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 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