

Indian Academy of Pediatrics (IAP)
महाराष्ट्र राज्य बालरोग तज्ज्ञ संघटना (MAHA IAP)

पालकांसाठी मार्गदर्शक तत्वे :

प्रकरण ३८ :

डासांपासून होणाऱ्या आजारांबद्दल मार्गदर्शक तत्वे



अध्यक्ष २०२२ : डॉ. हेमंत गान्गोलीया
सचिव २०२२-२३: डॉ. अमोल पवार
मार्गदर्शक: डॉ. जयंत उपाध्ये
समन्वयक: डॉ. नरेंद्र नानिवडेकर
अनुवाद: डॉ. नरेंद्र नानिवडेकर
पुनरावलोकन: डॉ. उज्वला गवळी
उज्वल करमळकर

Convener: Atul Kulkarni

Members: Hemant Joshi, Kheya Ghosh
Uttam, Ritabrata Kundu

Reviewer: R Palaniraman

पावसाळा आला की डासांची व्याप्ती वाढते. मलेरिया, डेंग्यू, चिकन गुनिया असे आजार सुरु होतात. आपण काय काळजी घेतली असता हे त्रास आणि त्याचे गांभीर्य कमी करू शकतो ह्याचा आढावा आता घेऊया.



डासांपासून होणाऱ्या आजारांबद्दल वारंवार विचारले जाणारे १० प्रश्न

प्रश्न १: डासांमुळे होणारे आजार कोणते?

प्रश्न २: डासांपासून हा आजार मुलांना कसा होतो?

प्रश्न ३: माझ्या मुलाला डेंग्यू, मलेरिया किंवा चिकनगुनिया झाले आहे हे कसे ओळखावे?

प्रश्न ४: या आजारांमध्ये धोक्याची लक्षणे कोणती व मुलाला कधी इस्पितळात भरती करावे लागू शकते?

प्रश्न ५ : मलेरिया, डेंग्यू, जपानीज इंसेफालायटीस टाळता येऊ शकतात का? यासाठी कुठले लसीकरण आहे काय?

प्रश्न ६: मी माझ्या मुलाला शाळेत किंवा घरी डास चावण्यापासून कसा वाचवू शकतो ?

प्रश्न ७: आमच्या सोसायटीच्या आजुबाजुला भरपूर डास आहेत. आम्ही त्या बाबतीत काय करू शकतो?

प्रश्न ८: प्रतिबंधक मलम आणि अगरबत्त्या या मुलांसाठी कितपत सुरक्षित आहेत?

प्रश्न ९: लहान मुलांसाठी डास चावू नयेत यासाठी डास प्रतिबंधक औषधे कशी निवडावीत?

प्रश्न १०: मी आमच्या कुटुंबाला घेऊन डेंग्यू आणि मलेरिया असलेल्या ठिकाणी जात आहे. मी काय काळजी घ्यावी?

Under the Auspices of the IAP Action Plan 2020-2021

Piyush Gupta

IAP President 2021

Remesh Kumar R

IAP President-Elect 2021

Bakul Parekh

IAP President 2020

GV Basavaraja

IAP HSG 2020-2021

Deepak Ugra

National Co-ordinator

© Indian Academy of Pediatrics

IAP Parent Guideline Committee

Chairpersons: Piyush Gupta, Bakul Parekh

IAP Co-ordinators: GV Basavaraja, Harish Kumar Pemde, Purna Kurkure

Core Group

National Co-ordinator: **Deepak Ugra**

Member Secretaries: **Upendra Kinjawadekar, Samir Dalwai**

Members: **Apurba Ghosh, CP Bansal, Santosh Soans, Somashekhar Nimbalkar, S Sitaraman**

डासांपासून होणाऱ्या आजारांबद्दल मार्गदर्शक तत्त्वे

प्रश्न

१

डासांमुळे होणारे आजार कोणते?

डासांपासून माणसाला अनेक आजार होत असतात. मानवी रक्त पीत असताना डासाच्या शरीरात काही जंतू (विषाणू किंवा परजीवी जंतू) प्रवेश करतात. ज्या माणसाला किंवा प्राण्याला तो जंतुसंसर्ग झाला आहे, असे दूषित रक्त डासाच्या शरीरात शिरल्यावर जंतू वाढतात आणि डास पुढच्या माणसाला चावताना लाळेतून हे जंतू त्या माणसाच्या शरीरामध्ये प्रवेश करतात. सर्वसाधारणपणे डासांमुळे होणाऱ्या आजारात मलेरिया, डेंग्यू, चिकुनगुनिया, जपानी एनसेफलायटीस आणि फिलारियासिस हे प्रमुख आजार आहेत. हा प्रत्येक आजार विशिष्ट डासांमुळे पसरला जातो. उदा. एनोफिलीस डासांमुळे मलेरिया होतो, एडिस इजिप्ती डासांमुळे चिकुनगुनिया, डेंग्यू आणि झिका आणि क्युलेक्स डासांमुळे जपनीज इंसेफालयटीस आणि फिलारियासिस होतो.



चित्र १ : एनोफिलीस डास

(Source: PHIL, CDC)



चित्र २: एडिस इजिप्ती डास

(Source: PHIL, CDC)

प्रश्न

२

डासांपासून हा आजार मुलांना कसा होतो?

जेव्हा संसर्ग झालेल्या माणसाचे रक्त डास पीत असतात तेव्हा हे रक्त त्यांच्या पोटात जाते. माणसापासून किंवा प्राण्यापासून आलेल्या त्या रक्ताबरोबर त्यातले विषाणू किंवा परजीवी जंतू डासाच्या शरीरात प्रवेश करतात. त्याचे पुनरुत्पादन डासाच्या शरीरात होतं. डास त्याच्या पुढच्या अन्नाच्या शोधात गेल्यावर पुढच्या निरोगी माणसाला चावले असता आपल्या लाळेतून हे जंतू त्या माणसाच्या शरीरात सोडतात आणि त्या माणसाला त्या जंतूंची लागण होते. काही महत्त्वाच्या गोष्टी या बाबतीत आपण लक्षात ठेवणे गरजेचे आहे. मलेरिया अनोफेलस जातीची फक्त मादी मलेरिया हा आजार पसरवते. ती शक्यतो रात्री ९ ते पहाटे ५ वाजेपर्यंत चावते. बरेचदा ती आपल्या घराच्या आत येत असते किंवा अनेकदा ती आपण घराबाहेर असताना चावते. काही डास भोजन झाल्यावर घरात विश्रांती घेतात, त्यांना इंडोफीलिक म्हणतात तर काही घराच्या बाहेर विश्रांती घेतात, त्यांना एक एक्झोफिलिक म्हणतात. डेंग्यू आजार हा एडीस इजिप्ती जातीच्या डासांमुळे पसरतो. ते शक्यतो दिवसा माणसाला चावतात आणि चावण्याची वेळ ही सकाळी लवकर आणि संध्याकाळी सूर्यास्ताच्या अगोदरची असते.

प्रश्न

३

माझ्या मुलाला डेंग्यू, मलेरिया किंवा चिकनगुनिया झाले आहे हे कसे ओळखावे?

हे तीनही आजार डास चावल्यानंतर होतात. हे शक्यतो पावसाळ्याच्या मोसमात जेव्हा डास भरपूर वाढतात तेव्हा हे आजार आपल्याला होताना दिसतात. तापाच्या सुरुवातीच्या काळात इतर विषाणूंच्या तापासारखी लक्षणं दिसतात. आजाराच्या सुरुवातीला ताप, डोकेदुखी, अंगदुखी दिसून येते आणि कधीकधी उलटी देखील होते.

चिकनगुनिया: वरील सर्व लक्षणांच्या बरोबर चिकनगुनियामध्ये सांधे खूप दुखतात आणि पाठही खूप दुखते. हातापायाचे छोटे सांधे या आजारांमध्ये जास्त प्रमाणात आखडतात. मोठे सांधे फारसे आखडत नाहीत

डेंग्यू: यामध्ये डोळ्यात आणि डोळ्याच्या पाठीमागे खूप दुखते आणि स्नायू व हाडे दुखतात, सांधे दुखत नाहीत.

मलेरिया (हिंवाताप) ह्यात खूप थंडी वाजून ताप येतो. मलेरिया सोडल्यास इतर दोन्ही आजारांमध्ये शरीरावर बारीक पुरळ येतात. काही वेळेला रक्तस्त्रावाचे छोटे-छोटे ठिपके त्वचेवर आणि तोंडाच्या आतील भागामध्ये दिसून येतात. डेंग्यूमध्ये हात पाय, चेहरा आणि शरीर पूर्ण लाल भडक दिसू लागते.

प्रश्न

४

या आजारांमध्ये धोक्याची लक्षणे कोणती व मुलाला कधी इस्पितळात भरती करावे लागू शकते?

डेंग्यू सोडून बाकी सर्व तापामध्ये प्रत्यक्ष ताप चालू असताना आपल्या शरीराला धोका असतो पण डेंग्यू मध्ये ताप उतरताना काही गुंतागुंती निर्माण होतात आणि त्यावेळी परिस्थिती धोकादायक होऊ शकते. डेंग्यू आजारात धोक्याची लक्षणे म्हणजे उलट्या, पोटात दुखणे, अस्वस्थता वाटणे किंवा थकवा येणे आणि शरीराच्या कुठल्याही भागातून रक्तस्राव सुरू होणे. अशा परिस्थितीमध्ये रुग्णाला ताबडतोब इस्पितळात भरती करावे.

मलेरिया झाला असता ज्या बाळाला बसण्याचीही ताकद नसते वा उभेही राहू शकत नाही आणि ज्याला अन्नाचा घास घेता येत नाही, किंवा पाणीही पिता येत नाही, अशांना भरती करावे लागते. ज्यांची शुद्ध हरपली आहे, श्वास घ्यायला त्रास होतोय, लघवी खूप कमी होते आहे किंवा काविळ झाली आहे अशा मुलाला ताबडतोब इस्पितळात भरती करावे.

प्रश्न

५

मलेरिया, डेंग्यू, जपानीज इंसेफालयटीस टाळता येऊ शकतात का? यासाठी कुठले लसीकरण आहे काय?

मलेरिया सोडल्यास डेंग्यू आणि जापनीज इंसेफालयटीस ला बरे करणारे कोणतेही औषध नाही. मलेरिया ओळखल्यानंतर जितक्या लवकर उपचार करता येईल तितका त्याचा प्रसार कमी होतो. जापनीज इंसेफालयटीस साठी लस उपलब्ध आहे. हे बालरोगतज्ञाबरोबर चर्चा करून मुलांना द्या. जिथे जापनीज इंसेफालयटीसची साथ आहे, त्या भागात लस घ्या. सध्या इतर आजारांसाठी भारतात कोणतीही लस उपलब्ध नाही. डेंग्यूसाठी ची लस परीक्षणाच्या शेवटच्या टप्प्यावर आहे आणि सुरक्षित आणि गुणकारी असल्यास नजीकच्या भविष्यकाळात ती उपलब्ध होईल. हे सर्व आजार टाळण्याचा सर्वात महत्त्वाचा भाग डोस चावू न देणे आणि डोसांची उत्पत्ती ज्या ठिकाणी होते त्या जागा नष्ट करणे आहे.

मी माइया मुलाला शाळेत किंवा घरी डास चावण्यापासून कसा वाचवू शकतो ?

जेथे डासांची उत्पत्ती होते अशा ठिकाणी डास चावण्याची शक्यता असतेच मग ते घर असो वा शाळा.डास चावण्याच्या प्रतिबंधासाठी दोन महत्त्वाच्या उपाययोजना गरजेच्या आहेत.एक वैयक्तिक पातळीवर आणि दुसरी डासांच्या वाढीवर नियंत्रण.

घरी वैयक्तिक पातळीवर:

- १)सर्व दरवाजे आणि खिडक्यांना पुरेशा डासांच्या जाळ्या लावाव्यात आणि त्यात कुठल्याही प्रकारची छिद्र पडल्यास ती ताबडतोब दुरुस्त करावीत.
- २) झोपताना पाळण्याला किंवा पलंगाला मच्छरदाणी लावावी.ती अतिशय चपखल बसणारी असावी. मच्छरदाणी पांढऱ्या रंगाची चौकोनी आणि १५६ छिद्र प्रति स्क्वेअर इंच असलेली असावी आणि त्याचे पुरेसे लांब टोक विद्यन्याच्या खाली पोचता येईल असे असावे. याला जर कीटकनाशकांनी उपचार केले असतील तर ती खूपच उपयोगी होईल.
- ३) रात्री झोपताना मुलांना शक्यतो फिक्या रंगाचे,हात पाय पूर्ण झाकले जातील असे कपडे घालावेत.
- ४) शरीराला डास प्रतिबंधक औषधे बाळाच्या हात-पाय-तोंड आणि जखमा सोडून इतर ठिकाणी लावावेत.

डासांचे नियंत्रण:

डासांच्या उत्पत्ती होणाऱ्या ठिकाणचे नियंत्रण:. घर असो किंवा शाळा पाणी साठू देऊ नये.त्यामुळे डास उत्पत्ती होण्यासाठी पोषक स्थिती निर्माण होणार नाही,डासांना त्यांची अंडी घालता येणार नाहीत.उघडे टायर, कॅन, आणि कुंड्या अशा कोणत्याही गोष्टी ज्यामध्ये पावसाचे पाणी साठू शकते आणि त्यात डासांची अंडी वाढू शकतात अशा वस्तू फेकून दिल्या पाहिजेत. कुलर, फुलदाणी आणि पक्षीखानासाठी केलेले हौद यातील पाणी सतत बदलत राहावे. गटारे स्वच्छ ठेवावीत आणि त्याचा पुरेसा निचरा होईल याकडे लक्ष ठेवावे..पाण्याचे सर्व स्रोत पूर्णपणे झाकलेले असावेत. जे पाणी,पिण्यासाठी वापरले जाणार नाही, अशांमध्ये अळीप्रतिबंधक (Larvicidal) औषधे घालावीत. जर घराच्या भोवती सेप्टिक टँक असेल तर त्याच्या सर्व खाचा,फटी भरून काढाव्यात आणि जिथे त्याचे तोंड उघडे आहे, तिथे जाळी लावून बंद करावे.

फेरफटका: आठवड्यातून एकदा आपल्या घराच्या भोवती एक फेरी मारून जेव्हा जमेल तेव्हा बाटल्या टायर आणि जे काही पाणी साठवू शकेल अशा गोष्टी फेकून द्याव्यात.तसेच हे सर्व वारंवार करत राहावे.

बाग स्वच्छ ठेवणे: बागेतील गवत शक्य तितके बारीक कापलेले असावे जरी इथे डास वाढत नसले तरी मोठ्या पूर्ण वाढ झालेल्या डासांना लपण्यासाठी ही उत्तम जागा असते. हेच डास पुढच्या डासांच्या पिढीला जन्म देणार आहेत,हे लक्षात घेऊन शक्यतो पेपरमिट ,लव्हेंडर, रोजमेरी, सिट्रोनेला, लिंबू, निलगिरी अशा पद्धतीची डासांना पळवून लावणारी झाडे लावावीत. जिथे पाणी साठवले जाते असे पाणी सतत बदलत राहावे.उदाहरणार्थ,जे डासांच्या अळ्याना खाऊन टाकतात असे गप्पी, कोई किंवा मिनो मासे हे बागेतल्या हौदात सोडायला हरकत नाही.

डासांचा नायनाट: जिथे डासांसाठी भरपूर पाण्याची जागा आहे अशा ठिकाणी डास मारण्याचे स्प्रे नियमित फवारणी करावे. शक्यतो फर्निचरच्या खाली, पडद्यांच्या पाठी आणि गॅरेज, कुंड्या तसेच जिथे दाट झाडी आहे अशा ठिकाणी नैसर्गिक डास पळवणार्या गोष्टी उपलब्ध असल्या तर त्यांचाही फवारा लिंबू ,निलगिरी सारख्या नैसर्गिक डासांपासून बचाव करणाऱ्या औषधांची देखील फवारणी करता येते.

शाळेमध्ये वैयक्तिक संरक्षण: हात आणि पाय पूर्ण झाकले जातील असा गणवेश असावा. जिथे मुले शाळेत जातील त्यांनी डास प्रतिबंधक औषधे अंगाला लावून जावे. पायामध्ये मोजे आणि बूट घालावेत, ज्याने पाय पूर्णपणे झाकले जातात.

डासांचे नियंत्रण: सर्व खिडक्यांना आणि दरवाजांना डासांची जाळी लावावी. कुठल्याही भागामध्ये ओलसर किंवा अंधारी जागा तयार होणार नाही याची काळजी घ्यावी. प्रत्येक शाळेच्या वर्गाचे पटांगण आणि ज्या ठिकाणी जास्त वावर आहे, अशा ठिकाणी फॉगिंग करावे.हे शाळेच्या सुट्टीच्या काळात करावे आणि संध्याकाळी उशिरा आणि पहाटे केल्यास डासांच्या उत्पत्तीची शक्यता जास्त असते. ज्या गोष्टीमध्ये पाणी साठू शकते,उदा- कंटेनर,टायर हे सर्व फेकून द्यावे. कुठल्याही प्रकारच्या कृत्रिम हौद आणि पाणी साठवण्याच्या जागा तयार करू नयेत आणि असल्यास अळ्या मारण्याचे औषध किंवा गप्पी मासे त्यात सोडावेत.

प्रश्न
७

आमच्या सोसायटीच्या आजुबाजुला
भरपूर डास आहेत.

आम्ही त्या बाबतीत काय करू शकतो?

डासांचे प्रमाण कमी करणे आणि त्याच्यामुळे होणारा त्रास कमी करणे हे दोन पद्धतीने करता येते. डास चावू नयेत ही सर्वात सोपी व गुणकारी पद्धत आहे. दुसरी पद्धत आहे डासांची उत्पत्ती होणारे सर्व स्रोत नष्ट करणे आणि मोठे डास मारणे.

फॉगिंग म्हणजे धूर करणे: हे मोठ्या परिसरातील डास मारण्याची एक अतिशय गुणकारी पद्धत आहे. मात्र ही थोडीशी धोकादायक मानली जाते.जेव्हा डासांच्या हालचालीचा जास्तीत जास्त वेळ असतो, (उदा:संध्याकाळी आणि पहाट) अशा वेळी ते काम करावे. यासाठी बाहेर मालाथायोन नावाचे औषध वापरले जाते.या पद्धतीच्या फवारणीमुळे त्याचा एक बारीक तुषारांचा ढग काही वेळासाठी हवेत राहतो. त्याचबरोबर काही नियम करून सोसायटीचे पाणी साठवणे, कचऱ्याची व्यवस्थित योग्य विल्हेवाट लावणे आणि खास करून जिथे नवीन इमारती बांधल्या जात आहेत, तिथे डासांची उत्पत्ती होणार नाही हे पाहिले पाहिजे.सर्व समाजाची जागरूकता आणि शिक्षण करणे गरजेचे आहे, ज्यामुळे डास वाढणार नाहीत आणि न वाढल्याने चावणार नाहीत.

प्रश्न
८

प्रतिबंधक मलम आणि अगरबत्त्या
या मुलांसाठी कितपत सुरक्षित आहेत?

लॅक्टिक ॲसिड,कार्बन डायऑक्साईड आणि घामातील इतर बाहेर फेकल्या जाणाऱ्या द्रव्यावर डास आकर्षित होतात आणि डास प्रतिबंधक मलमांमुळे ते टाळले जाते.डास प्रतिबंधक गोष्टींमध्ये हे महत्त्वाचे घटक असतात, ज्याच्यामुळे बाहेर डास चावत नाहीत. हे सर्व पदार्थ रासायनिक किंवा नैसर्गिक असू शकतात. रासायनिक घटकांमध्ये डिट (D E E T (diethyltoluamide), पिकार्डीन,परमेथरिन आणि पीएमडी (P-menthan 3, 8-diol, हे सिट्रोनेला चे एक सिंथेटिक स्वरूप) आहेत. नैसर्गिकता कडुनिंबाचे तेल, लेमन ग्रास, निलगिरी ह्या डास टाळणाऱ्या वनस्पती आहेत.याची योग्य ती तीव्रता किती वापरावी याबद्दल मतमतांतरे आहेत.मात्र लेबलवर ज्या सूचना दिल्या आहेत त्याचे योग्य ते पालन केल्यास काम होते.

लहान मुलांसाठी डस चावू नयेत यासाठी डस प्रतिबंधक औषधे कशी निवडावीत?

लहान मुलाला डस प्रतिबंधक औषध वापरताना तुम्हाला काळजीपूर्वक निर्णय घेणे गरजेचे आहे. कारण ते उपयुक्त आणि सुरक्षित हवं. डस प्रतिबंधक औषधे ही स्प्रे, पातळ औषधे, खडू, मलम आणि एरोसोल अशा पद्धतीने उपलब्ध असतात. काही रासायनिक आणि काही नैसर्गिक घटकांनी बनलेले असतात.

तक्ता १ वेगवेगळी डस प्रतिबंधक औषधे

नाव	योग्य मात्रा	कार्यकाल	विशेष काळजी
डिट	१०-३० %	२-५ तास अंदाजे	२ महिन्याखालील बाळाला वापरताना काळजी घ्या
पिकार्डीन	५-२०%	२०% मात्रा ८-१४ तास काम करते १०% मात्रा ५-१२ तास काम करते.	२ महिन्याखालील बाळाला वापरताना काळजी घ्या
आवश्यक तेले	काही वेळासाठी डस चावण्यापासून वाचवतील, पण डसजन्य आजारापासून वाचवू शकत नाहीत	पुन्हा पुन्हा लावावे लागते	योग्य मात्रेत किंवा योग्य पद्धतीने न लावल्यास अलर्जीचा त्रास होऊ शकतो, तेव्हा काळजीपूर्वक वापरावे
निलगिरी किंवा कडूनिम्बाचे तेल	१०% डिट प्रमाणे काम करते	६ तास संरक्षण देते	३ वर्षांपुढे सुरक्षित

तक्ता २: वेगवेगळ्या उपायांच्या सुरक्षिततेचा आढावा

प्रतिबंधक औषधे	फायदा	तोटा	विशेष काळजी	निर्धोकतेचा निर्वाळा
मच्छर दाणी	• घराबाहेर आणि घरातही सुरक्षित. • आरोग्याला सुरक्षित	• निगराणी राखावी लागते, छिद्र पडत नाहीत याची काळजी घ्यावी लागते. • डस आत शिरल्यास काही उपयोग नाही	सर्वात सुरक्षित	कॉटला नीट बांधा, बाळाच्या अंगावर कोसळणार नाही ह्याची काळजी घ्या.
मच्छर रॅकेट	• घराबाहेर आणि घरातही सुरक्षित. • आरोग्याला सुरक्षित	• स्वतःहाती वापरावी लागते. • प्रत्येक वेळी चार्ज करावी लागते	अतिशय सुरक्षित	लहान मुले खेळत नाहीत याची काळजी घ्या
मलमे, लोशन, रोल ओन कांड्या, वाइप आणि स्प्रे	• हिंडत्या फिरत्या मुलांसाठी सुरक्षित, घराबाहेर आणि घरातही सुरक्षित.	• पुन्हापुन्हा लावावे लागते. • त्वचेला ऍलर्जी येऊ शकते	तुलनेने सुरक्षित	• तक्ता क्र. १ पहा

Contd...

Contd..

प्रतिबंधक औषधे	फायदा	तोटा	विशेष काळजी	निर्धोकतेचा निर्वाळा
द्रव्य स्वरूपातील वाफारे, वड्या	मर्यादित जागेत वापर	आलेथ्रीन, परालेथ्रीन पर्मेश्रीन असल्याने कमी धोकादायक, आरोग्याला धोका असल्याचा कोणताही ठोस पुरावा नाही. वीज पुरवठा खंडित असताना वापर करता येत नाही	काळजीपूर्वक वापरल्यास सुरक्षित	<ul style="list-style-type: none"> बाळाला कोइल बंद केल्यावर खोलीत न्यावे मुलाच्या बिछान्यापासून लांब आणि डोस शिरण्याच्या जागी लावावे मुलांपासून दूर ठेवावे हे गिळल्यास बर्यापैकी गंभीर समस्या निर्माण होऊ शकते.
डोस प्रतिबंधक कॉईल	कमी जागेत आणि घराच्या आत खूप परिणामकारक	धुरामुळे श्वसनसंस्थेला त्रास होऊ शकतो. ज्यांच्या फुफुसांना आधी काही त्रास असल्यास गंभीर तक्रारी होऊ शकतात. धूर आरोग्याला हानिकारक आहे. आगीचा धोका आहे	सुरक्षित नाही	<ul style="list-style-type: none"> बंदिस्त खोलीत वापरू नये दरवाजा किंवा खिडकीजवळ वापरावी (जिथून डोस प्रवेश करतात) ज्वालाग्राही गोष्टींपासून लांबच ठेवा
कीटक नियंत्रण फवारे	अतिशय परिणामकारक मर्यादित जागेत	<ul style="list-style-type: none"> बाळांसाठी अजिबात चांगले नाही एँलर्जी येण्याची दाट शक्यता आणि श्वासाला त्रास होण्याची शक्यता 	सुरक्षित नाही	<ul style="list-style-type: none"> घरात आणि घराभोवती फवारणीच्या वेळी तुमच्या लहान बाळाला घरापासून दूर ठेवा फवारणी झाल्यावर दारे, खिडक्या उघडून सर्व वाफा घराबाहेर जातील याची खात्री करा. वास पूर्ण गेल्यावरच बाळाला घरी आणा

डोस प्रतिकारकाबाबत काय करावे? काय करू नये?

काय करावे?

- लिहिलेले लेबल नीट वाचून त्याचा वापर करावा.
- ज्या खोलीमध्ये हवा चांगली खेळती राहते अशा ठिकाणीच डोस प्रतिकारक फवार्यांचा वापर करावा.
- कुठल्याही प्रकारचे मलम मुलाला लावत असताना ते मोठ्या माणसांच्या देखरेखीखाली करावे. मुलांच्या हातात देऊ नये.
- प्रतिकारक फक्त उघड्या भागांवर वापरावे.
- प्रतिकारक वापरताना सुरुवातीच्या वेळी त्वचेच्या छोट्या भागाला लावून त्याची एँलर्जी येत नाही ना याची खात्री करावी.
- वापर करून झाल्यावर ज्याने त्याचा वापर केलाय त्याने हात स्वच्छ साबणाने धुवावेत.

काय करू नये?

- पीकार्दिन, डिटसारख्या गोष्टी तीन महिन्यांच्या खालील मुलांच्या जवळ वापरू नये, मच्छरदाणी हा त्यासाठी सर्वात उत्तम उपाय होय.
- चेहऱ्यावर तोंडाजवळ डोळ्याजवळ किंवा कुठलीही त्वचा फाटली असताना तिथे वापरू नयेत. हातावर वापरू नये कारण हात तोंडात घालण्याच्या सवयीमुळे हे पदार्थ शरीरात शिरू शकतात.
- वेगवेगळ्या कारणांसाठी दिलेली प्रॉडक्ट एकमेकांमध्ये मिसळून नयेत. जर एँलर्जीचा त्रास असेल तर ती टाळावीत. जेवण किंवा जिथे पुरेसा वायुवीजन नाही अशा ठिकाणी हे स्प्रे करू नयेत.

प्रश्न
१०

**मी आमच्या कुटुंबाला घेऊन डेंग्यू आणि
मलेरिया असलेल्या ठिकाणी जात आहे.
मी काय काळजी घ्यावी?**

प्रवासाला जाताना अतिशय गुणकारी डास प्रतिबंधक आणि मलम बरोबर बाळगावे. शक्य असल्यास मच्छरदाणी बरोबर न्यावी. मलेरिया होऊ नये यासाठी काही औषधे असतात ती तुमच्या बालरोगतज्ञांच्या सल्ल्याने बरोबर न्यावीत.

हे तुम्ही किती दिवसासाठी जात आहात, तिथला धोका किती आहे आणि तुम्ही कुठल्या भागात जात आहात ह्यावर अवलंबून असेल.

प्रवासा दरम्यान शक्यतो सर्व प्रयत्न करून डास चावणार नाहीत अशी काळजी घ्यावी. ज्या ठिकाणी राहाल अशा ठिकाणी खिडक्यांना पुरेशा जाळ्या असतील आणि पुरेसे एअर कंडिशनिंग केले असेल असे बघावे. जर शक्य नसेल तर खिडक्या दरवाजे व्यवस्थित बंद केलेली असावीत. मच्छरदाणीत झोपावे. शक्य असल्यास औषध लावलेली मच्छरदाणी असेल तर सर्वात उत्तम.

जर बाहेर झोपणार असाल तर पुरेसे गुणकारी डास प्रतिकारक आपल्या चेला वापरा. ते पुन्हा पुन्हा वापरायला हवे. तसेच समजा सन स्क्रीन वापरायची वेळ येत असेल तर सनस्क्रीन पहिले लावावे आणि वर डासांचे मलम लावावे. शक्यतो तोकडे कपडे, उदा : शॉर्ट्स, स्कर्ट्स बिन बाह्यांचे शर्ट घालू नयेत. फिक्या रंगाचे आणि पूर्ण हाताचे तसेच पूर्ण पाय झाकले जातील असे कपडे घालावेत.

खास करून तेव्हा, जेव्हा डास चावण्याची शक्यता जास्त आहे. लक्षात ठेवा पहाटे आणि संध्याकाळी अनोफेलास डास चावण्याची शक्यता जास्त असते आणि डेंग्यूचा डास दिवसा चावतो. प्रवासानंतर घरी आल्यानंतर देखील आपल्याला पुन्हा डास चावणार नाहीत याची काळजी घ्यावी, कारण तुमच्या भागातले डास तुमच्या शरीरामधील जंतू पसरवण्याची शक्यता आहे.