



स्थानीय सरकार
राप्ती नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
स्वास्थ्य शाखा, भण्डारा
चितवन
बागमती प्रदेश, नेपाल
२०७३

प.स. २०८२/०८३

च.न. ३३

मिति : २०८२/०५/११

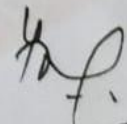
हैंजाको जोखिम सम्बन्धमा उच्च सतर्कता अपनाउन सार्वजनिक अनुरोध ।

हैंजा एक संक्रमक रोग हो । जुन प्रायः दुषित पानी, फोहोर वातावरण र अस्वस्थ खानपानका कारण फैलिन्छ । हाल यो रोग पर्सा जिल्लामा फैलिएको जानकारी प्राप्त भएको छ । यसको सङ्क्रमण छिट्टै नै फैलिने जोखिम भएकोले सम्पूर्ण नगरवासीहरुलाई उच्च सतर्कता अपनाउन हार्दिक अनुरोध गर्दछौं ।

हैंजाबाट बच्ने उपायहरु:-

- ❖ उमालेको वा फिल्टर गरिएको सुरक्षित पानी मात्र पिउनुहोस् ।
- ❖ खाना राम्ररी पकाएर मात्र खानुहोस् ।
- ❖ बाँकी खाना राम्रोसँग ढाकेर राख्नुहोस् र पुनः तताएर मात्र प्रयोग गर्नुहोस् ।
- ❖ खाना खानु अघि साबुन पानीले राम्ररी हात धुनुहोस् ।
- ❖ खुल्ला ठाउँमा दिसा नगर्नुहोस्/ नगराउनुहोस् ।
- ❖ खुल्ला रुपमा राखिएका खानेकुराहरु नखानुहोस् ।
- ❖ खानपिनका लागि प्रयोग हुने भाँडाकुँडाहरु सधैं सफा राख्नुहोस् ।
- ❖ हैंजाको लक्षण (अचानक बारम्बार चौलानि पानी जस्तो पातलो दिसा लाग्ने, वान्ता हुने, शरीर कमजोर हुने, खुट्टा बाउडिने, कमजोर महसुस हुने) देखिएमा तुरुन्तै नजिकको स्वास्थ्य संस्था वा स्वास्थ्यकर्मीलाई सम्पर्क गर्नुहोस् ।

“ हैंजा रोकथाम गर्न सकिने रोग हो । सतर्कता अपनाऔं, सुरक्षित रहौं ”


स्वास्थ्य शाखा प्रमुख