

ගංවතුර සහ මදුරුවන්ගෙන් බෝවන රෝග

ගංවතුරකින් හෝ අධික වර්ෂාපතනයකින් පසු මදුරුවන් ගෙන් බෝවන රෝග වළක්වා ගන්නේ කෙසේද යන්න පිළිබඳ තොරතුරු

Sinhalese | සිංහල

OFFICIAL

ගංවතුරකින් හෝ අධික වර්ෂාපතනයකින් පසු, ජලය ඉතිරිව ඇති තටාක තුළ මදුරුවෝ වර්ධනය වී පැතිරෙති. මදුරුවන්ට රෝග බෝ කළ හැකි අතර ඔබට දෂ්ඨ කිරීම මඟින් ඒවා පැතිර යා හැකිය.

මදුරුවන්ගෙන් බෝවන රෝග වළක්වා ගැනීමේ හොඳම ක්‍රමය මදුරු දෂ්ඨනයන් වළක්වා ගැනීමයි!

වික්ටෝරියාවේ මදුරුවන්ගෙන් බෝවන රෝග අතරට Ross River වයිරසය, Barmah Forest වයිරසය, Murray Valley එන්සෙෆලයිටිස් (MVE) සහ ජපන් එන්සෙෆලයිටිස් (JE) වයිරසය ඇතුළත් වේ. JE සහ MVE වයිරස් සමහර පුද්ගලයින්ට දරුණු රෝගාබාධ හා මරණ සිදු කිරීමට හේතු විය හැකිය. සුවිශේෂ පුද්ගලයන්ට JE එන්නත නොමිලේ ලබා ගත හැකිය, ඔබ ඒ සඳහා සුදුසුකම් ලබන්නේ ද යන්න ඔබේ වෛද්‍යවරයා මඟින් පරීක්ෂා කර ගන්න. JEV එන්නත පිළිබඳ වැඩි විස්තර මෙතැනින් සොයාගත හැකිය.

මදුරු දෂ්ඨ කිරීම් වලින් ආරක්ෂා වන්න!

- ආවරණය කර ගන්න. දිගු, ලිහිල්, ලා පැහැති ඇඳුම් අඳින්න.
- පිකරිඩින් හෝ DEET අඩංගු කෘමි විකර්ෂක භාවිතා කරන්න.
- ළමයින් ගැන අමතක නොකරන්න - සෑම විටම කෘමි විකර්ෂක ලේබලය පරීක්ෂා කරන්න. ළදරුවන් සඳහා, ඔවුන්ගේ සම වෙනුවට ඔවුන්ගේ ඇඳුම් මත විකර්ෂකය ඉසින්න, නැතිනම් ගාන්න. ළදරුවන්ගේ හෝ කුඩා දරුවන්ගේ අත්වල ආලේප නොකරන්න.
- එළිමහනේ බොහෝ මදුරුවන් සිටින බව ඔබ දකින්නේ නම්, විශේෂයෙන් ම දෂ්ඨ කිරීම් වැඩිපුරම සිදු කෙරෙන සැන්දෑ යාමයේ හා අලුයම, පිටතට යෑමෙන් වළකින්න.
- ඔබ එළිමහනේ සිටින්නේ නම් සහ කෘමි ආවරණ මඟින් ආරක්ෂා නොවන්නේ නම්, මදුරු දැලක් යට නිදාගන්න.
- ඔබ වාඩි වීමට හෝ අභාර ගැනීමට රැස් වන ස්ථානයේදී මැස්සන් පලවා හරින ඉසින, මදුරු දඟර, පේනු මෘදුකාංග විකර්ෂකයක් භාවිතා කරන්න.
- ජලය එකතුවන රැදී තිබෙන අවස්ථාවලදී, එම ප්‍රදේශයෙන් වැළකී සිටිය හැකි නම් නිවස තුළ රැඳී සිටින්න.

නිවස අවට

- බාල්දි, පැරණි ටයර්, මාළු පොකුණු, මුද්‍රා නොකළ ජල ටැංකි සහ පෝච්චි පැළ රඳවනයන් ඇතුළුව මදුරුවන් බෝ කරන ජලය සහ බහාලුම් ඉවත් කරන්න.
- නිවස අවට ඇති ජල භාජන සතියකට වරක්වත් හිස් කළ යුතුය.
- සියලු ජනෙල්, දොරවල්, වාත සිදුරු හා අනෙකුත් පිවිසුම් කෘමි ආවරණ මඟින් ආවරණය කරන්න.
- අපද්‍රව්‍ය හෝ කාණුවල සහ පීලිවල වැටී ඇති පැළ ඉවත් කරන්න.
- අංගනයන් තුළ හා අවට ඇති ජල කඩිත්ති අඩු කරන්න.
- ජල ටැංකියේ ආවරණය නිසියාකාරව ක්‍රියා කරන්නේ දැයි පරීක්ෂා කර හානි වී ඇති ආවරණ ප්‍රතිස්ථාපනය කරන්න.

උපකාර ලබාගත යුත්තේ කොතැනින්ද

ඔබට සෞඛ්‍ය ගැටලු තිබේ නම්, ඔබේ වෛද්‍යවරයා හමුවන්න, නැතහොත් 1300 60 60 24 ඔස්සේ NURSE-ON-CALL අමතන්න. හදිසි අවස්ථාවකදී, 000 අමතන්න. වෙනත් උපකාර ලබා ගැනීම සඳහා, ඔබේ ප්‍රාදේශීය සභාව සමඟ සම්බන්ධ වන්න.

මෙම ප්‍රකාශනය ප්‍රවේශ විය හැකි ආකාරයකින් ලබා ගැනීමට, pph.communications@health.vic.gov.au වෙත ඊමේල් පණිවුඩයක් යොමු කරන්න.

