विषाणूजन्य रोग के लक्षण (VIRAL)

विषाणूजन्य बीमारी का अर्थ :

जिस विषाणूजन्य रोग का कोई ठोस लक्षण दिखाई नहीं देता, ऐसे रोग को ''विषाणूजन्य रोग के लक्षण'' कहा जा सकता है। विषाणू सहज रूप से एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति तक वायू से तथा अन्य वस्तुओं से संक्रमित होता है।

विषाणूजन्य रोग के लक्षण चिन्ह कौनसे?

इस रोग के लक्षण धीरे धीरे अथवा अचानक दिखाई देते है; तथापि कुछ घंटो या दिनों तक रह सकते है। यह सौम्य या तीव्र रहते हुए घंटो या दिनो तक बदल सकते है।

- बुखार, ठंड लगना तथा त्वचा पर खुजलाहट।
- नाक का बहना या बंद होना।
- खॉसी, गला दर्द, आवाज में भारीपन।
- सिरदर्द, ऑखो के चारो ओर दबाव जैसे लगना।
- जोडो का दर्द एवं नसो का दर्द।
- दम लगना, श्वासोश्वास के समय आवाज होना।
- पेटदर्द, मरोड तथा जुलाब।
- जी मचलना, उल्टी होना, भूख न लगना।

विषाणूजन्य रोग पर इलाज कैसे करें?

सर्वसामान्य रूप से ऐसे रोगी के प्रथम १० से १४ दिन बिना इलाज के चले जाते है। रोगी को इलाज के लिये निम्न दवाईयॉ दी जा सकती है।

- **ॲन्टीपायरेटिक्स :** बुखार कम करने के लिये दी जाने वाली दवायें जिससे शरीर का तापमान कम होता है।
- **ॲन्टिहिस्टॅमिनिक्स :** त्वचा पर खाज खुजली से निजात दिलाती है तथापि श्वास की समस्या भी कम करती है।
- **डिकन्जेस्टंट :** बंद नाक खुलता है जिससे श्वासोश्वास सहज होता है।
- **ॲन्टीटसीव्हज :** खॉसी समस्या से निजात मिलती है।
- **ॲन्टीव्हायरल :** यह विषाणू समाप्त करने में सहयोगी है वह समूचे लक्षण समाप्त करते है।

विषाणूजन्य रोग का खतरा क्यों बढता है :

- आप मध्यआयूवर्ग या वृद्ध है।
- आपकी रोग प्रतिबंधक शक्ति किसी बीमारी या अंग प्रवर्तन के चलते कम हुई है।
- आप धुम्रपान करते है या किसी के साथ रहते है।
- आप बार-बार सफर करते है।
- आप जहॉ तैरते है, वहॉ क्लोरीनेशन हुआ है या नही।

विषाणूजन्य रोग नही फैले तद्हेतु मै क्या सहयोग कर सकता हूँ :

विषाणू सहज रूप से एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति तक हवा या अन्य वस्तुओं से संक्रमित होते है। अपना रोग ठीक होने के बावजूद भी एक सप्ताह तक अपने माध्यम से विषाणू अन्य व्यक्ति की ओर संक्रमित हो सकते है।

विषाणू संक्रमण पर प्रतिबंध कैसे लगायें? :

- **अपने हाथ धोयें** – साबुन अथवा अल्कोहोल युक्त जेल से हाथ धोते रहे, रागी से सपर्क होने पर भी हाथ धायें।
- **मुखौटा लगाये** – विषाणू संक्रमण पर प्रतिबंध लगाने हेतु मुंह पर मुखौटा लगाये, जो मददगार हो सकता है।
- अन्नपदार्थ को अच्छे से पकायें शुद्धता रखे।

विषाणूजन्य रोग को प्रतिबंधित करने कौनसे टीके लगाये :

अपने चिकित्सक से पता करे कौनसा टीकाकरण योग्य है

१. **एम.पी.व्ही. व्हॅक्सीन :** यह टीका दिमागी क्षेत्र में फैले दर्द के लिये उपयोगी होता है।

२. **पी.पी.व्ही. :** फेफडो में दर्द रोग का प्रतिबंधक या ऐसा रोग होने की संभावना या खतरा दिखाई देने पर इस टीका की आवश्यकता होती है।

३. **इन्फ्लुएंझा व्हॅक्सीन :** फ्लू होने पर प्रतिबंधनात्मक टीकाकरण आवश्यक।

विषाणूजन्य रोग के कौनसे खतरे हो सकते है?

चिकित्सक को अथवा फार्मसिस्ट को यह कतई मालूम नही कि अपने को भी गंभीर रोग है। रोग के लक्षण एवं संसर्गरोग के चलते जीवाणू रोग को जन्म देते है। यह रोग शरीर के किसी भी हिस्से में गंभीर एवं जीवन को खतरनाक ऐसी स्थिति उत्पन्न कर सकते है। विषाणूजन्य रोग के कारण अपने को हुए रोग जैसे श्वास धमनियों में दर्द, दमा, एवं श्वसन मार्ग के रोग गंभीर रूप धारण कर सकते है। इलाज करने के बावजूद भी यह रोग एक से अधिक बार हो सकता है।

मै मेरे चिकित्सक से कब सम्पर्क करू?

अपने चिकित्सक से संपर्क करें अगर ...

I. ५-७ दिनो पश्चात लक्षण अधिक दिखाई दिये।

II. १० दिनों तक लक्षण शून्य हुए नहीं।

III. अगर नाक से गाढा सफेद पदार्थ बह रहा है या पस निकल रहा हो तथा चेहरे पर दर्द हो रहा हो।

IV. अगर आपको बुखार एवं दर्द हो।

V. आपको हल्के हरे रंग की शौच एवं लार हो रही हो।

मुझे शीघ्र ध्यान देना जरूरी है :

शीघ्र चिकित्सक से संपर्क करे अगर ...

1. आपको लगातार उल्टीयाँ या शौच हो रहा हो।
2. छाती दर्द या श्वासोश्वास मे कष्ट हो रहा हो।
3. छाती दर्द, दम घुटना, सांस लेते समय आवाज होना या तकलीफ होना।
4. लगातार पेट के निचले हिस्से की दायी ओर दर्द होना।
5. कमजोरी लगना, घबराहट, अस्वस्थ लगना, चक्कर आना।
6. मुखमार्ग से तापमान जांच करनेपर १००.४F अथवा ३८^{0}c से अधिक बुखार की दवा लेकर भी तापमान कम न होना।
7. शरीर का अकडना।

संदर्भ :

1. Micromedex's Care Notes System.