प्रदेश सरकार
स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय
स्वास्थ्य निर्देशनालय
E-mail: honawalpur@gmail.com

स्वास्थ्य कार्यालय

फोन न.०७८-४०१०८३
नवलपरासी (बर्दघाट सुस्ता पूर्व)
गण्डकी प्रदेश,नेपाल

प.सं : २०७९/०८०
च.न.

मिति : २०७९/०५/२७

प्रेस विज्ञप्ति

हाल छिमेकी जिल्लाहरु एवं यस नवलपरासी (बर्दघाट सुस्ता पूर्व) मा पनि डेंगी फिभरका बिरामीहरु बढ्दै गएकाले डेंगी रोग नियन्त्रण तथा रोकथामका लागि नेपाल सरकार, स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयको लामखुट्टेको बासस्थान तथा फुल पार्ने ठाउँहरु "खोजौ र नष्ट गरौ" (Search and destroy) अभियान सफल बनाउन सबैजना सहभागी बनौ ।

डेंगी ज्वरो (Dengue Fever)

परिचय :

डेंगी एडीस एजिप्टी र एडीस एल्बोपिक्टस् जातिका लामखुट्टेको टोकाई बाट सर्छ । त्यसैले यो बाट बच्न लामखुट्टेको टोकाइबाट जोगिनु पर्छ ।

लामखुट्टेको टोक्ने समय

एडीस जातका लामखुट्टेले प्राय : गरेर दिनमा टोक्दछन् । विशेष गरी, घाम उदाएको २ घण्टा पछाडि र घाम अस्ताउनु भन्दा २ घण्टा अगाडि यो लामखुट्टे बढी सक्रिय हुने हुनाले सो समयमा बढी सचेत हुनुपर्छ ।

डेंगी ज्वरो (Dengue fever) गराउने एडीज जातका लामखुट्टे वृद्धि विकास हुने स्थान :

एडिज जातका लामखुट्टेले सफा पानीमा फुल पार्दछ । खासगरी पानी जम्ने टिनका डब्बाहरु, प्लास्टिकका बोत्तल, प्लास्टिकका खोल, टायर, सिसि, अन्डाको बोक्रा,ड्रम, बाटा, बाल्टिन,फूलदानी, गमला, कुलर, पानीका ट्यांकी जस्ता पानी जम्ने भाँडा तथा छाना, कौसी, बरन्डा, ढल, नाली, कुलो आदि स्थानहरुमा फुल पार्छ र यो लामखुट्टेको वृद्धि विकास हुन्छ ।

डेंगी ज्वरो (Dengue fever) का लक्षणहरु :

एक्कासि ज्वरो आउने , थकान महसुस हुने, आफ्नो दैनिकी, खानपान वा अन्य कामकुरामा रुचि नलाग्ने, टाउको मांसपेशी तथा जोर्नी दुख्ने र वाकवाकी लाग्ने वा वान्ता हुने आदी ।

लामखुट्टेको वृद्धि विकास नियन्त्रण गर्ने तरिकाहरु :

आफ्नो घर वरपर, कार्यस्थल र सार्वजानिक स्थानहरुमा पानी जम्न नीदई सफा राख्नुपर्छ । पानी जमीहालेको खण्डमा हप्तामा २ पटक जमेको पानी फाल्नुपर्छ। दैनिक प्रयोजनको लागि राखेको पानी लामखुट्टे प्रवेश गर्न नदिने गरी ढाकेर राख्नुपर्छ । कुलरमा रहेको पानी हप्तामा २ पटक सफा गर्नुपर्छ । गमला वा गमला राखेको प्लेटमा जमेको पानी हप्तामा २ पटक फालेर प्लेट सफा राख्ने, त्यस्तै भाँडाकुँडा पानी जम्न नदिन घोप्टाएर राख्नुपर्छ । घर वरपर रहेका पानी जम्ने खाल्डाखुल्डीलाई पुरिदिने गर्नुपर्छ । काम नलाग्ने भाँडाकुँडा, सिसी, बोतल, प्लास्टिकका सामाग्री, टायर आदिमा पानी जम्न नदिने गरी बिसर्जन गर्नुपर्छ ।

बच्ने उपायहरु (डेंगी ज्वरोबाट बच्न लामखुट्टेको टोकाईबाट बच्ने)

बिहान, दिउँसो,राति जुनसुकै बेला झुल लगाएर मात्र सुत्ने । पुरा शरीर ढाक्ने लुगा लगाउने । लामखुट्टे धपाउने विधिहरु अपनाउने : जस्तै मच्छड धुप बाल्ने, मलम लगाउन, Liquid बाल्ने । घरभित्र लामखुट्टे छिर्न नदिन घरको झ्याल ढोकामा जाली लगाउने । लामखुट्टेको वृद्धि विकास हुने स्थान नष्ट गर्ने ।

प्रदेश सरकार
स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय
स्वास्थ्य निर्देशनालय
स्वास्थ्य कार्यालय
नवलपरासी (बर्दघाट सुस्ता पूर्व)
गण्डकी प्रदेश,नेपाल

E-mail: honawalpur@gmail.com
फोन न.०७८-४०१०८३

प.सं : २०७९/०८०
च.न.

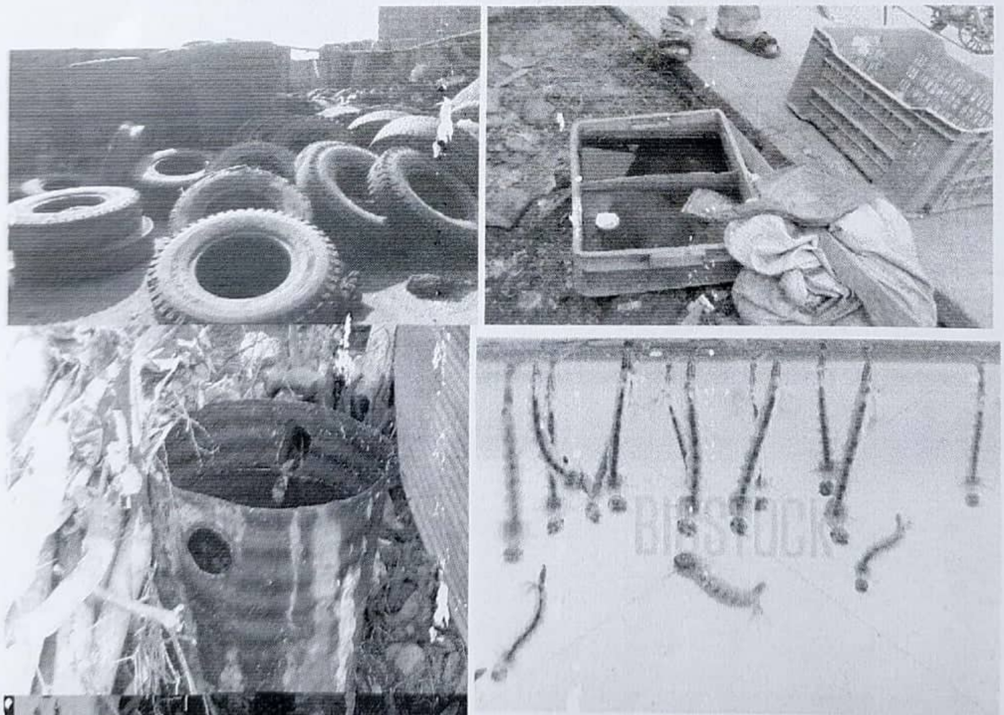
डेंगी ज्वरोको उपचार :

डेंगी जटिल लक्षणहरु देखिएमा तत्काल नजिकैको स्वास्थ्य संस्थामा लैजानु पर्दछ । डेंगी रोग भएका बालबालिका, वृद्धवृद्धा, दीर्घरोगी र गर्भवतीहरुलाई विशेष ध्यान दिनुपर्छ ।

- पानी तथा झोलिलो , पोषिलो खानेकुरा प्रशस्त मात्रामा खाने ।
- उच्च ज्वरो कम गर्न पारासिटामोल खाने तर Ibuprofen र Asprin जस्ता दुखाई कम गर्ने औषधि नखाने ।
- पूर्ण आराम गर्ने ।

अन्त्यमा "खोजौ र नष्ट गरौ" (Search and destroy) अभियान भन्नाले आफ्नो घर, कार्यालय वरपर डेंगु रोग सार्ने Adeses जातका लामखुट्टले अण्डा पारी वृद्धि विकास हुने ठाउँहरु जस्तै टायर , गमला बट्टा, बोतल, भाँडाकुडा, कुलर , AC लगाएतका सामाग्रीहरुमा जमेको पानीमा लामखुट्टको लार्भा छ छैन भनि हेर्ने र सो पानी हटाई लामखुट्टेको लार्भा नष्ट गर्ने कार्य हो । यो कार्य प्रत्येक हप्ता कम्तिमा २ पटक गर्नुपर्दछ ।

एडीज जातका लामखुट्टे वृद्धि विकास हुने स्थान र लार्भाहरु :



www.bigstock.com · 234813385