छत्रकोट गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
चोयगा, गुल्मी

लुम्बिनी प्रदेश, नेपाल

प.स. ०७९/८०
च.नं.

मिति २०७९।०५।२७

हार्दिक अपिल

देशव्यापी रुपमा फैलिएको डेङ्गु रोग यस छत्रकोट गाउँपालिकामा पनि फैलिरहेको छ, दिनहुँ जसो बिरामीहरुको संख्या बढ्दो छ । डेङ्गु रोग Aedes प्रजातीको लामखुट्टेको टोकाईबाट सर्ने रोग हो । सामान्यतया यो रोग लाग्दा टाउको दुख्ने,आखाँको गेडी वरीपरि वा पछाडी तिर दुख्ने, जिउ दुख्ने, जिउ थकित हुने,जिउमा मसिनो दाग आउने,बान्ता हुने,झाडा पखाला लाग्ने, मन्द पेट दुख्ने जस्ता लक्षणहरु देखा पर्दछ। यो रोगको उपचार समयमा नभए मानिसको ज्यानै जान सक्ने विषयलाई मध्यनजर गरी यस रोगबाट बच्न छत्रकोट गाउँपालिकाले देहाएका नियमहरु पालना गर्न गाउँपालिका भित्रका सम्पूर्ण कार्यालय संघ सस्था र आम सर्व साधारणमा हार्दिक अपिल गर्दछ ।

१.यो रोग लामखुट्टेको टोकाईबाट सर्ने भएकोले लामखुट्टेको टोकाईबाट बच्न निम्नानुसार कार्य गर्नुहुन अनुरोध गरिन्छ ।

- "प्रत्येक शनिबार बिहान दश बजे दश मिनेट" छुटयाई घरभित्र र बाहिर लामखुट्टेले फुलपार्ने ठाउँहरु "खोजौं र नष्ट गरौं"(Search and Destroy) भन्ने नाराका साथ अभियान संचालन गर्ने।
- लामो हात खुट्टा छोप्ने लुगा लगाउने । हातमा भन्दा लामखुट्टेले कुर्कुचा र घाँटीको पछाडि बढी टोक्ने भएकाले अनिवार्य मोजा र घाँटि छोप्ने कपडा लगाउने ।
- पानी जम्ने टायर, फलिएका भाँडाबर्तन, प्लाष्टिकका कागज जसमा पानी जम्छ, तिनीहरुलाइ सफा गर्ने, पानी जम्ने खाडल पुर्ने ।
- स्कुल, मैदान, घर वरपर लामखुट्टे भगाउने/मार्ने औषधि छर्किने ।
- हातखुट्टामा लामखुट्टे भगाउने लोशन/क्रिम लगाउने ।
- साँझ पर्न लाग्दा, ४ बजे अपरान्ह पछी घरका झ्यालहरु बन्द गर्ने, अनावश्यक बाहिर नजाने, केटाकेटीलाई ४ देखि बेलुका ६ बजे सम्म बाहिर अनावश्यक हिंड्न/खेल्न नदिने

२. कुनैपनि माथी उल्लेख भएका लक्षण देखिन साथ श्रृङ्गा प्रा.स्वा.के. वा नजिक रहेको स्वास्थ्य चौकी,सामुदायिक स्वास्थ्य ईकाइमा सम्पर्क गर्ने ।

३.रोग निदानका लागि हाल श्रृङ्गा प्रा.स्वा.के.मा डेङगु रेपिड टेष्ट उपलब्ध रहेको छ सोको लक्षण देखिएका बिरामीले टेष्ट गराएर स्वास्थ्यकर्मीको सल्लाह अनुसार औषधी खाने, प्रश्स्त मात्रामा झोलीलो खाना खाने र आराम गर्ने ।

४. Citrus fruits भिटामिन सि पाइने फलफूलहरु खाइरहने । (रोग लागेको थाहा पाउन साथ चिकित्सक कहाँ जाउँ, उपचारमा ढिलाइ भइ हुने मृत्युबाट आफुलाई जोगाउँ ।

रामप्रसाद पाण्डेय
(अध्यक्ष)

फोन नं.-९८५७०६७९०८ |ईमेल-info@chhatrakotmun.gov.np | Website: www.chhatrakotmun.gov.np