डेंगु ज्वरो

डेंगु ज्वरो एडिस जातको लामखुट्टेको टाकाई बाट सर्ने सरूवा रोग हो । यो लामखुट्टेले विशेष गरी दिउसो मात्र टाक्ने भएको हुदा यो रोग बाट बच्न तपसिल बमोजिमका उपायहरू अपनाउन हुन अनुरोध छ ।

- पुरा शरिर ढाकिने गरी कपडा लगाउने ।
- झ्याल ढोकामा जाली लगाई बन्द राख्ने ।
- लामखुट्टेको टोकाइ बाट बच्न सधै झुल भित्र सुत्ने ।
- घर वरपर खेतवारीमा काम गर्न जादा लामखुट्टेको टोकाई बाट बच्न ध्यान पुयाउने ।
- पानी राख्ने भाडाहरू जस्तै पानी टंकी गाग्री, बाल्टीन, ड्रम, आदी सवै छोपेर राख्ने ।
- घरवरपरको पानी जम्मा हुने खाल्डा खुल्डीहरू पुर्ने र घर आगन सफा राख्ने ।
- गमाला, फुलदानी, एअर कुलर जस्ता पानी जम्ने सामाग्रीहरूके पानी हप्तामा एक पटक नियमित रूपमा सुक्का हुने गरी सफा गर्ने ।
- कुनै स्थानमामा खानेपानीको पाईप तथा ढलहरू चुहिने भएमा तुरून्त मर्मतको व्यवस्था गर्ने ।

तपसिल बमोजिमका लक्षणहरू भएमा तुरून्त नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क राख्ने ।

- एक्कासी ज्वरो ३ देखी ५ दिन सम्म आउने, आखाको गेडी दुख्ने, शरिरमा डावरहरू आउने रखानामा अरूची हुने, जोर्नी तथा मांशपेशीहरू बेस्सरी दुख्ने, केही बिरामीमा शुरूमा नै शरिर डण्डीफोर जस्तो खटिरा आउने, ज्वरो आईरहेको अवस्थामा नाक तथा गिजाबाट रक्तश्राव हुने र छालामुनी पनि रक्तश्राव भएमा आदी ।

डेंगु ज्वरो विरूद्ध कुनै खोप छैन यसकारण लामखुट्टेको टाकाई बाट बच्नु नै यो रोग बाट बच्ने एकमात्र उपाय हो ।

शारदा नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
सल्यान