धनगढी उप-महानगरपालिका

नगर कार्यपालिकाको कार्यालय

धनगढी, कैलाली,

सुदूरपश्चिम प्रदेश, नेपाल

धनगढी उप-महानगरपालिका नगर कार्यपालिकाको कार्यालय धनगढी, कैलाली सुदूरपश्चिम प्रदेश, नेपाल

प.सं. ०७६/०७७

च.नं. ६९७

मितिः२०७६/५/२६

श्री सबै वडा कार्यालयहरु,

धनगढी उप-महानगरपालिका

विषयः जनचेतनाको लागी प्रचार प्रसार गरिदिने सम्बन्धमा।

उपरोक्त सम्बन्धमा धनगढी उप-महानगरपालिकामा पनि डेंगु रोगको महामारी फैलिने सम्भावना रहेकाले उक्त रोगबाट बच्न देहाय बमोजिमका सन्देश सहित जनचेतनाका लागी आ-आफ्नो सेवा क्षेत्र भित्र प्रचार प्रसार गरि सहयोग गरि दिन हुन अनुरोध गर्दछु।

डेंगु ज्वरो

डेंगु ज्वरो एडिस जातका लामखुट्टे को टोकाई बाट सर्ने एक प्रकारको सरुवा रोग हो | अहिलेको समयमा डेंगु ज्वरो नेपालको विभिन्न भागका साथै यस जिल्लामा पनि देखापरिरहेको छ | यो लामखुट्टे विशेस गरि दिउसो मात्र टोक्ने गर्दछ र बर्षातको मौसम सुरु भएपछी डेंगु ज्वरोको प्रकोप बढ्न थाल्दछ |

डेंगु ज्वरोका लक्षणहरु

एक्कासी ३ देखि ५ दिनसम्म ज्वरो आउनु (३९ डिग्री से. भन बढी) यो रोगको मुख्य लक्षण हो | बेस्सरी टाउको दुख्ने , आँखाको गेडी दुख्ने , शरीरमा डाबरहरु आउने , अरुचि हुने ,जोर्नी तथा मांसपेसीहरु बेस्सरी दुख्ने , पेट तथा आन्द्रामा गडबडी हुने |

डेंगु ज्वरोको संक्रमण बाट बच्ने उपायहरु :

यो रोगबाट बच्नको लागि मुख्य तय : लामखुट्टेको टोकाईबाट जोगिनु पर्दछ | यसको लागि लामखुट्टेको नियन्त्रण नै सबै भन्दा उत्तम उपाय हो | लामखुट्टे नियन्त्रण गर्न तल दिएका कुराहरुमा ध्यान दिनु पर्दछ |

- पुरा शरीर ढाक्ने गरी कपडा लगाउने, लामखुट्टेको टोकाईबाट बच्न मल्हम जस्ता सामग्री प्रयोग गर्ने ।
- लामखुट्टेको टोकाईबाट बच्न सधैं राती र दिउसो पनि झुल भित्र सुत्ने ,झयाल ढोकामा जाली लगाई बन्द गरी राख्ने ।
- कोठाभित्र कीटनासक स्प्रे तथा कीटनासक बिधुतीय उपकरण प्रयोग गरि सुत्ने ।

लामखुट्टेले फूल पार्ने ठाउंहरुमा फुल पार्न नदिन गनुपर्ने उपायहरु :

- यो रोग सार्ने लामखुट्टेले सफा पानीमा फूल पार्ने हुंदा पानी राख्ने भांडाहरु जस्तै : पानी ट्याङक, गाग्री, बाल्टिन, ड्रम आदि सधैं छोपेर राख्ने ।
- लामखुट्टेको नियन्त्रणको लागी घरवरपर पानी जम्न नदिने, खाल्डाखुल्डी पुर्ने र घर आंगन सफा राख्ने ।
- लामो समयसम्म एउटै ठाउंमा पानी जम्मा गरेर नराख्ने । पुराना टायर, पानी जम्न सक्ने भांडाकुरडा, पुराना बट्टा खाल्टो खनी छोप्ने वा नष्ट गर्ने ।
- गमला/फुलदानी,एअर-कुलर जस्ता पानी जम्ने सामग्रीको पानी हप्तामा एक पटक नियमित रुपमा सुख्खा हूने गरी सफा गर्ने ।
- कुनै स्थानमा खानेपानीको पाईप तथा ढलहरु चूहिने भएमा तूरुन्त मर्मतको व्यवस्था गर्ने ।

नृप बहादुर वड

नगर प्रमुख

धनगढी उप-महानगरपालिका

नृप बहादुर वड नगर प्रमुख

नगर प्रमुखः ०९१-५२१७४३, नगर उप-प्रमुखः ०९१-५२०८७४, प्रमुख प्रशासकीय अधिकृतः ०९१-५२०४२९, प्रमुख प्रशासकीय अधिकृतको निवासः ०९१-५२६४८७, योजना शाखाः ०९१-५२५५०६, आ.ले.प.शाखाः०९१-५२०७२९, प्रशासन शाखाः ०९१-५२१४२९, लेखा शाखाः०९१-५२१५२९, फ्याक्सः ०९१-५२०४२९, दमकलः१०१, वेब साईटः www.dhangadhimun.gov.np