የቺኩንጉኒያ ቫይረስ የተኩሳት በሽታን በመረዳት እንከላከል!!

ቺኩንጉንያ፡

ማለት በቫይረስ ምክንያት የሚመጣ በትንኝ አማካኝነት ወደ ሰው የሚተላለፍ የትኩሳት በሽታ ነው። እነዚህ ትንኞች ከወባ ትንኝ ጋር ተመሳሳይ ያላቸው ኤደስ ኤጂፕታይ የሚባሉ የትንኝ ዝርያዎች ሲሆኑ የዴንጉ ቫይረስ በሽታንም ማስተላለፍ ይችላሉ። የቺኩንጉንያ በሽታ መከላከያ ክትባት ወይም የራሱ ሕክምና የለውም። ብቸኛው ከቺኩንጉንያ ቫይረስ ራስን የመከላከያ መንገድ ራስን የመከላከያ መንገድ ራስን ከትንኝ ንክሻ መከላከል ነው።

የበሽታው ምልክቶች፡-

በጣም ተዘውትረው የሚከሰቱ የበሽታው ምልክቶች፡-

ትኩሳት እና በአብዛኛው በእጅ እና እግር መገጣጠሚያ ላይ የሚከሰት ከባድ ሕመም ሲሆኑ፡ ለረዥም ጊዜ የቆየ የቺኩንጉኒያ ቫይረስ በሽታ የተያዘን ግለሰብ ቶሎ ካልታከመ የእለት ከእለት እንቅስቃሴ ማድረግ ሊከለክለው የሚችል ቁርጥማት እና ሕመም ሊያስከትልበት ይችላል። አንዳንድ ሰዎች ላይ ሕመሙ ለወራት ወይም ለአመታት ሊቆይ ይችላል፡ ሌሎች ራስ ምታት፣ የጡንቻ ቁርጥማት፣ የጀርባ ቁርጥማት የማቅለሽለሽ ስሜት፣ ድካም እና ሽፍታ ምልክቶች ያካትታል።

ከፍተኛ የሕመም ምልክት ከሚታይባቸው የሕብረተሰብ ክፍሎች ውስጥ፡

- ሕጻናትና አረጋዊያን/ት
- ነፍሰጡር እናቶች
- ሌሎች የልብ በሽታ፣ የደም ባዛትና የስኳር በሽታ የመሳሰሉት የጤና ችግሮች ያሉባቸው ሰዎች ይገኙበታል

በትንኝ እንዳንነከስ መከላከል፡

የችኩንጉኒያ ቫይረስን የምታስተላልፈው ትንኝ የምትናከሰው በቀን ስአት ስለሆነ ራሳችንን ከትንኞች ንክሻ እንከላከል።

ነጣ ያሉ ልብሶችን መልበስና በተቻለ መጠን ሙሉ ሰውነትን መሸፈን

በልብስ ያልተሸፈነን የሰውነት ክፍል የትንኝ ማባረሪያ ቅባት መቀባት

የትንኝ መግደያ ወይም ኤሌክትሪካል ቫፖራይዜሽን መረብ በቀንና በማታ መጠቀም

በማንኛውም ሰዓት ሲተኙ የአልጋ አጎበር መጠቀም

በርና የመስኮትን በወባ መከላከያ መረብ መሸፈን

ትንኞች የሚኖሩትና የሚራቡት በቤትና በስራ ቦታ አካባቢ ባቆረ ውሃ ላይ ነው።
የበሽታው አስተላላፊ ትንኝ እንዳትራባ በመከላከል የበኩላችንን እንወጣ!!

ሁሉንም የውሃ ማጠራቀሚ በርሜሎችን፣ ሮቶዎችን፣ ጀሪካኖችን፣ ባሊዎችን መክደን፣

ሁሉንም የዝናብ ውሃ ሊጠራቀምባቸው የሚችሉ አገልግሎት ላይ የማይውሉ ጎማዎችን፣ ቆርቆሮዎችን፣ ጠርሙሶችን፣ የፕላስቲክ እቃዎችን፣ የመሳሰሉትን ማስወገድ፣

የቆሻሻ ማጠራቀሚያ እቃዎች የዝናብ ውሃ እንዳያጠራቅሙ መክደን

የአበባ አትክልቶችን በአበባ እቃ ከማስቀመጥ ይልቅ በጉርጓድ ውስጥ መትከል

የቆርቆሮ ወይም የፕላስቲክ ጣሳዎችን ወደ ቆሻሻ መጣያ ከመጣላችን በፊት በሚስማር መብሳት

ለእንስሳት ውሃ መጠጫነት የሚያገለግሉትን እቃዎችን በሳምንት ሁለት ጊዝ ማጠብ

የአበባ እቃዎችን በሳምንት ሁለት ጊዜ ማጠብና ማድረቅ

ለቺኩንጉኒያ ተብሎ የተለዩ መድሀኒት የለውም ነገር ግን በጤና ባለሙያዎች የሚሰጥ ሕክምና በሽታው ወደ ከፋ ደረጃ እንዳይለወጥ ማከምና ማስታገስ ይችላሉ።

ማንኛውም በቺኩንጉኒያ ቫይረስ በሽታ የተያዘና የሕመም ስሜት የታየበት ሰው በአስቸኳይ በአቅራቢያው ወደ ሚገኝ የጤና ተቋም በመሄድ አፋጣኝና እና ትክክለኛ ሕክምና በማድረግ ሊከሰቱ ከሚችሉ የከፋ የጤና ችግሮች ራሳችንን እንከላከል!!