ওক্তা স্বাইন ইনফ্লুএঞ্জা নাবা

ডা: সরাংথেম জেস্মারাণী

স্বাইন ইনফ্লুএঞ্জা ময়াম্না স্বাইন ফ্লু হায়না খঙনরিবা লায়নাসি য়াম্না লৌনগনবা থবোন্থীগী লায়না মখল অমনি। স্বাইন ফ্লুসি ভাইরস মখল অমনা থোকহনবনি। য়াম্না কম্মন ওইবা সবটাইপ নৎত্রগা ষ্ট্রেনদি ইনফ্লুএঞ্জা ভাইরস টাইপ $A(H_1N_1)$ নি। মসিগী সবটাইপসিনা মীদসু লায়নাসি চেলহল্লি অদুনা হায়রিবা H_1N_1 স্বাইন ফ্লু ভাইরসসি H_1N_1 হ্যুমেন ভাইরস হায়নসু খঙনৈ। মথক্তা থল্লিবা ঐচ অমদি এন ময়েকসি ভাইরসকী মপান্থোংদা লৈবা প্রোটিন মখলনি মসিনা সবটাইপ খুদিংমক খেন্নবা লৈহল্লি। অতোপ্পা সবটাইপ ওক্তা ফংবা খরা হায়রগদি H_1N_2 অমদি H_3N_2 নি। ইনফ্লুএঞ্জা ভাইরসসি খঙহৌদনা মাগী জিন (মরূ) সি হোংদোক হোংজিন নাই। করিগুম্বা স্বাইন ফ্লুগী ভাইরসসি মীওইবদা ফংই হায়না লৌরগদি স্বাইন ইনফ্লুএঞ্জা ভাইরসকী মরুসি মাগী মশাগী পনুংদগী চোঙথোক্লে হায়না খঙনৈ। ভাইরসসিনা মরূ হোংদোকখ্রবনিনা মীওইবদা ইনফ্লু এঞ্জা লায়না থোকহনবা ঙম্মী। মরমদি মীওইবদি মশাগী ওইবা লায়নাসিদগী ঙাকথোকপা ঙম্বগী মপাঙ্গল লৈতবনিনা য়াম্না থুনা লায়নাসি চেনগল্লি। অসুম্না ওক্তসু হ্যুমেন ইনফ্লুএঞ্জা ভাইরস, এভিয়েন ইনফ্লুএঞ্জা ভাইরস অমদি স্বাইন ইনফ্লুএঞ্জা ভাইরসনা লায়না থোকহনবসু য়াই।

স্বাইন ফ্লু করম্না ওইহল্লকপগে:

- স্বাইন ফ্লু ২ লায়নাসি লায়না চেল্লবা ওক, য়েন, উচেকশিং অমদি সেবা তৌবিরিবা মীওইশিংদগী শন্দোরকই।
- মহীক য়াওরবা পোৎ চৈশিং অচা অথকশিংদগীসু শন্দোরকই।
- নীংথিনা পীজ-পীথক তৌরক্তবা
- ওকোনগী লৈমায় মতম পূন্নমক্তা চোৎলগা লৈবা
- য়াম্না ৱাবা/হকচাং চোকথরকপা
- অতোপ্পা বেক্টেরিয়ানা থোকহনবা লায়না য়াওশিল্লকপা
- নুংশিৎনা মহীক পুদুনা থোকহনবা

স্বাইন ফ্লুগী লায়ওং :

- স্বাইন ইনফ্লুএঞ্জা ভাইরসকী মপূং মরৈ ফাবগী মতমসি য়াম্না তেল্লি। য়ামদ্রবদা পুং ১২-৪৮ ফাওবনি। হায়রিবা ভাইরসসি মতম তেন্না হীংই (থা ৬ মুক)।

ওক্লাওদা থেংনবা লায়ওং খরা :

- থবোন্থীগী লায়না (ন্যুমোনিয়া)
- হকচাং অরুম হৌরকপা
- লোক খুবা
- মপীগী অহানবা থোক্লকপা শঙ্গোম হায়বদি কোলোষ্ট্রেম পীথক্লিঙৈদদি হায়রিবা লায়নাসি চঙবগী চাং য়াম্না নেম্মী।

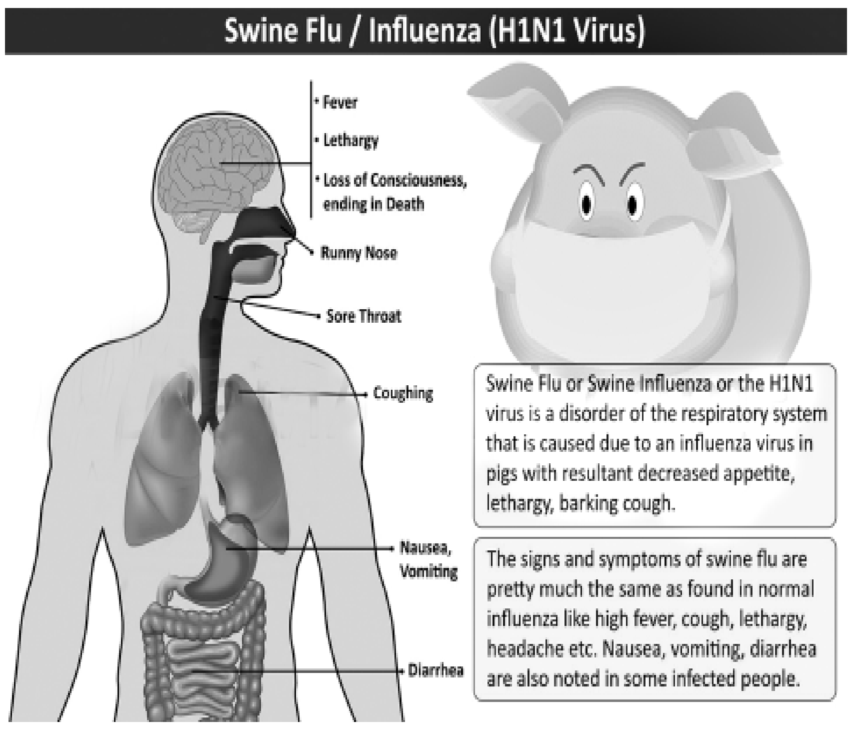
হাতমদা থেংনবা লায়ওং খরা :

- খঙহৌদনা তুথরক্তুনা খোঙ খূৎ তিংথোক্তুনা লৈবা, মথক্তা তুথবা
- স্বর শাংনা শাংনা অমদি ৱানা হোনবা
- শাথিনা লোক খুবা
- য়েংবদা য়াম্না চোকথবা, শিগদৌবা মানবা অদুবু হান্নগী থবোন্থীগী লায়না লৈত্রগদি মতম চানা লায়েংবিহৌরবদি তপ্না তপ্না কনখৎলকই।

ওক মপীদা থেংনবা লায়ওং খরা :

ওক পূন্না লৈমিন্নবা মফমদদি খঙহৌদনা য়াম্না থুনা লায়নাসি লায়ওং উৎলকই।

- লোক খুবা অমদি থবোন্থীগী লায়না (ন্যুমোনিয়া) লাক্তুনা মখোয় মশেল শন্দোরকই
- মশা য়াম্না শাগৎলক্তুনা মচা কায়বসু য়াওরকই
- মখোম খাইরবা মতুংদা অহানবা মচা লৌবা য়াবগী মতম শাংদোক্লকই
- হঞ্জিন হঞ্জিন হিট লাকপা থেংনগনি
- মচা পোকপা ঙমদবদগী মবুক মনুংদা শিদুনা লৈবা থেংনগনি
- করিগুম্বা মতমদা মতম শুদনা মচা পোকপা
- মচা পোকপা মতমদা মচা অমা পোক্লগা অতোপ্পা অমা অমুক পোকপগী মতমসি শাংদোকই, চানিং থক্লিংবা ৱাৎলকই।
- মতম চানা লায়েংবীহৌরগদি নুমিৎ ৭-১০ নি ফাওবগী মনুংদা হান্নগী ফীভমদা হঞ্জিল্লক্কনি।


Swine Flu / Influenza (H1N1 Virus)
Fever
Lethargy
Loss of Consciousness, ending in Death
Runny Nose
Sore Throat
Coughing
Nausea, Vomiting
Diarrhea

Swine Flu or Swine Influenza or the H1N1 virus is a disorder of the respiratory system that is caused due to an influenza virus in pigs with resultant decreased appetite, lethargy, barking cough.

The signs and symptoms of swine flu are pretty much the same as found in normal influenza like high fever, cough, lethargy, headache etc. Nausea, vomiting, diarrhea are also noted in some infected people.

স্বাইন ইনফ্লুএঞ্জাদগী করম্না ঙাকথোক্কনি :

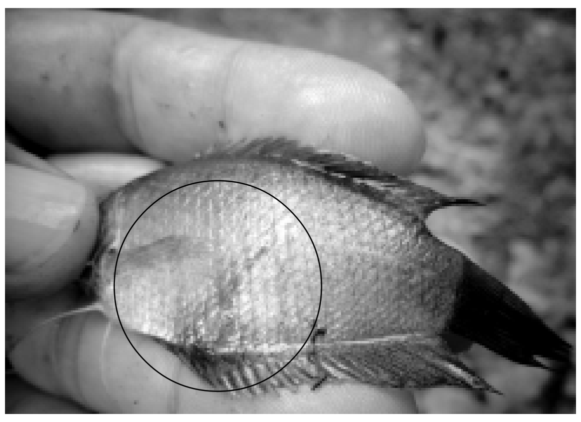
- স্বাইন ইনফ্লুএঞ্জা ভাইরসকী টিকা থাদোকপীবা
- ওকোন লূ-নান্না থম্বীদুনা কাং-হয়িংদগী অমদি অতোপ্পা মহীকশিংদগী ঙাকথোক্নবা দিসইনফেক্টেন শীজিন্নবা
- ওক্কী ফার্ম মনুংদা অতোপ্পা অনৌবা ওক অমা লাকপা মতমদা খক পূন্না থম্বীরোইদবনি। মতম খরা (নুমিৎ ২৫ নি মুক) তোঙান্না থম্বীরগা মওং মতৌ য়েংলবা তুংদা পূন্না থম্বীগনি
- মচিঞ্জাক পীজবদসু অথোঙবা মচিঞ্জাক ওইনা পীজবীগনি
- স্বাইন ফ্লু নাবা ওকশিংদা এন্টিবাইওটিক্স থাবগী কান্নবা লৈতে। অদুবু অতোপ্পা বেক্টেরিয়েল ন্যুমোনিয়া অমদি অতোপ্পা লায়না কয়াদগী ঙাকথোক্নবা এন্টিবাইওটিক্স শীজিন্নবদি দরকার লৈ।
- স্বাইন ফ্লুনা নাবা ওক মীওইবনা মুন্না থোঙলগদি চাবদা অকায়বা অমত্তা লৈতে। অদুবু নারিবা ওকসি শেম শারিবা মীওই অদুদি অকোয়বদা মহীকশিংসি শন্দোক্তুনা লৈবনা লায়না অসি নারক্লবগী অচৌবা মচাক অমা ওইহল্লি। মরমসিনা নাদুনা শিরিবা ওকশিংসি মফম চাবদা দিসইনফেক্টেন কয়া অমা শীজিন্নদুনা লায়না শন্দোরক্তনবা ফুম্বীবা/মৈ থাদোকপীবা তৌবীগনি।

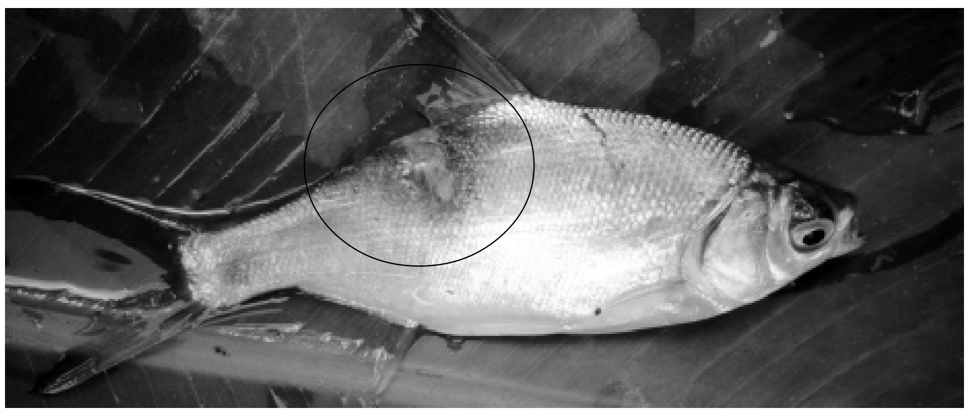
স্বঠইন ফিভরগা স্বাইন ইনফ্লুএঞ্জা লায়নাসি অয়াম্বনা চমম্নবা খরা খরা থোকপসু য়াওই। অদুবু লায়না অনীমক ভাইরসনা থোকহনবা ঙাক্তনি। অনীমক লাইহৌ হৌই। তৌবতবু স্বাইন ফিভরদদি লাইহৌ হৌবগী মথক্তা মথী শুংগৎলকই, মমিৎ ঙাংশিল্লকই অমদি অপাবা উনশা, মনা, মখৌ, মবুকনচিংবদা ঙাংলৈনবা নৎত্রগা মঙ্গ্রা মচুনা মতৎ মতৎ ফাওরকপদগী পাক্লা শন্দোরকই। অমরোমদনা স্বাইন ইনফ্লুএঞ্জা নাবা ওক্তনা লাইহৌ তৌবগী মথক্তা থবোন্থীগী লায়না ন্যুমোনিয়া, লোক খুবা অসিনচিংবসু য়াওরকই।

ঐখোয়না লায়নাসিদগী ঙাকথোক্নবা লূ-নান্না ওকোনশিংসি থম্বীগনি অমদি অফবা মখলগী মচিঞ্জাক পীজবীগনি। খ্বাইদগী মরুওইবদি টিকা থাদোকপীবা সিনি। মসি ওক লোইবীরিবা ইচিন ইনাওশিংনা কাউবীরোইদবনি।

ঈশিং ঈচাউনা হন্থরকপা মতমদা ঙাদা তোয়না নাগনবা লায়না অমদি ঙাকথোক্নবা উপাই খরা

ডা: য়ুম্নাম বেদজিৎ সিংহ





ঈশিং-ঈচাউনা থুমজিনলুরবা মতুংদা ঙাদা তোয়না নাগনবা লায়না খরদি : ১) অলসর : লায়না অসি বেক্টেরিয়ানা থোকহনবনি। করিগুম্বা লায়না অসিনা নারবদি ঙাগী মশাদা চাথৎপগুম্বা অতৎপা লৈগনি অমদি মসিগী অকোয়বদা লাইগুম্বা ঙৌরি ঙৌরি তৌবা থেংনগনি। লায়না অসিনা নারবা ঙাশিংদি ফাদোক্তুনা মাঙহনখিবনা ফৈ। লায়না অসিদগী ঙাকথোক্নবগীদমক্তদি পরি অমা পাকপা অদুগা মিটর অমা লুবা পুখ্রিদা পোটাসিয়ম পরমেনগনেট কিলোগ্রাম অমা চাইবিগনি নৎত্রগা টৈরামাইশিন মিলিগ্রাম ৭৫ দগী ৮০ মচিঞ্জাক কিলোগ্রাম অমগী চাংদা হাপ্পীদুনা নুমিৎ তরানি পীজবীগনি। খুদম ওইনা হায়রবদা করিগুম্বা পুখ্রি অমদা ঙা কিলোগ্রাম ১০০ লৈরবদি নোংমদা মচিঞ্জাক কিলোগ্রাম অমদি টৈরামাইশিন মিলিগ্রাম ২২৫-২৪০ হাপ্পীদুনা পীজগনি। অসুম্না নুমিৎ তরানি পীজবীগদবনি।

২) ফিন অমসুং টেল রোট : লায়না অসিসু বেক্টেরিয়ানা থোকহনবনি। লায়না অসিনা নারবা ঙাশিংগী মশাইগুপ অমসুং মমৈদা অঙৌবা পকপগুম্না নৎত্রগা চাথৎপগুম্না উগানি। হায়রিবা লায়না অসিদগী ঙাকথোক্নবগীদমক্তদি মথক্তা পনখ্রিবা অলসর লায়না ঙাকথোক্নবগী তৌবা থৌওংগা মান্ননা তৌবা য়াই।

৩) বেনকিয়োমাইকোসিস (গিল রোট) : লায়না অসি কোকফাইনা থোকহনবনি। লায়না অসিনা নারবা ঙাশিংগী গিলশিং অদু হঙ্গামপাল নৎত্রগা ব্রাউন মচু ওইরক্কনি। লায়না অসিদগী ঙাকথোক্নবগীদমক্তদি কুইক লাইম হায়বদি ফক্লাং শুনু চাইবদা শীজিন্নবা শুনু মখল অদু পরি অমা চাউবা অদুগা মিটর অমা লুবা পুখ্রিদা কিলোগ্রাম ৫০ দগী ৭৫ ফাওবা চাইবীগদবনি।

৪) ইপিজুতিক অলসরেটিব শিন্দ্রোম : লায়না অসি য়াম্না তোয়না থেংনগনবা অমদি য়াম্না লৌনগনবা লায়নানি। লায়না অসি কোকফাই মখল অমা অমদি মসিগা পুল্লগা থোকহনবনি। লায়না অসিনা নারবদি ঙাগী মশাদা চাথৎপগুম্বা থেংনগনি। তৌইগুম্বসুং নাইগুম্বদি থেংনরোই। লায়না অসিদগী ঙাকথোক্নবগীদমক্তদি সিফেক্স লিটর অমা পরি অমা পাকপা অদুগা মিটর অমা লুবা পুখ্রিদা চাইবীগদবনি। করিগুম্বা লায়না অসিনা খরা হেনজিনখিদুনা হিদাক অসি অমুক চাইবদা ফহৌদবা থোক্লবদি নুমিৎ কুননি শুবদা মমাঙদা চাইখ্রিবা অদুগা চপ মান্ননা অমুক চাইবীগদবনি।

ঈশিংগী ফিভম ফনা থম্নবা হীদাক খরা অমুক থমজগে।

১) শুনু চাইবা : শুনু অসি মখল অহুম থোক্লা খাইদোকপা য়াই। অহানবদা কেলসিয়ম কার্বোনেট , লাইমষ্টোন হায়রগসু খঙনবা শুনু মখল অসিনি। অনীশুবদা কুইক লাইম হায়বদি কেলসিয়ম ওক্সাইদ হায়রিবা শুনু মখল অসিনি। অহুমশুবদা $Ca(OH)_2$ হাইদ্রেটেদ নৎত্রগা স্লেক লাইম হায়না খঙনবা শুনু মখল কুইক লাইম হায়রিবা শুনু মখল অসিদি ঈশিংগা অহানবা থেংনবা মতমদা মৈশা পীথোরকই। মরম অদুনা মতম খরা ঈশিংদা তিংলবা মতুংদা মৈশা থোরকপা লোইরবা মতুংদা পুখ্রিদা চাইবিগদবনি। অতোপ্পা মখল অনী অসিদি ঈশিংদা তিংদ্রবসু পুখ্রিদা অদুমক চাইবা য়ারে।

মহীক মতাই হাৎপা অমদি খরা থুনা অশিনবদগী অয়াকপা ঈশিং ওইহনবদা কুইক লাইম হায়রিবা শুনু অসিনা হেন্না কান্নে। তৌইগুম্বসুং তুং কোয়না কান্নবদি অতোপ্পা মখল অনীদুনা হেল্লি। শুনু শীজিন্নবগী কান্নবশিং শম্লপ্না থমজগে।

১) নোংমগী মনুংদা থোকপা ঈশিং অমুক শিনবা অমদি অমুক য়াকপা মতমদা শুনুনা তপ্না তপ্না থোকহনবগী মথৌ তৌদুনা ঙাদা অকায়বা থোকহন্দে।

২) ঙাগী শরু শেম্বদা দরকার ওইবা কেলসিয়ম পীদুনা ঙাবু মশা ফহল্লি অমদি থুনা চাউহল্লি।

৩) অশিনবা লৈবাক লৈহাওবু অয়াকপদা পুরকই।

৪) প্লাৎতম হায়রিবা অপীকপা পাম্বী অমদি জীব কয়াগী দরকার ওইবা কেলসিয়ম পীদুনা ঙাগী মচিঞ্জাক ফজনা লৈহল্লি।

৫) অনৈবা ঈশিংদা য়াওবা পোৎশক কয়াবু ফাজিন্দুনা ঈশিং লুথহনবদা মতেং পাঙই।

৬) পুখ্রিগী ঈশিং অমদি লৈবাক লৈহাওদা ফোসফরস ফংহনবগী চাং হেনগৎহন্দুনা ঙাগী মচিঞ্জাক ফজনা লৈহল্লি।

৭) মহিক মতাই কয়া হাৎপদা নত্তনা ওর্গানিক মেটর কয়াবু থুগাইদুনা কান্নবা পোৎশক ওন্থোকপদা শুনুনা অচৌবা থৌদাং লৌই।

৮) ঈশিং লুহনবনা মরম ওইদুনা ঈশিং মনুংদা নুংশা মঙাল চঙবা ঙমলকই অমদি ফোটোসিন্থেসিস তৌবদা মতেং পাঙদুনা ঙাগী মচিঞ্জাক ফজনা লৈহল্লি।

শুনু শীজিন্নবীবা মতমদা কুইনা লাইম ওইরবদি কিলোগ্রাম ৩০০ পরি অমা চাউবা পুখ্রিদা চহী অমদা শীজিন্নবীগনি। করিগুম্বা অতোপ্পা মখল অনীদু ওইরবদি কিলোগ্রাম ১০০০ শীজিন্নগনি।

২) জিওলাইট শীজিন্নবা :

জিওলাইট হায়রিবা পোৎশক অসিসু ঈশিং ফহন্নবগীদমক ঙায়োক পুখ্রিদা শীজিন্নবদা য়াম্না কান্নে। জিওলাইট শীজিন্নবগী কান্নবশিং অদু অমুক থমজগে।

১) ঙাদা য়াওরিবা ঈগী হেমোগ্লোবিনগী চাং হেনগৎহন্দুনা ঙাগী ঈদা ওক্সিজেন য়াওহনবগী চাং হেনগৎহল্লি।

২) ঈশিংদা য়াওবা হু চেনবা পোৎশকশিং ফাজিন্দুনা অফবা ঈশিং ওইহল্লি অমদি ঙায়োকপগীদমক্তা য়াম্না চানবা ঈশিং ওইরকই।

৩) ঈশিংদা য়াওবা কান্নদবা এমোনিয়া লৌথোকখিবা ঙম্মী।

৪) লৈহাও কা হেন্না লৈমনখিবনা ঙা পূম্নমক শিবসু য়াই। তৌইগুম্বসুং জিওলাইট শীজিন্নরবদি মসিদগী ঙাকথোকপা ঙম্মী।

৫) ঈশিংগী অশিন অয়াক্কী চাংসু চাং অমদা থমদুনা ঙাদা য়াম্না কান্নবা পী।

৬) লায়না তীলনা কয়াদগী ঙাকথোকপা ঙম্মী।

৭) ঙা শিবগী চাং য়াম্না হন্থহল্লি। পরি অমা চাউবা, মিটর অমা লুবা পুখ্রিদা জিওলাইট কিলোগ্রাম ১৫ দগী ২০ ফাওবা শীজিন্নগদবনি।

৩) পোটাসিয়ম পরমেনগনেট শীজিন্নবা :

পোটাসিয়ম পরমেনগনেট হায়রিবা পোৎশক অসিসু ওক্সিজেন হেনগৎহন্নবা অমদি মহিক মতাই কয়া হাৎনবগীদমক শীজিন্নে। পরি অমা চাউবা অদুগা মিটর অমা লুবা পুখ্রিদা পোটাসিয়ম পরমেনগনেট কিলোগ্রাম অমদগী অনী ফাওবা চাইবিবা য়াই। চাইবিবা মতমদা ঈশিংদা থিৎলগা চাইবীগদবনি।

৪) ফিজিগ্রী শীজিন্নবা :

ঈশিং লুথহন্নবা ফিজিগ্রী শীজিন্নবা য়াই। তৌইগুম্বসুং ফিজিগ্রী অসি শীজিন্নবা মতমদা ঈশিং শিলহল্লি। মরম অদুনা হান্ননা শিন্দুনা লৈরবা অশিনবা ঈশিংদা ফিজিগ্রী অমুক শীজিন্নবদগী কা হেন্না শিনমনখিবনা ঙা পূম্নমক শিখিবসু য়াই। মরম অদুনা ফিজিগ্রী শীজিন্নবীগে হায়রবদি ঈশিংবু অয়াকপা ওইহন্নবা শুনুগা লোয়ননা শীজিন্নবীগদবনি।

৫) জিপসিয়ম শীজিন্নবা :

জিপসিয়ম অসিসু ঈশিং লুহন্নবা অমদি ঈশিং ফহন্নবা শীজিন্নে। হায়রিবা পোৎশক অসি শীজিন্নবা মতমদদি ঈশিংবু অশিনবসু ওইহন্দে অমদি অয়াকপসু ওইহন্দে। তৌইগুম্বসুং ফিজিগ্রী শীজিন্নবদগী শেল খরা হেন্না চঙই অমদি শীজিন্নবগী চাংসু খরা হেন্না শীজিন্নবা দরকার ওই। খুদম ওইনা হায়রবদা ফিজিগ্রী পরি অমদা কিলোগ্রাম ২০ দগী ২৫ ফাওবা শীজিন্নবা মতমদা জিপসিয়ম কিলোগ্রাম ১০০ দগী ৫০০ ফাওবা পরি অমা পাক চাউবা পুখ্রিদা শীজিন্নবা দরকার ওই।

৬) প্রোবাইওটিক্স শীজিন্নবা :

প্রোবাইওটিক্স হায়বসি ঐখোয় মীওইবদা কান্নবা পীবা হিংকুপশিং অদুবুনি। হায়রিবা হিংকুপশিং অসি অতোপ্পা জীবশিং হায়দি ঙাগুম্বদসু অসুক্কী মতিক কান্নবা পী। লায়না তীলনা থোকহনবা মহিকশিং হাৎতোকই, ওর্গানিক মেটরশিং অমদি অতোপ্পা কান্নদবা পোৎশকশিং থুগাইদুনা কান্নবা পোৎশক ওন্থোকপদা প্রোবাইওটিক্সনা অচৌবা থৌদাং লৌই। ইনজাইম কয়া পুথোক্তুনা চাখিবা পোৎশিং তুমহনবদসু প্রোবাইওটিক্সনা অচৌবা থৌদাং লৌই। হৌজিক হৌজিক প্রোবাইওটিক্স মখল কয়া কৈথেলদা ফংলি। হায়রিবা প্রোবাইওটিক্সশিং অসি শীজিন্নদুনা ঈশিং ফহনবদা নত্তনা ঙাগী ঙায়োকসু হেনগৎহনবা ঙমগনি।