

|  |
| --- |
| Lehî û nexweşiyên ji vizikan |
| Zanyariyên ser çawan pêşîlêgirtina nexweşiyên ji vizikan piştî lehiyê yan barîna gurr |
| Kurdish Kurmanji | Kurdî Kurmancî  OFFICIAL |

Piştî lehiyê yan baraneke zêde, mêş mezin dibin û di golên ava ku li pey xwe mane de belav dibin. Vizik dikarin nexweşiyan bînin û bi lêdana we belav bikin.

**Baştirîn rêya pêşîlêgirtina nexweşiyên ku ji vizikan tên ev e ku meriv xwe ji lêdana vizikan dûr bixe!**

Nexweşiyên ji vizikan ên li Victoria’yê di nav de vîrûsa Ross River, Vîrûsa Barmah Forest, Murray Valley Encephalitis (MVE) û ênsêfalîtîta Japonî (JE) hene. Vîrûsên JE û MVE dikarin di hin kesan de bibin sedema nexweşiyên giran û mirinê. Derziya JE ji bo kesên taybetî belaş heye, bi bijîşkê xwe re biaxivin bo we dibe yan na. Zanyariyên pirtir ser derziya JEV dikarin [[li vir](https://www.health.vic.gov.au/infectious-diseases/information-for-the-public-japanese-encephalitis-in-victoria)](https://www.health.vic.gov.au/infectious-diseases/information-for-the-public-japanese-encephalitis-in-victoria) bibînin.

# **Xwe li hember lêdana kêzika mozî biparêzin!**

* Dapoşînin. Cil û bergên dirêj, fireh û rengîn li xwe bikin.
* Kêzikparêzên ku picaridin an DEET tê de heye bi kar bînin.
* Zarokan ji bîr nekin - hergav berçespa kêzikparêzan kontrol bikin. Bo pitikan, li şûna çermê wan, ser cil û bergên kêzikparêzan birijînin. Li ser destên pitikan an zarokên piçûk bi kar neyînin.
* Eger hûn gelek vizikan li derve bibînin, bi taybetî di êvarê û berbangê de, ku demên herî zêde yên lêdanê ne, dernekevin derve.
* Eger hûn li derve ne û ji hêla perdeyên kêzikan ve nayên parastin, di bin tora vizikan de razên.
* Li cihê ku hûn rûniştin an xwarinê kom dikin, spraya mêşan, vizikkujan, yan mêşkujên ceryanê bi kar bînin.
* Li ku derê ava rawestayî hebe, ji wir dûr bisekinin û eger mimkin be li hundir bimînin.

# **Li dora malê**

* Av û firaqên ku vizik di nav wan de çêdibin, di nav de satil, lastîkên kevin, hewzên masiyan, tankêrên avê yên devvekirî û firaqên çandina gihayan dûr bixin.
* Divê firaqên avê yên li dora malê herî kêm hefteyê carekê werin valakirin.
* Hemî pencere, derî, kulek, û rêyên din bi perdeyên kêzikan dapoşînin.
* Bermayiyan an jî gihayên ku di avzêlik û çîmanan de şîn dibin rakin.
* Hewzên avê li hewşê û derdora wê kêm bikin.
* Kontrol bikin ku perdeya tankêrê ya avê ya duriste û perdeyên xerabûyî biguherin.

# **Li ku derê alîkariyê wergirin**

Eger fikarên we yên tenduristiyê hebin, serî li bijîşkê xwe bidin, an jî bi 1300 60 60 24 ji Nurse-On-Call re telefon bikin. Di rewşeke lezgîn de, telefonî 000 bikin. Ji bo piştevaniyeke din, xwe bigihînin konseya xwe ya xwecihî.

Bo wergirtina vê belavokê bi formatê guncaw, emailê bişînin [pph.communications@health.vic.gov.au](mailto:pph.communications@health.vic.gov.au)

