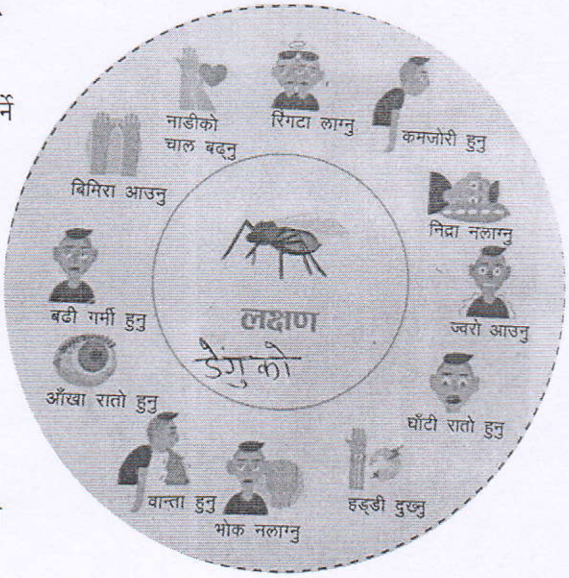
टोखा नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय

मैजुहिटी, काठमाडौं
३ नं प्रदेश, नेपाल

पत्र संख्या :- ०७६ /०७७
चलानी नं :- ८१३

डेगु रोग सम्वन्धि जानकारी



डेंगु रोग भनेको संक्रमित एडिस एजिप्टि नामको पोंथी लामखुट्टेको टोकाईवाट सर्ने सरूवा रोग हो। यो लामखुट्टेले जमेको सफा पानीमा फुल पार्दछ र संख्या वृद्दि गर्दछ।

रोगका लक्षणहरू :

- कडा ज्वरो आउने, आँखाको गेडी दुख्ने, टाउको पेट जोर्नी र मांसपेशी दुख्ने, आलस्य तथा सिथिल हुने जस्ता लक्षण देखा पर्दछन्।
- शरिरमा प्लेटलेटको संख्या कम हुने हुँदा शरिरको विभिन्न अंगवाट रगत वग्ने, रगत नजम्ने र डावर आउने लक्षण देखा पर्न सक्दछ।
- माथिका लक्षण देखिएमा स्वास्थ्य संस्थामा स्वास्थ्यकर्मीको सल्लाह लिएर मात्र औषधि प्रयोग गर्ने।

डेंगु रोगबाट वच्ने तरिका

- लामखुट्टेको टोकाईवाट वच्ने
- लामखुट्टे मार्ने औषधि छर्ने।
- लामखुट्टे भगाउने धुप तथा मलम प्रयोग गर्ने
- बाहुला भएको र शरिर ढाक्ने कपडा लगाउने
- घरको झ्याल ढोकामा जाली लगाउने
- झुल हालेर मात्र सुत्ने
- लामखुट्टेको वृद्दि र विकासमा नियन्त्रण गर्ने।
- घर आँगन, कौसीको हरहमेशा सरसफाई गर्ने र पानी जम्न नदिने
- खालि वट्टा, टिन, पोखरी, टायर, ट्यूव आदि पानी जम्न नदिने।
- पानीको नाली, ढल, पोखरी आदिमा हप्ताको २ पटक डढेको मोविल, मट्टितेल छर्कने।
- पानी जम्ने खाल्डाखुल्डी पुर्ने।
- पानी जम्मा गर्ने भाँडाकुँडा कम्तिमा हप्तामा दुइ पटक सफा गर्ने
- डेंगु रोगको खोप र खास औषधि नभएकोले लामखुट्टेको टोकाईवाट वच्नु नै उत्तम उपाय हो।
- पानीको ट्याङकी पुरा खालि गरेर सफा गर्ने
- खानेपानी ट्याङकी राम्ररि ढकन लगाएर राख्ने।
- कुलरमा हप्ताको एक दुई चम्चा मट्टितेल हालिदिने र ५ ५ दिनमा सफा गर्ने।
- गमला, फलदानीमा पानी जम्न नदिने

डेंगु रोग बाट बचौ र समाजमा यो रोग फैलिनबाट रोक्न सबैले भूमिका निभाऔ

स्वास्थ्य संयोजक (टोखा नगरपालिका)

सम्पर्क नं : ०१-४३८५०१३/०१-४३८८४०५ Email : hellotokha@gmail.com/Website: www.tokhamun.gov.np