



মাথার উকুন সম্পর্কিত তথ্য

এগুলো কি?

- মাথার উকুন ছয় পা বিশিষ্ট একরকম ক্ষুদ্র পোকা যা সাইজে তিলের দানার (বার্গারের বান রুটিতে যে দানা থাকে) মত।
- এগুলো মাথার খুলির চামড়ায় অথবা তার খুব কাছে থাকে এবং বেশিষ্কণ চুলের গোড়া থেকে শীর্ষের দিকে দূরে যায় না।
- এগুলো মানুষের উপর বেঁচে থাকে; অন্য প্রাণীতে এগুলো পাওয়া যায় না।
- উকুনের ডিম (নিটস) এবং উকুন এক জিনিস নয় উকুন এক ধরনের পোকা যা মাথায় ঘুরে বেড়ায়। নিটস হলো উকুনের ডিমের খোসা, যা উকুন থেকে হয়, এবং চুলের গোড়ায় লেগে থাকে; এগুলো পিনের মাথা থেকে ছোট এবং মুক্তার মত সাদা।
- আপনার নিটস আছে বলেই উকুন আছে সবসময় তা বোঝায় না। আপনি উকুনমুক্ত হলেও, বড় না হওয়া পর্যন্ত আপনার চুলে নিটস লেগে থাকতে পারে।
- আপনার মাথায় উকুন আছে তখনই বলা হবে যখন আপনার মাথার খুলির চামড়ায় জীবন্ত, হেঁটে বেড়ানো উকুন (নিটস নয়) পাওয়া যাবে।
- যে কারো মাথায় উকুন থাকতে পারে।
- মাথার উকুনের সংক্রমণ বাড়ি বা কম্যুনিটিতে কোন ঘনিষ্ঠ পারিবারিক সদস্য এবং বন্ধুবান্ধব থেকে হতে পারে, স্কুল থেকে নয়।
- মাথা থেকে মাথার সরাসরি সংস্পর্শে উকুন ছড়ায়। এ এসব পোকা সাঁতার কাটতে, উড়তে, লাফ বা ঝাঁপ দিতে পারে না।

প্রতিকার - আপনি কি এদেরকে রোধ করতে পারেন?

- সংক্রমণ বন্ধ করার শ্রেষ্ঠ উপায় পরিবারের সবার মাথা কীভাবে পরীক্ষা করতে হয়, তা শেখা। এভাবে তারা উকুন প্রজননের আগেই জানবে উকুন আছে কিনা।
- সন্তানদেরকে টুপি, চিরুনি, ব্রাশ ইত্যাদি বিনিময় থেকে বিরত রাখুন।
- সংক্রমিত ব্যক্তির সবকিছু যেমন বিছানাপত্র, তোয়ালে, এবং জামা-কাপড় সাবান এবং গরম পানি দিয়ে ধোয়া উচিত এবং কমপক্ষে ২০ মিনিটের মত ড্রায়ারে শুকানো দরকার যাতে বাকি উকুন মরে যায়। ড্রাই ক্লিন আবশ্যিক কাপড়গুলোকে ড্রাই-ক্লিনিং-এ দিতে হবে। সংক্রমিত ব্যক্তির স্টাফড খেলনাগুলোকে একটি প্লাস্টিক ব্যাগে ভরে সেটি বন্ধ করে ১০ দিনের জন্য আলাদা করে রাখুন যাতে উকুনগুলো না খেতে পেয়ে মরে যায়। চিরুনি অথবা চুলের ব্রাশগুলো ফেলে দিন অথবা উকুন মারার মেডিকেটেড শ্যাম্পুতে ডুবিয়ে রাখুন। চুল ব্যবহারের অন্য যেকোন জিনিসপত্র, যেমন চুলের ইলাস্টিক এবং রিবন, ফেলে দিন। ভালোভাবে কার্পেট এবং গদিওয়ালা আসবাবপত্র ভ্যাকুয়াম করুন।
- পোষা প্রাণীদের মাথার এবং শরীরের উকুন সংক্রমিত হয় না, সুতরাং এ নিয়ে সাবধানতার প্রয়োজন নেই।

স্কুলে পুনরায় ফেরা

- চিকিৎসার পরের দিন নির্ধারিত স্কুল কর্মকর্তার পুনর্মূল্যায়নে শিক্ষার্থীর মাথায় উকুন না পাওয়া গেলে সে স্কুলে ফিরতে পারে।
- শিক্ষার্থীর মাথায় আর কোন উকুন নেই, সে বিষয়টি নিশ্চিত করতে প্রাথমিক চিকিৎসার ১৪ দিন পরে নির্ধারিত স্কুল কর্মকর্তা শিক্ষার্থীকে আবার মূল্যায়ন করবেন।
- কোন শিক্ষার্থীর মাথায় জীবিত উকুন পেলে তাকে স্কুল থেকে বের করে দেয়া হবে।
- সন্তানের মাথার উকুন দূর করতে সমস্যা হলে আপনার স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারীর সাথে যোগাযোগ করুন।