

## डेंगीची व घबराटीची साथ

डॉ. अनंत फडके

anant.phadke@gmail.com

पावसाळ्यात अनेक ठिकाणी तापाच्या साथी येतात. पैकी डेंगीच्या साथीबरोबर घबराटीची व अनावश्यक तपासण्या, उपचार, खर्च याचीही साथ येते. खर तर वैद्यकीय विज्ञान व काही तज्ञ डॉक्टर्सचा अनुभव सांगतो की वेळेवर, नीट उपचार केले तर डेंगीचे ९९% रुग्ण बरे होऊ शकतात व बहुसंख्य रुग्ण कमी खर्चात बरे होऊ शकतात.

डेंगी हा विशिष्ट प्रकारच्या (एडीस इजिप्ताय) डायसामार्फत पसरणारा एक प्रकारचा विषाणू-ताप आहे. त्याचे दोन उप-प्रकार आहेत. साधा डेंगी व 'गुंतागुंतीचा डेंगी'. अचानक जोरदार ताप, तीव्र अंगदुखी, कंबरदुखी, डोळ्याच्या खोबणीत, त्या भोवती तीव्र दुखणे, खूप थकवा अशी डेंगीची खास लक्षणे साध्या डेंगीमध्ये काही रुग्णांमध्ये दिसतात. पण अनेकदा साधा डेंगी व इतर विषाणू-ताप यांच्या लक्षणांमध्ये फरक नसतो. त्यामुळे हा ताप डेंगीचा आहे असे निदान अनेकदा होत नाही. पण त्याने बिघडत नाही; डेंगीचे बहुसंख्य रुग्णही कुठलेही खास औषध न लागता ८-१० दिवसात बरे होतात. ताप, डोकेदुखी, अंगदुखी यावर पॅरासिटॅमॉलची एक ते दीड गोळी दिवसातून ३-४ वेळा गरजेप्रमाणे देणे व विश्रांती एवढेच सहसा पुरे असते. पण सुमारे १०% रुग्णांमध्ये 'गुंतागुंतीचा डेंगी' होऊन त्यापैकी काहींच्या जीवाला धोका होऊ शकतो व म्हणून घबराट पसरली आहे. शिवाय काही अज्ञानी, काही अधाशी डॉक्टर्समुळे तसेच काही अधीर रुग्णांच्या दबावामुळे अनेकदा फार वायफट खर्च होतो.

डेंगी पहिल्यांदाच झाल्यावर वर म्हटल्याप्रमाणे इतर साध्या तापापेक्षा वेगळे काही घडत नाही. डेंगी झाला आहे हे अनेकदा कळतही नाही. मात्र त्याच व्यक्तीला डेंगी परत, दुस-यांदा झाल्यास 'गुंतागुंतीचा डेंगी' होऊ शकतो कारण डेंगीचे हे दुस-या तापाचे विषाणू व डेंगीच्या पहिल्या तापात शरीरात तयार झालेल्या अँटिबॉडिज (प्रतिपिंडे) यांच्यातील संयोगामुळे दोन प्रकारचे दुष्परिणाम होतात. एक म्हणजे केशवाहिन्यांना जणू भोके पडून त्यातील रक्तातील प्लाझमा 'गळू' लागतो. त्यामुळे शरीराच्या आत शोष पडून रक्तदाब कमी होणे असे एका बाजूला तर पोटात, छातीत पाणी होणे दुस-या बाजूला अशी गुंतागुंत काही रुग्णांमध्ये होते. काहींमध्ये यकृत, मूत्रपिंड इ. ना अपाय होतो. ही गुंतागुंत तीव्र झाली तर गंभीर परिस्थिती होते. (डेंगी शॉक सिंड्रोम). दुसरे म्हणजे काही रुग्णांमध्ये रक्तातील प्लेटलेट्सचा (बिंबाणू) मोठ्या प्रमाणावर नाश होऊन प्लेटलेट्सचे प्रमाण कमी झाल्याने रक्तस्त्राव होऊ शकतो (हिमरेजिक डेंगी). मेंदू, फुफ्फुस इ नाजूक जागी थोडासा रक्तस्त्रावही धोकेदायक ठरू शकतो. मात्र सुमारे फक्त दहा टक्के रुग्णांमध्ये अशी गुंतागुंत होते. हे दुष्परिणाम/गुंतागुंत वेळेवर ओळखणे महत्वाचे असते.

## तपासण्या: कोणाचे, किती महत्व?

डेंगीची काही खास लक्षणे/चिन्हे यामुळे डॉक्टरला डेंगीची शंका येते. सोबत एन.एस.१ ही रक्त-तपासणी पहिल्या पाच दिवसात केली तर डेंगीचे पक्के निदान होते. पाचव्या दिवसानंतर दुस-या दोन रक्त-तपासण्यातूनही डेंगीचे नेमके निदान होते. या तपासण्यांसाठी प्रत्येकी सुमारे सहाशे रु. खर्च येतो. पण खर तर त्यांचा निष्कर्ष काहीही आला तरी डेंगीवर करायचे उपचार बदलत नाहीत. त्यामुळे तापाच्या सरसकट सर्व रुग्णांमध्ये या तपासण्या करण्यात अर्थ नाही. त्यापेक्षा 'हिमोग्राम' ही साधी रक्त-चाचणी जास्त उपयोगी आहे. त्यातून निरनिराळ्या गोष्टी कळल्यामुळे विषाणू-ताप, जीवाणू ताप व मलेरिया यापैकी काय आहे हे कळायला मदत होते. शिवाय 'हिमोग्राम' मध्ये आढळले की हिमोग्लोबिनचे प्रमाण वाढले आहे, तसेच रक्तातील प्लेटलेट्सची संख्या दर मिलीलीटर मागे १ लाखापेक्षा खाली गेली आहे तर 'गुंतागुंतीचा डेंगी' आहे असे म्हणता येते.

'गुंतागुंतीचा डेंगी' मध्ये सहसा तीन-चार दिवसात ताप उतरतो. पण नंतर अतिशय थकवा येतो. काहींमध्ये दम लागणे, नाडीचा, श्वसनाचा वेग वाढणे, रक्तदाब कमी होणे, ग्लानीत रहाणे अशी गुंतागुंत होऊ शकते. तसे झाल्यास इस्पितळात ठेवावे लागते; इतर तपासण्या कराव्या लागतात. उदा. उदरपोकळीत, छातीत पाणी होऊन दम लागल्यास सोनोग्राफी/क्ष-किरण चाचणी करावी लागते.

रक्त तपासणीतून प्लेटलेट्सवर लक्ष ठेवणे हेही महत्वाचे असते. निरोगी व्यक्तींमध्ये प्लेटलेट्सचे प्रमाण दर घनमिली-लिटर मागे ते दीड ते चार लाख असते. ते घसरल्यास एक-दोन दिवसाआड तपासावे लागते. एकदम १ लाखाच्या खाली गेले तर रोज प्लेटलेट्-काऊंट बघावा लागतो. सहसा सातव्या दिवसापासून प्लेटलेट्-काऊंट परत वाढू लागतो. वर दिलेली गंभीर लक्षणे नाहीत पण प्लेटलेट्-काऊंट २५००० पेक्षा कमी झाला तरी इस्पितळात दाखल व्हायला हवे. तो १०,००० च्या खाली घसरला तर सहसा नीलेतून प्लेटलेट्स द्याव्या लागतात.

प्लेटलेट्-काऊंट महत्वाचा असला तरी सर्व लक्ष फक्त प्लेटलेट्-काऊंट वर केंद्रित करणे चुकीचे आहे. एकतर वर दिलेली इतर गंभीर लक्षणे/चिन्हे आहेत का, 'डेंगी शॉक सिंड्रोम' कडे वाटचाल नाही ना तेही बघावे लागते. तसेच प्लेटलेट्-काऊंट १०,००० च्या खाली न घसरताही कातडी किंवा अंतस्त्वचा याखाली रक्तस्त्राव होणे किंवा शरीरांतर्गत रक्तस्त्राव झाल्यामुळे संडासला काळी होणे किंवा पोटात खूप दुखणे असा त्रास होऊ शकतो. असे झाल्यास इस्पितळात दाखल करावे लागते.

## बहुसंख्य रुग्णांमध्ये १५-२० रु.ची औषधे पुरतात !

डेंगीच्या बहुसंख्य रुग्णांमध्ये विश्रांती, भरपूर पाणी, द्रव पदार्थ घेणे आणि ताप, डोकेदुखी-अंगदुखी यावर पॅरासिटॅमॉलची एक ते दीड गोळी दिवसातून ३-४ वेळा गरजेप्रमाणे देणे एवढेच सहसा पुरे असते. त्यामुळे बहुसंख्य रुग्णांमध्ये १५-२० रु.ची औषधे पुरतात! पॅरासिटॅमॉल सोडून दुसरे कोणतेही वेदनाशामक, तापहारक औषध घेऊ नये. (कॉम्बीफ्लाम किंवा तत्सम गोळ्यांमुळे डेंगीच्या रुग्णांमध्ये रक्तस्त्राव होण्याची शक्यता वाढते.) अँटिबायोटिकचा उपयोग नसतो. काहीही केले तरी डेंगीचा ताप उतरायला ३-४ दिवस तरी लागतात, अनेकदा एक

आठवडा लागतो. नीलेतून पॅरसिटॅमॉल दिल्याने अधिक गुण येत नाही. १०२ डिग्री फॅ. च्या पुढे ताप चढला तर सर्व अंग ओल्या फडक्याने पुसून काढावे. त्यासाठी इस्पितळात ठेवायची गरज नसते. दर दोन तासांनी लघवी होईल इतके पाणी सतत प्यायला हवे. वर नमूद केलेली गंभीर लक्षणे/चिन्हे आढळली तर मात्र इस्पितळात दाखल व्हायला हवे. गुंतागुंतीचा डेंगी झाला तरी तेही बहुसंख्य रुग्ण ८-१० दिवसात बरे होतात. डेंगीचे रक्ततपासणीतून पक्के निदान झाले असेल तर ताप असेपर्यंत रुग्णाने मच्छरदाणीत राहिले पाहिजे कारण ताप असेपर्यंत रुग्णाच्या रक्तात डेंगीचे विषाणू असतात. डासांमार्फत इतरांना त्याची लागण होऊ शकते.

डेंगीच्या अनेक रुग्णांना खूप अशक्तपणा येतो. पण भरपूर पाणी, द्रवपदार्थ व विश्रांती यामुळे काही दिवसांनी तो जातो. काही डॉक्टर्स अशा रुग्णांना सलाईन लावतात. काही रुग्ण, आप्तेष्ट यांचा तसा दबाव असतो. खर तर सलाईन म्हणजे फक्त निर्जंतुक मिठाचे पाणी असल्याने त्याने अशक्तपणा जात नाही. पण सलाईनने अशक्तपणा जातो या गैरसमजाचा काही डॉक्टर्स गैरफायदा घेऊन पैसे कमावतात. तसेच अधीर झालेल्या 'वजनदार' आप्तेष्टांचा दबाव, विमा-कंपन्यांचा कारभार यामुळेही काही डॉक्टर्स गरज नसतांना सलाईन लावतात. रक्तदाब कमी होणे अशी गंभीर लक्षणे/चिन्हे आढळली तर मात्र सलाईनची गरज असते. हे सर्व शास्त्र गुंडाळून डेंगीची शंका आली की बहुतांश डॉक्टर्स डेंगीचे नेमके निदान करण्यासाठी ६०० रु. खर्च करून दोन तपासण्या करायला सांगतात. तसेच अनेकदा सलाईन देणे, रुग्णाला उगाच हॉस्पिटलमध्ये, आयसीयु मध्ये दाखल करणे इत्यादी प्रकार करतात. साध्या डेंगीमध्ये फारतर चारशे-पाचशे रुपयापेक्षा जास्त खर्च यायला नको. पण प्रत्यक्षात अनेक डॉक्टर्सकडे रुग्णांचे हजारो रुपये खर्च होतात.

हेही लक्षात घेतले पाहिजे की डेंगी या आजारामध्ये प्लेटलेट्-काऊंट कमी झाला तरी आठ दिवसांनी तो परत पूर्ववत होतो. पपईच्या पानाचा रस किंवा इतर कोणतेही औषध न घेता प्लेटलेट् ची संख्या आपोआप पूर्ववत होतो. कोणतेही औषध त्यासाठी न घेता लाखो लोक बरे झाले आहेत.

### डेंगीच्या प्रसारबाबतही गैरसमजच फार

डास साचलेल्या पाण्यात होतात. झाडी-झुडुपात ते वास्तव्य करतात एवढेच. डेंगीच्या डासांचे वैशिष्ट्य म्हणजे ते साचलेल्या स्वच्छ: पाण्यात होतात, घरांमध्ये राहतात व दिवसा चावतात. शाळेत, ऑफिस इ. ठिकाणी डास चावत असतील तर तिथे डासांचा बंदोबस्त करायला हवा. जादा काळजी म्हणून दिवसा पायमोजे घालावे. घरातील कुंड्या, फ्रीजच्या खालील ट्रे, फुलदाणी, एअर-कंडीशनर, तसेच उघड्यावरील टायर, फुटके डबे, कौले, करवंट्या, गच्चीवर पाणी साठण्याच्या जागा, झाकण उघडे राहिलेल्या पाण्याच्या टाक्या, इत्यादीत पाणी साठल्यास तिथे डेंगीचे डास होतात. हे सर्व टाळायला हवे. घरातील पाण्याची पिपे आठवड्यातून एकदा पालथी करून पूर्ण रिकामी करून धुवायला हवी.

डेंगीचे डास झाल्याबद्दल पालिकेला दोषी ठरवणे योग्य नाही. डेंगीचे डास घरात, घराभोवती होतात. त्यामुळे त्यांचा बंदोबस्त नागरिकांनीच करायला हवा. सर्व डॉक्टर्सनी, आप्तेष्टांनी डेंगीच्या रुग्णांबाबत

नगरपालिकेला कळवले पाहिजे. म्हणजे डेंगी झालेल्यांच्या व त्यांच्या शेजारच्यांच्या घरात, डास-नाशकाची फवारणी करणे, त्या परिसरातील डास होण्याच्या जागा बंद करायला लावणे, हे काम पालिका करू शकेल. योग्य आरोग्य-शिक्षण जोरदारपणे करणे हेही पालिकेचे काम आहे. डेंगीचे डास घरात असल्यामुळे घराबाहेर फॉगिंग करणे निरर्थक आहे.

डेंगीबाबत घबराट आहे. त्याचा काही डॉक्टर्स गैरफायदा घेत आहेत. हे सर्व थांबण्यासाठी याबाबतची समाजाची मानसिकता बदलायला हवी. डेंगीत १%च रुग्ण दगावतात हे लक्षात घेउन पत्रकारांनीही अकारण घबराट पसरणार नाही असे वृत्तांकन करायला हवे.

\*\*\*\*\*