेंगू के उपचार के लिए कोई खास दवा या वैक्सीन नहीं है। बुखार उतारने के लिए पैरासीटामोल ले सकते हैं। एस्प्रीन या इबुब्रेफेन का इस्तेमाल अपने आप ना करें। डाक्टर की सलाह लें। डेंगू के हर रोगी को प्लेटलेट्स की आवश्यकता नहीं पड़ती।

राष्ट्रीय वेक्टर जनित रोग नियंत्रण कार्यक्रम, केन्द्रिय स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय, भारत सरकार।