ਡੈਂਗੂ

ਡੇਂਗੂ ਬੁਖਾਰ ਮਾਦਾ ਏਡੀਜ਼ ਅਜਿਪਟੀ ਨਾਂ ਦੇ ਮੱਛਰ ਦੇ ਕੱਟਣ ਨਾਲ ਫੈਲਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਮੱਛਰ ਸਾਫ਼ ਖੜ੍ਹੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਸੋਮਿਆਂ ਵਿੱਚ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਡੇਂਗੂ ਬੁਖਾਰ ਦੇ ਲੱਛਣ

ਤੇਜ਼ ਬੁਖਾਰ, ਸਿਰ ਦਰਦ, ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਮਾਸ ਪੇਸ਼ੀਆਂ ਅਤੇ ਜੋੜਾਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਜੀ ਕੱਚਾ ਹੋਣਾ ਅਤੇ ਉਲਟੀਆਂ ਆਉਣਾ, ਥਕਾਵਟ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣਾ, ਚਮੜੀ ਤੇ ਦਾਣੇ ਅਤੇ ਹਾਲਤ ਖਰਾਬ ਹੋਣ ਤੇ ਨੱਕ, ਮੂੰਹ ਅਤੇ ਮਸੂੜਿਆਂ ਵਿੱਚੋ ਖ਼ੂਨ ਵਗਣਾ।

ਡੇਂਗੂ ਬੁਖਾਰ ਤੋਂ ਬਚਾਓ ਦੇ ਤਰੀਕੇ

- ਕੂਲਰਾਂ, ਗਮਲਿਆਂ ਅਤੇ ਫਰਿਜਾਂ ਦੀਆਂ ਟ੍ਰੇਆਂ ਵਿੱਚ ਖੜ੍ਹੇ ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਹਫ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਇਕ ਵਾਰ ਜ਼ਰੂਰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਫ਼ ਕਰਕੇ ਸੁਕਾਓ।
- ਛੱਤਾਂ ਤੇ ਰੱਖੀਆਂ ਪਾਣੀ ਦੀਆਂ ਟੈਂਕੀਆਂ ਦੇ ਢੱਕਣਾ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬੰਦ ਕਰੋ । ਟੁੱਟੇ ਬਰਤਨਾਂ, ਡਰੰਮਾਂ ਅਤੇ ਟਾਇਰਾਂ ਆਦਿ ਨੂੰ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਵਿੱਚ ਨਾ ਰੱਖੋ।
- ਘਰਾਂ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਪਾਣੀ ਖੜ੍ਹਾਂ ਨਾ ਹੋਣ ਦਿਓ ਜਾਂ ਖੜ੍ਹੇ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਹਫਤੇ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵਾਰ ਸੜਿਆ ਕਾਲਾ ਤੇਲ ਜਾਂ ਮਿੱਟੀ ਦਾ ਤੇਲ ਪਾ ਦਿਓ।
- ਇਹ ਮੱਛਰ ਦਿਨ ਵੇਲੇ ਕੱਟਦਾ ਹੈ ਇਸ ਲਈ ਅਜਿਹੇ ਕਪੜੇ ਪਹਿਨੋ ਜਿਸ ਨਾਲ ਸ਼ਰੀਰ ਪੂਰੀ ਪਰ੍ਹਾ ਢੱਕਿਆ ਰਹੇ।
- ਘਰਾਂ ਅਤੇ ਦਫ਼ਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਮੱਛਰ ਭਜਾਓ ਕਰੀਮਾਂ/ਤੇਲ ਆਦਿ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।
- ਸੌਣ ਸਮੇ ਮੱਛਰ ਦਾਨੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।
- ਬੁਖਾਰ ਵਿੱਚ ਪੈਰਾਸੀਟਾਮੋਲ ਜਾਂ ਕਰੋਸੀਨ ਦੀ ਹੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।
- ਬੁਖਾਰ ਵਿੱਚ ਐਸਪੀਰਿਨ ਜਾਂ ਬਰੂਫਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ।

ਸਿਹਤ ਸਬੰਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸੁਝਾਵਾਂ ਲਈ

ਡਾਇਲ 104

ਟੋਲ ਫਰੀ ਮੈਡੀਕਲ ਹੈਲਪਲਾਈਨ

24x7

- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੁਖਾਰ ਦੌਰਾਨ ਉਪਰੋਕਤ ਦਰਸਾਏ ਲੱਛਣ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਨੇੜੇ ਦੇ ਸਰਕਾਰੀ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।
- ਡੇਂਗੂ ਬੁਖਾਰ ਦਾ ਟੈਸਟ ਅਤੇ ਸੁਪੋਰਟਿਵ ਇਲਾਜ਼ ਰਾਜ ਦੇ ਸਰਕਾਰੀ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਮੁਫ਼ਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

NATIONAL HEALTH MISSION

ਨੈਸ਼ਨਲ ਹੈਲਥ ਮਿਸ਼ਨ

ਨੈਸ਼ਨਲ ਹੈਲਥ ਮਿਸ਼ਨ

ਸਿਹਤ ਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਭਲਾਈ ਵਿਭਾਗ, ਪੰਜਾਬ।

ਨੈਸ਼ਨਲ ਵੈਕਟਰ ਬੌਰਨ ਡਜ਼ੀਜ਼ ਕੰਟਰੋਲ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ, ਪੰਜਾਬ

NVBDCP

P.T.O

ਦਫਤਰ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਸਿੱਖਿਆ ਅਫਸਰ (ਸੈ ਸਿ) ਮਾਨਸਾ

ਪਿੱ:ਅੰ:ਨੰ: ਸੀ-1/1 (ਮ) 2018-19 / 2303 ਮਿਤੀ/ਮਾਨਸਾ 11-4-18

ਹਾਜ਼ਰੀ ਪੱਤਰ ਦਾ ਉਤਾਰਾ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਦੇ ਸਮੂਹ ਸਕੂਲ ਮੁਖੀਆਂ ਨੂੰ ਸੂਚਨਾ ਅਤੇ ਲੋੜੀਂਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਹਿੱਤ ਭੇਜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਿ ਡੇਂਗੂ ਬੁਖਾਰ ਦੇ ਫੈਲਾਅ ਅਤੇ ਡੇਂਗੂ ਬੁਖਾਰ ਦੇ ਰੋਕਣ ਸਬੰਧੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸੁਚੇਤ ਵੀ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਜੀ।

ਦਸਤਖਤ 11/04/18

ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਸਿੱਖਿਆ ਅਫਸਰ (ਸੈ ਸਿ)

ਮਾਨਸਾ