আপনি কি মনে করেন আপনার হাম হয়েছে?

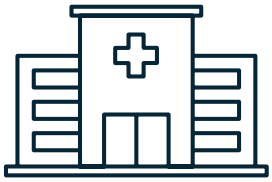
যদি আপনার মনে হয় আপনার হাম হয়েছে তাহলে কী করবেন

হাম সাধারণত জ্বর, কাশি, নাক দিয়ে জল পড়া এবং চোখ লাল হয়ে শুরু হয় যার ফলে ফুসকুড়ি দেখা দেয়। আপনার পরিবারের কারো হামের লক্ষণ থাকলে:

অসুস্থ নন এমন **পরিবারের সদস্যদের থেকে দূরে থাকুন**।

আপনার প্রতিবেশী বা বাড়ির বাইরের লোকেরা যাতে অসুস্থ না হন **সেজন্য বাড়ির সকলের বাড়িতে থাকা উচিৎ**।

আপনার বাড়িতে কেউ হামে আক্রান্ত কিনা তা জানাতে **অবিলম্বে একজন ডাক্তারকে বা হাসপাতালে ফোন করুন**। তারা আপনাকে নির্দেশ দেবে।



কখন জরুরি কক্ষে যেতে হবে

যদি অসুস্থ ব্যক্তির শরীর দ্রুত খারাপ হয়ে যায় অথবা তার মধ্যে নিচের কোনো লক্ষণ দেখা দেয় তাহলে তাকে অবিলম্বে হাসপাতালের জরুরি বিভাগে নিয়ে যান।

অপেক্ষা করবেন না।

শ্বাস নিতে সমস্যা
(অথবা স্বাভাবিকের চেয়ে দ্রুত শ্বাস নেওয়া)

শ্বাস নেওয়ার সময় বা কাশি হওয়ার সময় ব্যথা

ডিহাইড্রেশন
(শুষ্ক নাক ও মুখ, কম প্রস্রাব করা, চোখের জল না ফেলে কান্না)

জ্বর বা মাথাব্যথা না থামা

বিভ্রান্তি, সতর্কতা হ্রাস, অথবা তীব্র দুর্বলতা

মুখের চারপাশে নীল রঙ, কম শক্তি, অথবা খাওয়াতে অসুবিধা
(ছোট বাচ্চাদের জন্য)

আপনি পৌঁছানোর আগে কাউকে কল করে রাখুন।
হাসপাতালকে জানান যে হামে আক্রান্ত একজন ব্যক্তি আসছেন।