आरोग्य विभाग जिल्हा परिषद कोल्हापूर मार्फत जनहितार्थ माहिती सादर

नागरिकांसाठी आजारांबद्दल मराठीत माहिती २०२५

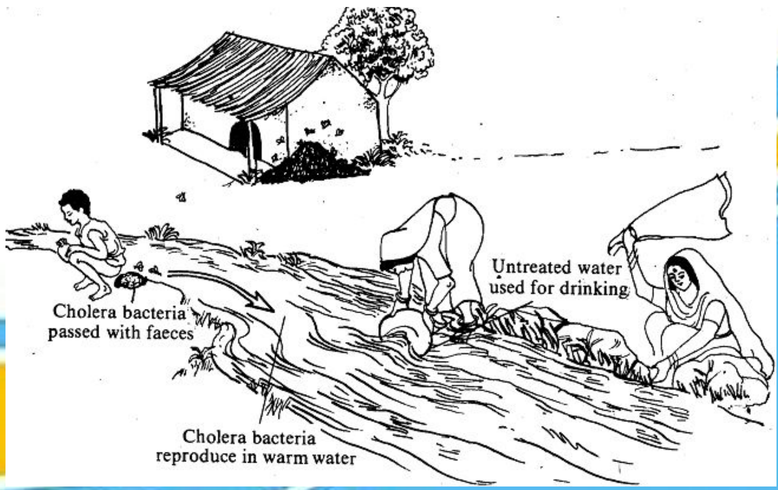
श्री. प्रकाश आबिटकर
माननीय मंत्री, सार्वजनिक आरोग्य आणि कुटुंब कल्याण महाराष्ट्र राज्य

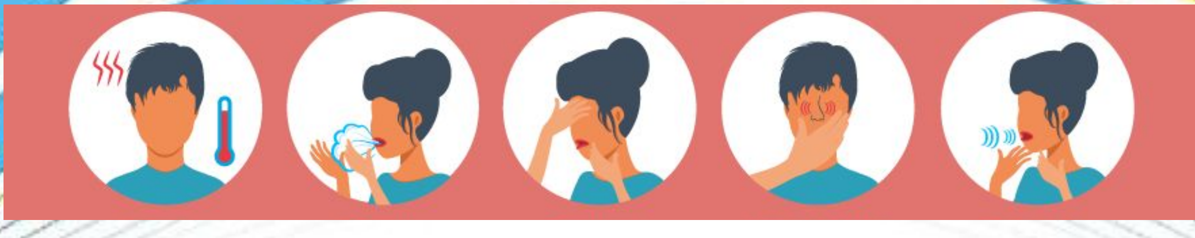
जलजन्य आजारांबद्दल माहिती

पाण्यामुळे होणारे आजार म्हणजे दूषित पाण्याद्वारे पसरणारे रोग. हे आजार विशेषतः पावसाळ्यात अधिक प्रमाणात दिसून येतात. खाली काही सामान्य प्रश्न आणि त्यांच्या उत्तरांची माहिती दिली आहे:

जलजन्य आजार म्हणजे काय ?

दूषित पाणी किंवा अन्नाच्या सेवनामुळे होणारे आजार. यामध्ये कॉलरा , टायफॉइड , कावीळ , डायरिया , आमांश , जिआर्डियासिस यांचा समावेश होतो.





? लक्षणे कोणती असतात ?

उत्तर: - अतिसार (पाण्यासारखा किंवा रक्ताळलेला)

- मळमळ, उलट्या

- ताप, थकवा

- पोटदुखी

- त्वचा किंवा डोळे पिवळसर होणे (कावीळ).

? हे आजार कसे पसरतात ?

उत्तर: दूषित पाणी पिणे , अशुद्ध अन्न खाणे , स्वच्छतेचा अभाव, आणि संक्रमित व्यक्तीच्या संपर्कात आल्याने.

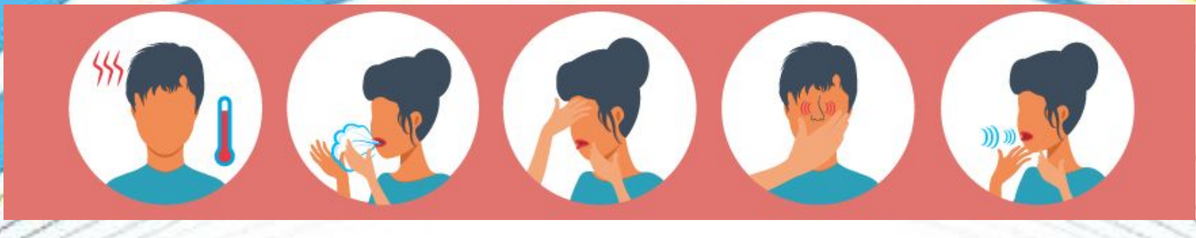
? टाळण्यासाठी काय करावे ?

उत्तर: - फक्त उकळलेले किंवा फिल्टर केलेले पाणी प्या

- जेवणापूर्वी आणि शौचालयानंतर हात धुवा

- फळे-भाज्या स्वच्छ धुवा

- लसीकरण करून घ्या (टायफॉइड , हिपॅटायटीस A).



❓ उपचार काय असतात ?

उत्तर: - ओरल रिहायड्रेशन सोल्यूशन (ORS)

- प्रतिजैविक (Antibiotics) – कॉलरा, टायफॉइडसाठी

- अँटीपॅरासायटिक औषधे - जिआर्डियासिससाठी

- पुरेशी विश्रांती आणि पोषण.

❓ कधी डॉक्टरांकडे जावे ?

उत्तर: - लक्षणे २ दिवसांपेक्षा जास्त टिकल्यास

- मलात रक्त आल्यास
- तीव्र डिहायड्रेशन दिसल्यास
- लहान मुले, वृद्ध, किंवा गर्भवती महिलांमध्ये लक्षणे दिसल्यास.

उपचारासाठी नजीकच्या शासकीय आरोग्य संस्थेशी संपर्क साधावा.
आपत्कालीन परिस्थितीत १०८ रुग्ण वाहिकेची मदत घ्यावी.

आरोग्य विभाग जिल्हा परिषद कोल्हापूर मार्फत जनहितार्थ माहिती सादर

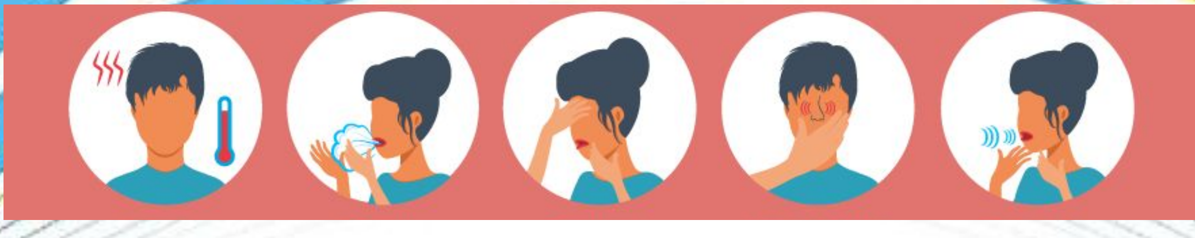
नागरिकांसाठी आजारांबद्दल मराठीत माहिती २०२५

अतिसार व आमांश बद्दल माहिती

पाण्यामुळे होणारे आजार म्हणजे दूषित पाण्याद्वारे पसरणारे रोग. हे आजार विशेषतः पावसाळ्यात अधिक प्रमाणात दिसून येतात. खाली काही सामान्य प्रश्न आणि त्यांच्या उत्तरांची माहिती दिली आहे:

अतिसार व आमांश म्हणजे काय?

वारंवार पातळ शौचास होणे. पोटात मुरडा, मळमळ, उलट्या, अशक्तपणा जाणवणे. शरीरातील पाणी कमी होऊन डिहायड्रेशनचा धोका.



❓ आमांश म्हणजे काय?

उत्तर:
- शौचासोबत रक्त व आव पडणे.
- पोटात तीव्र वेदना, ताप, मळमळ.
- बहुतेक वेळा शिगेला किंवा अमीबामुळे होतो.

🦠 कारणे:

उत्तर:
- दूषित अन्न व पाणी.
- अपुरी स्वच्छता.
- बॅक्टेरिया, विषाणू किंवा परजीवींचा संसर्ग.

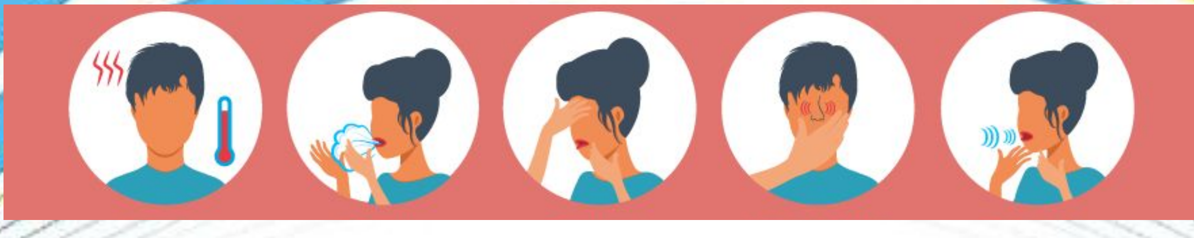
⚠️ लक्षणे:

अतिसार | आमांश

| पातळ शौच | रक्तयुक्त शौच

| मळमळ, उलट्या | ताप, पोटदुखी

| डिहायड्रेशन | आव पडणे, अशक्तपणा



प्रतिबंध :

उत्तर:
- उकळलेले व थंड केलेले पाणी प्यावे.
- जेवणापूर्वी व शौचानंतर हात धुणे.
- स्वच्छता राखणे.
- रोटाव्हायरस लसीकरण (बालकांसाठी).

घरगुती उपाय :

उत्तर:
- ORS द्रावण : 1 लिटर पाण्यात 6 चमचे साखर + ½ चमचा मीठ.
- केळी, तांदूळ, टोस्ट, सफरचंद यांचा आहारात समावेश.
- मसालेदार , तळलेले, शिळे अन्न टाळा.

डॉक्टरांकडे कधी जावे?

उत्तर:
- शौचात रक्त पडत असल्यास.
- दोन दिवसांपेक्षा जास्त अतिसार टिकल्यास.
- उलट्या, ताप, डिहायड्रेशनची लक्षणे दिसल्यास.

उपचारासाठी नजीकच्या शासकीय आरोग्य संस्थेशी संपर्क साधावा
आपत्कालीन परिस्थितीत १०८ रुग्ण वाहिकेची मदत घ्यावी.