बाढ़ और मच्छर-जनित रोग

बाढ़ या भारी वर्षा के बाद मच्छर जनित बीमारियों से बचाव के बारे में जानकारी

Hindi | हिन्दी

OFFICIAL

बाढ़ या भारी बारिश के बाद, पीछे छूटे पानी के पूल या कुंडों में मच्छर बढ़ते और फैलते हैं। मच्छर बीमारियों को पारित कर सकते हैं और आपको काटकर इन्हें फैला सकते हैं

मच्छर-जनित रोगों की रोकथाम करने का सबसे अच्छा तरीका मच्छरों के काटने से बचना है!

विक्टोरिया में मच्छर जनित बीमारियों में रॉस रिवर वायरस, बरमा फॉरेस्ट वायरस, मरे वैली इन्सेफेलाइटिस (MVE) और जापानी इन्सेफेलाइटिस (JE) वायरस शामिल हैं। JE और MVE वायरस कुछ लोगों में गंभीर रोग और मृत्यु का कारण बन सकते हैं। JE टीका विशिष्ट लोगों के लिए नि:शुल्क उपलब्ध है, अपने जी.पी. से जांच करें यदि आप पात्र हैं। JEV टीके के बारे में और अधिक जानकारी यहाँ पाई जा सकती है।

मच्छरों के काटने से अपनी सुरक्षा करें!

- अपने आपको ढकें। लंबे, खुले, हल्के रंग के कपड़े पहनें।
- ऐसे कीट निरोधकों का प्रयोग करें जिनमें पिकारिडिन या DEET शामिल हो।
- बच्चों को न भूलें - हमेशा कीट निरोधक लेबल की जांच करें। शिशुओं पर, उनकी त्वचा की बजाए उनके कपड़ों पर निरोधक स्प्रे करें या लगाएँ। शिशुओं या छोटे बच्चों के हाथों पर न लगाएँ।
- यदि आपको बाहर बहुत से मच्छर दिखाई दें तो बाहर न जाएँ, विशेषकर संध्या और प्रात:काल के समय, जो कि मच्छरों के काटने का सबसे चरम समय होता है।
- यदि आप बाहर हैं और इंसेक्ट स्क्रीन से सुरक्षित नहीं हैं तो मच्छरदानी के नीचे सोएँ।
- जहाँ आप मिलकर बैठते या खाते-पीते हैं वहाँ फ्लाई स्प्रे, मच्छरों के कॉयल या प्लग-इन निरोधकों का प्रयोग करें।
- जहाँ पानी खड़ा हो, उस क्षेत्र से बचें और यदि संभव हो तो अंदरूनी क्षेत्र में रहें।

घर के आसपास

- पानी और कंटेनरों को हटा दें जिनमें मच्छर पनपते हैं, इनमें बाल्टियाँ, पुराने टॉयर, फिशपौंड, सील न किए गए पानी के टैंक और गमले शामिल हैं।
- घर के आसपास पानी के कंटेनर सप्ताह में कम से कम एक बार खाली किए जाने चाहिए।
- सभी खिड़कियों, दरवाज़ों, झरोखों और अन्य प्रवेश द्वारों को इंसेक्ट स्क्रीन से ढक दें।
- नालियों और गटर में फंसे कचरे या उगे पौधों को हटा दें।
- यार्ड (घास के मैदान) में और इसके आसपास पानी के संग्रहों को कम करें।
- जाँच करें कि पानी की टंकी की स्क्रीन ठीक से काम कर रही है और क्षतिग्रस्त स्क्रीन को बदलें।

सहायता कहाँ से प्राप्त करें

यदि आपको स्वास्थ्य संबंधी चिंताएँ हैं, तो अपने जी.पी. से मिलें, या नर्स-ऑन-कॉल को 1300 60 60 24 पर फोन करें। आपातकालीन स्थिति में 000 पर कॉल करें। अन्य सहायता के लिए, अपनी स्थानीय परिषद से संपर्क करें।

यह प्रकाशन एक सुलभ फॉर्मेट में प्राप्त करने के लिए, pph.communications@health.vic.gov.au पर ई-मेल करें।