# भिमाद नगरपालिका
# BHIMAD MUNICIPALITY
## नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
## OFFICE OF MUNICIPAL EXECUTIVE
भिमाद, तनहुँ
**Bhimad, Tanahun**
२०७३/2073

प.सं./Ref No.: ०८१/०८२ | गण्डकी प्रदेश, नेपाल

च.नं./Des No.: | Gandaki Province, Nepal

मितिः-२०८२/०३/३०

सूचना !!! सूचना !!! सूचना !!!

वर्षायामसँगै डेंगी ज्वरो (Dengue Fever) को प्रकोप बढ्दो क्रममा देखिन थालेको हुँदा आम भिमाद नगरवासीहरुमा डेंगी रोगको रोकथाम तथा नियन्त्रण सम्बन्धी सूचना मूलक सन्देश जारी गरिएको छ। सोही अनुसार गर्न गराउन हुन सम्पूर्ण नागरवासीहरुमा हार्दिक अपिल गर्दछु ।

डेंगी रोग डेंगी भाइरसबाट संक्रमित एडिज जातको लामखुट्टेको टोकाई बाट मात्र सर्दछ ।

**डेंगीका लक्षणहरुः**

- एक्कासी ज्वरो आउनु
- बेसरी टाउको दुख्नु
- मांसपेशी तथा जोर्नी बेसरी दुख्नु र थकान महसुस हुनु
- शरीरमा राता बिमीराहरु आउनु
- वाकवाकी लाग्नु वा वान्ता हुनु

**यस्ता लक्षण देखिएमा नजिकको स्वास्थ्य संस्था वा अस्पतालमा गइ स्वास्थ्य सेवा लिन हुन अनुरोध छ ।**

**डेंगी रोकथामका उपायहरुः-**

- लामखुट्टेको वृद्धि विकास नियन्त्रण गर्ने
- दैनिक प्रयोग गर्ने पानी ढाकेर राख्ने
- आफ्नो घर वरपर, कार्यस्थल र सार्वजनिक स्थानहरुमा पानी जम्न नदिई सफा राख्ने
- गमलामा जमेको पानी, कुलरमा रहेको पानी तथा अन्यत्र जम्मा भएको पानी हप्ताको २ पटक फाल्ने
- घर वरपर रहेका पानी जम्ने खाल्डाखुल्डीलाई पुरिदिने
- काम नलाग्ने भाँडाकुँडा, बोतल, प्लास्टिकका सामग्री, टायर आदिमा पानी जम्न नदिने गरी विर्सजन गर्ने

**डेंगी ज्वरोबाट बच्न निम्न उपाय अपनाउन सकिन्छ :-**

- सुत्ने बेला (बिहान, दिउँसो, राती) झुल लगाएर मात्र सुत्ने
- पुरा बाहुला भएको शरीर ढाक्ने लुगा लगाउने
- लामखुट्टे धपाउने विधिहरु अपनाउनेः जस्तैः मच्छड धुप बाल्ने, मलम लगाउने, लिक्विड बाल्ने
- घरभित्र लामखुट्टे छिर्न नदिन झ्याल ढोकामा जाली लगाउने र लामखुट्टेको वृद्धि विकास हुने स्थान नष्ट गर्ने

**सबै वडा, स्वास्थ्य संस्था र विद्यालयहरुले आफ्नो क्षेत्रमा हरेक शुक्रबारको दिन बिहान १० बजे १५ मिनेट लामखुट्टेका लार्भा नष्ट गर्ने अभियान संचालन गर्नुहुन समेत अनुरोध छ।**

कमलप्रसाद पुन
प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत

वेबसाईट / Website : **bhimadmun.gov.np** ईमेल / Email : **info@bhimadmun.gov.np, bhimadmunicipality@gmail.com**