مسئوولیت متن و شکل بدوش نویسندهٔ مضمون میباشد، عقیدهٔ نویسنده لزوماً نظر افغان جرمن آنلاین نمی باشد

ډاکټر ش میره کی

۲۰۲۶/۱۱/۰۵

ډینګي تبه (Dengue Fever) څهډول ناروغي ده؟

ډینګي یوه ویروسي ناروغي ده چې د ماشو د چیچلو له لارې انسان ته انتقالیږي. دا ناروغي په تودو او نیمهتودو سیمو کې ډېره لیدل کېږي او په ځینو ناروغانو کې د شدیدې وینيبهېدنې، د بدن د اوبو او مایعاتو د کمښت او د غړو د زیان سبب کېدای شي.



۱. تعریف (Definition) :
ډینګي (Dengue) یوه حاده ویروسي ناروغي ده چې د ډینګي ویروس له امله رامنځته کېږي او تر ډېره د اخته *Aedes* ماشي په چیچلو انسان ته انتقالیږي.

د دې ناروغۍ مهمې علمي اصطلاحات:
Dengue Fever — ډینګي تبه: د ویروس له امله رامنځته شوې تبه او نورې نښې.
Dengue Virus (DENV) — د ډینګي ویروس: د ناروغۍ اصلي لامل.
Severe Dengue — شدیده ډینګي: د ناروغۍ خطرناکه بڼه چې د شدیدې وینيبهېدنې، د وینې د دوران د خرابېدو یا د مهمو غړو د زیان لامل کېدای شي.
د ډینګي ویروس څلور اصلي ډولونه لري:

افغان جرمن آنلاین په درنښت تاسو همکارۍ ته رابولي. په دغه پته له موږ سره اړیکه ټینګه کړئ maqalat@afghan-german.de
یادونه: دلیکنې د لیکنیزې بڼې پازوالي د لیکوال په غاړه ده ، هیله من یو خپله لیکنه له رالیږلو مخکې په ځیر و لولئ

لاتين نوم پښتو تشريح
DENV-1 د ډينګي ويروس لومړی ډول
DENV-2 د ډينګي ويروس دويم ډول
DENV-3 د ډينګي ويروس درېيم ډول
DENV-4 د ډينګي ويروس څلورم ډول

له يوه ډول څخه تر ناروغېدو وروسته هم انسان د نورو ډولونو پر وړاندې بشپړ او دايمي خوندیتوب نه ترلاسه کوي.
په ځانګړي ډول، په دويم ځل د بل ډول ويروس انتان د شديدي ډينګي خطر زياتولی شي.

۲. د ناروغۍ لاملونه (Causes — لاملونه) :
د ډينګي مستقيم لامل د Dengue virus (DENV) — د ډينګي ويروس دی.
ويروس څنګه انتقالېږي؟

۱ : اخته ماشي

ماشي د ډينګي په ويروس اخته کس وچيچي او ويروس ترلاسه کوي.

۲ : بل انسان ته انتقال
له مناسب وخت وروسته اخته ماشي بل انسان وچيچي او ويروس وانتقالوي.

۳ : د ناروغۍ ځرګندېدل
د عفونت له ترلاسه کولو وروسته عموماً د ۴–۱۰ ورځو په موده کې نښې ځرګندېږي.

مهم انتقالوونکي ماشي :
— *Aedes aegypti* ايډېس ايجيپتای؛ د ډينګي يو مهم انتقالوونکی ماشه.
— *Aedes albopictus* ايډېس البوپيکتوس؛ د ډينګي بل انتقالوونکی ماشه.
دا ماشي په ډېرو مواردو کې د ورځې پر مهال هم چيچل کوي او د کورونو شاوخوا په ولاړو اوبو کې نسل زياتوي.

يادونه:
ډينګي عموماً د عادي لاس ورکولو، غېږ ورکولو يا يو ځای کېناستو له لارې نه انتقالېږي.
۳. د ډينګي نښې نښانې (Signs and Symptoms — نښې) :
د ناروغۍ نښې معمولاً د ويروس له انتقال څخه ۴–۱۰ ورځې وروسته ځرګندېږي. د ناروغۍ نښې عموماً له ۲ تر ۷ ورځو دوام کوي، خو ځينې ناروغان هېڅ نښې نه لري.
الف: عامې نښې
High fever — لوړه تبه: تبه کله ناکله تر ۴۰ درجې سانتي‌ګراد پورې رسېږي.
Severe headache — شديد سر درد: د سر سخت درد.
Retro-orbital pain — د سترګو شاته درد: د سترګو تر شا درد.
Myalgia — د عضلاتو درد: د بدن او عضلاتو درد.
Arthralgia — د بندونو درد: د مفصلونو درد.
Nausea — زړه بدوالی.
Vomiting — کانګې کول.
Skin rash — د پوستکي داني يا سوروالی.
Fatigue — ستړيا او کمزوري.
Loss of appetite — د اشتها کمېدل.
Lymphadenopathy — د لمفاوي غدو پرسوب.
ب: د خطر نښې (Warning Signs — د خبرداري نښې)
که لاندې نښې ځرګندې شي، ناروغ بايد ژر تر ژره روغتون ته يوړل شي:
Severe abdominal pain — د نس شديد درد.
Persistent vomiting — پرله‌پسې کانګې.

افغان جرمن آنلاين په درنښت تاسو همکارۍ ته رابولي. په دغه پته له موږ سره اړيکه ټينګه کړئ maqalat@afghan-german.de
يادونه: دليکنې د ليکنيزې بڼې پازوالي د ليکوال په غاړه ده ، هيله من يو خپله ليکنه له راليږلو مخکې په ځير و لولئ

— Bleeding gumsد اوورېو وينه کېدل.
— Epistaxisله پوزې وينه راتلل.
Hematemesis — په کانګو کې وينه.
Melena — تور، قير ته ورته غايطه مواد، چې د هاضمې له لارې د وينې بهېدنې نښه کېدای شي.
Lethargy — غيرعادي سستي او بې‌حالي.
Restlessness — بې‌قراري.
Rapid breathing — چټک تنفس.
Cold and clammy skin — سړه او خولەناکه پوستکی.
Reduced urine output — د ادرار کمېدل.

ډېره مهمه خبره:
د تبې په کمېدو سره تل دا معنا نه لري چې ناروغ جوړ شوی دی. د ډينګي خطرناکه مرحله ډېر ځله د تبې له کمېدو وروسته، په راتلونکو ۲۴–۴۸ ساعتونو کې، پيلېږي.

۴. د ډينګي اختلاطات (Complications — اختلاطات):
که ناروغي شديده شي او پر وخت درملنه ونه شي، لاندې اختلاطات رامنځته کولای شي:
۱. Plasma leakage — د وينې له رګونو څخه د پلازما وتل
د وينې مايع برخې له کوچنيو رګونو څخه شاوخوا نسجونو ته وځي، چې د بدن د وينې د دوران د خرابېدو لامل کېدای شي.

۲ — Hypovolemic shock .د وينې د مؤثر حجم د کمېدو شوک
د رګونو له لارې د مايعاتو د ضايع کېدو له امله د وينې فشار ټيټېږي او مهمو غړو ته کافي وينه نه رسېږي.
۳. Thrombocytopenia — د وينې د پليټليټونو کمښت
د پليټليټونو کمېدل د وينې بهېدنې له خطر سره تړاو لري؛ خو يوازې د پليټليټونو ټيټه شمېره د شديدې وينې‌بهېدنې معنا نه لري.
۴. Severe hemorrhage — شديده وينەبهېدنه
د پوزې، اوورېو، معدې يا کولمو او په ځينو مواردو کې د بدن د نورو برخو وينەبهېدنه.

۵. Organ impairment — د غړو د فعاليت خرابوالی
د ځيګر، پښتورګو، زړه يا مغز زيانمنېدل؛ په سختو حالاتو کې د غړو ناکامي هم رامنځته کېدای شي.

نور اختلاطات:
Respiratory distress — د تنفس شديد مشکل.
Metabolic acidosis — د بدن په مايعاتو کې د اسيد زياتوالی.
Encephalopathy — د مغز د فعاليت ګډوډي.
Death — مړينه، په ډېر شديد او نەدرملل شوي حالت کې.
دا اختلاطات په هر ناروغ کې نه رامنځته کېږي؛ ډېری ناروغان په مناسبه پاملرنه ښه‌رته روغېږي.
۵. د ډينګي مخنيوی (Prevention — مخنيوی)
د ډينګي د مخنيوي تر ټولو مهمه لاره د ناروغی د انتقالوونکو ماشو له چيچلو څخه ځان ساتل او د هغوی د نسل د زياتېدو مخنيوی دی.

مهمې وقايوي لارې :
— Mosquito control .1د ماشو کنټرول: د کورونو او چاپېريال شاوخوا د ماشو شمېر کمول.
— Elimination of breeding sites .2د ماشو د نسل د ځايونو له منځه وړل: د لوښو، ټايرونو، بوتلونو او نورو شيانو ولاړې اوبه تشول.
— Use of mosquito repellents .3د ماشو ضد موادو کارول:
د *DEET* ، *Picaridin* يا *IR3535* لرونکي، د عمر له مخې مناسب او منظور شوي مواد کارول.
4. Protective clothing — محافظتي جامې: اوږده لستوڼي او اوږده پتلون اغوستل.
— Mosquito nets .5د ماشو جالی: په ځانګړي ډول د ورځې د خوب پر مهال او د ناروغ لپاره د جالی کارول.

افغان جرمن آنلاين په درنښت تاسو همکارۍ ته رابولي. په دغه پته له موږ سره اړيکه ټينګه کړئ maqalat@afghan-german.de
يادونه: دليکنې د ليکنيزې بڼې پازوالي د ليکوال په غاړه ده ، هيله من يو خپله ليکنه له راليږلو مخکې په ځير و لولئ

6. Window screens — د کړکیو جالی: د ماشو کور ته د ننوتلو مخنیوی.
7. Covering water containers — د اوبو د لوښو پټول: د اوبو زېرمتونونه پټول او په اونۍ کې یې تشول او پاکول.
8. Community awareness — د ټولنې عامه پوهاوی: خلکو ته د ناروغۍ د انتقال او مخنیوي په اړه معلومات ورکول.
9. Vaccination — واکسین کول: د ډینګي ځینې واکسینونه په ځانګړو هېوادونو او د ټاکلو شرایطو له مخې کارول کېږي؛ د واکسین وړتیا او اړتیا باید د عمر، پخوانۍ انتان، سیمه‌ییزو لارښوونو او روغتیایي ارزونې له مخې وټاکل شي.

۶. د ډینګي درملنه (Treatment) :
د ډینګي لپاره ځانګړې، په پراخه کچه منل شوې ویروس‌ضد درملنه نشته. درملنه د نښو د کمولو، د بدن د مایعاتو د ساتلو او د خطرناکو اختلاطاتو د مخنیوي لپاره ترسره کېږي.

الف: د سپکې ډینګي درملنه :
— Restاستراحت: ناروغ باید کافي استراحت وکړي.
Oral hydration — د خولې له لارې د مایعاتو اخیستل: اوبه، د خولې له لارې د اوبو او مالګو محلول (ORS) او نور مناسب مایعات وڅښي.
Paracetamol (Acetaminophen) — پاراسټامول: د تبې او درد د کمولو لپاره، د ډاکټر یا د درملو د لارښود له مخې.
Medical follow-up — طبي څارنه: د ډاکټر په سپارښتنه بیاکتنه او د وینې معاینات.

مهم احتیاط:
د ډینګي په شک یا تایید کې له لاندې درملو څخه ډډه وکړئ، مګر که متخصص د ځانګړي دلیل له مخې بله لارښوونه وکړي:
— Aspirinاسپرین: د وینې‌بهېدنې خطر زیاتولای شي.
Ibuprofen — ایبوپروفین: د وینې‌بهېدنې خطر زیاتولای شي.
Naproxen — ناپروکسن: د ورته درملو له ډلې دی او باید له طبي مشورې پرته ونه کارول شي.
انټي‌بیوټیکونه (Antibiotics) — د باکتریاوو ضد درمل) د ډینګي ویروس نه له منځه وړي؛ یوازې د جلا باکتریایي انتان په صورت کې د ډاکټر له خوا کارول کېدای شي.

ب: د شدیدې ډینګي درملنه :
که ناروغ د خطر نښې ولري، روغتون ته د تګ اړتیا لري. په روغتون کې ممکن لاندې اقدامات ترسره شي:
Intravenous fluids (IV fluids) — د رګ له لارې د مایعاتو ورکول: د وینې د دوران او مایعاتو د کمښت د سمولو لپاره.
Vital signs monitoring — د حیاتي نښو څارنه: د وینې فشار، نبض، تنفس او د بدن د حرارت اندازه کول.
Complete blood count (CBC) — د وینې بشپړ شمېرنیز معاینه: د پلیټلېټونو، سپینو او سرو حجرو ارزونه.
Hematocrit monitoring — د وینې د حجروي برخې د تناسب څارنه: د پلازما د ضایع کېدو په ارزونه کې مرسته کوي.
Blood transfusion — د وینې انتقال: که د پام وړ وینه‌بهېدنه موجوده وي او طبي ټیم یې اړین وبولي.

Intensive care — جدي طبي پاملرنه:
د شوک، شدیدې وینه‌بهېدنې یا د مهمو غړو د خرابوالي په حالت کې.
د رګ له لارې مایعات باید د ناروغ د حالت او معایناتو له مخې تنظیم شي؛ ځکه ډېر مایعات هم زیان رسولای شي.
د پلیټلېټونو انتقال یوازې د ټیټې شمېرې له امله په معمول ډول نه سپارښتل کېږي.

۷. د ډینګي تشخیص (Diagnosis) :
ډاکټر د ناروغ د نښو، د سفر یا استوګنې د تاریخچې او لابراتواري معایناتو له مخې تشخیص کوي.

د معاینې لاتین نوم پښتو ژباړه او دنده

افغان جرمن آنلاین په درنښت تاسو همکارۍ ته رابولي. په دغه پته له موږ سره اړیکه ټینګه کړئ maqalat@afghan-german.de
یادونه: دلیکنې د لیکنیزې بڼې پازوالي د لیکوال په غاړه ده ، هیله من یو خپله لیکنه له رالیږلو مخکې په ځیر و لولئ

CBC (Complete Blood Count)د وينې بشپړه معاينه؛ د وينې د حجرو شمېر معلوموي.
Platelet count د پلیټلېټونو شمېر؛ د وينې د ټينګېدو په بهېر کې مهم دي.
Hematocrit (HCT) د وينې د سرو حجرو د حجم تناسب.
NS1 antigen test د ويروس د NS1 پروټين معلومولو معاينه؛ په لومړيو ورځو کې ګټوره ده.
RT-PCR (Reverse Transcription Polymerase Chain Reaction) د ويروس د جنيټيک موادو د معلومولو معاينه.
IgM antibody test د بدن د معافيتي سيستم د IgM انټي‌بادِيو معاينه.
Liver function tests (LFTs) د ځيګر د فعاليت معاينات.

د معاينې مناسب ډول د ناروغۍ د پيل له ورځې سره تړاو لري. يوه عادي CBC معاينه په يوازې ځان ډينګي نه تائيدوي؛ د ويروس ځانګړې معاينه او کلينيکي ارزونه هم مهمه ده.

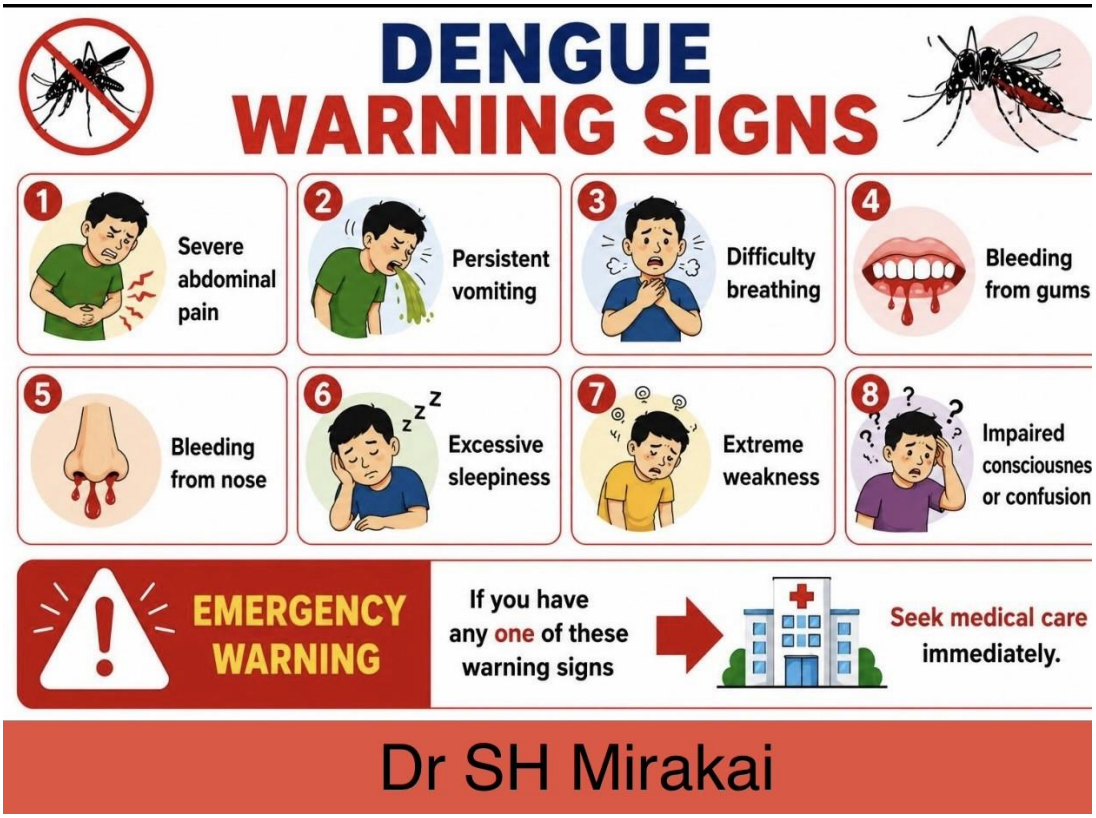
۸. مهمې طبي اصطلاحات او پښتو ژباړې :
د زده‌کړې او ازموينو لپاره لاندې جدول ګټور دی:

لاتين/انګليسي اصطلاح	پښتو معنا
Dengue fever	د ډينګي تبه
Virus	ويروس
Vector	د ناروغۍ انتقالوونکی
Mosquito	ماشه
Incubation period	د ناروغۍ د پټې مودې وخت
Fever	تبه
Myalgia	د عضلاتو درد
Arthralgia	د مفصلونو درد
Thrombocytopenia	د پلیټلېټونو کمښت
Hemorrhage	وينه‌بهېدنه
Plasma leakage	له رګونو څخه د پلازما وتل
Shock	شوک؛ د وينې د دوران شديد اختلال
Dehydration	د بدن د اوبو کمښت
Organ failure	د يوه غړي يا څو غړو ناکامي
Prevention	مخنيوی
Diagnosis	تشخيص
Treatment	درملنه
Complications	اختلاطات
Recovery	روغېدل
Immunity	معافيت
Antibody	انټي‌بادِي؛ د معافيتي سيستم دفاعي پروټين

پايله :
ډينګي يوه ويروسي ناروغي ده چې د *Aedes aegypti* او *Aedes albopictus* ماشو له لارې انتقالېږي. مهمې نښې يې لوړه تبه، سر درد، د عضلاتو او مفصلونو درد، زړه بدوالی او د پوستکي داني دي. د دې ناروغۍ لپاره ځانګړي ويروس‌ضد درملنه نشته، خو پر وخت تشخيص، کافي مايعات، طبي څارنه او د خطر نښو پېژندل د شديدو اختلاطاتو او مړينې خطر کموي.

د بيړني حالت يادونه:
که ناروغ شديد د نس درد، پرله‌پسې کانګې، وينه‌بهېدنه، ساه لنډي، بې‌هوښي يا سړه او خوله‌ناکه پوستکی ولري، سمدستي دې بيړنۍ طبي مرسته ترلاسه کړي.

افغان جرمن آنلاین په درنښت تاسو همکارۍ ته رابولي. په دغه پته له موږ سره اړیکه ټینګه کړئ maqalat@afghan-german.de
یادونه: دلیکنې د لیکنيزې بڼې پازوالي د لیکوال په غاړه ده ، هیله من یو خپله لیکنه له رالیږلو مخکې په ځیر و لولئ



افغان جرمن آنلاین په درنښت تاسو همکاری ته رابولي. په دغه پته له موږ سره اړیکه ټینګه کړئ maqalat@afghan-german.de
یادونه: دلیکنې د لیکنیزې بڼې پازوالي د لیکوال په غاړه ده ، هیله من یو خپله لیکنه له رالیږلو مخکې په ځیر و لولـئ