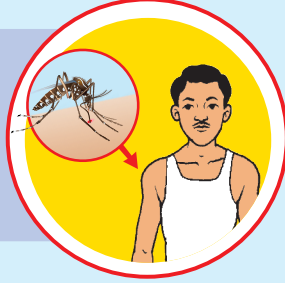




सुरक्षित रहौं
रोकथाम गरौं
नियन्त्रण गरौं

डेङ्गी रोग डेङ्गी भाइरसबाट
संक्रमित एडिज जातको
लामखुट्टेको टोकाईबाट मात्र
सर्दछ ।



थोरै मात्र पानी जम्मा भएको
भाँडामा पनि यो लामखुट्टेले
फुल पार्दछ र यसको वृद्धि
विकास हुन्छ ।

डेङ्गीको लक्षणहरू: उच्च ज्वरो आउनु, जोर्नी र
मांशपेशीहरू, आँखाको गेडी र टाउको बेस्सरी
दुख्नु, शरीरमा राता बिमिराहरू आउनु, वाकवाकी
लाग्नु वा वान्ता हुनु आदी हुन् ।



डेङ्गीबाट बच्ने उपायहरू

एडिज जातको लामखुट्टेले दिनको
समयमा टोक्दछ । त्यसमाथि
पनि बिहान र साँझको समयमा
टोक्ने सम्भावना बढी भएकोले
सो समयमा थप सचेत हुने ।

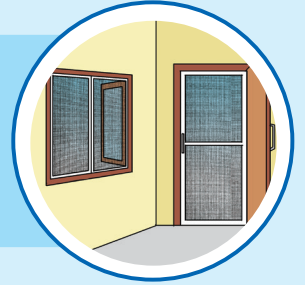


आफ्नो घर वरिपरि, कार्यस्थल
र सार्वजनिक ठाँउहरूमा पानी
जम्न नदिने । पानी राख्ने
भाँडालाई लामखुट्टे नछिर्ने गरि
राम्ररी छोपेर राख्ने ।

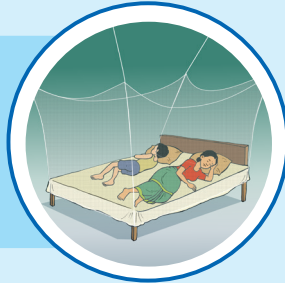


दिउँसो पनि लामखुट्टे
भगाउने धूप बाल्ने र
लामखुट्टेको टोकाईबाट बच्ने
मलम लगाउने ।

घरको झ्याल ढोकामा
लामखुट्टे नछिर्ने जाली
हाल्ने ।



बिहान, दिउँसो, राती जुनसुकै
बेला भुल लगाएर मात्र सुत्ने ।



पूरे शरिर ढाक्ने लुगा
लगाउने ।

**लामखुट्टेले फुल पार्न सक्ने संभावित घर भित्र र वरपरका पानी जमेको ठाँउहरू
र पानी राख्ने भाडाँहरू खोजी खोजी सफा गरौं र लामखुट्टेको फुल नष्ट गरौं ।**