



बेलकोटगढी नगरपालिका नगर कार्यपालिकाको कार्यालय

बाघखोर, नुवाकोट
३ नं. प्रदेश नेपाल



विषय : डेंगु रोग सम्बन्धि महत्वपूर्ण जानकारी

डेंगु भनेको के हो ?

एडीस एजिप्ति नामको पोथी लामखुट्टेको टोकाइबाट सरे एक प्रकारको सरुवा रोग हो । यो लामखुट्टेले सफा पानी जमेको ठाउँमा फुल पार्ने गर्दछ । खास गरी वर्षातको पानी जम्ने टिनको डब्बाहरु, रंगका खाली डब्बा, थोत्रा र पुराना टायर, फुल्दानी, गमला, पानी ट्यांकी प्लास्टिकका बोतल, प्लास्टिक आदिमा जमेको पानीमा यसले फुल पार्दछ । डेंगु रोग एक मानिस बाट अर्को मानिसमा सोझै सार्दैन ।

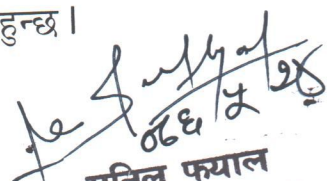
डेंगु रोगको लक्षण :

डेंगु ज्वरोको मुख्य लक्षण भनेको एक्कासी उच्च ज्वरो आउनु हो । यो ज्वरो ५-७ दिनसम्म रहन सक्छ । ज्वरोको साथसाथै निम्न लक्षणहरु पनि देखा पर्दछन्

- असाध्यै टाउको दुख्ने ।
- आँखाको गेडी तथा आँखाको पछिल्लो भाग दुख्ने ।
- ढाड जोर्नी तथा मांसपेशीहरु दुख्ने ।
- शरीरमा विमिरा आउने ।

डेंगु ज्वरोबाट बच्ने उपाय :

- लामखुट्टेको टोकाइबाट बच्नु नै यस रोगबाट बच्ने उत्तम उपाय हो । यो रोग सार्ने लामखुट्टेले दिउसोको समयमा टोक्ने भएकाले दिउसो बस्दा वा हिड्दा पूरै जिउ ढाक्ने कपडा लगाउने ।
- पानी जम्न सक्ने भाडा जस्तै टिनको डब्बाहरु, रंगका खाली डब्बा, थोत्रा र पुराना टायर, फुल्दानी, गमला, पानी ट्यांकी प्लास्टिकका बोतल आदि खाली गर्ने ।
- पानी जम्न सक्ने भाडा जस्तै टिनको डब्बाहरु, ड्रमहरु, पानी ट्यांकी आदि राख्न परेमा छोपेर मात्र राख्ने ।
- घरका झ्याल ढोकामा जाली लगाउने ।
- दिउसो सुत्दापनि झुलको प्रयोग गर्ने ।
- लामखुट्टेलाई वातावरणबाट हटाउन सक्नु नै महत्वपूर्ण बच्ने उपाय भएकोले उपरोक्तानुसार वातावरणीय सरसफाइमा ध्यान दिनु नै उपयुक्त हुन्छ ।


०६६/२२४
सुनिल फुयाल
स्वास्थ्य संयोजक