DELHI CANTONMENT BOARD

दिल्ली छावनी परिषद

डेंगू से बचाव आसान है

आपकी सतर्कता आपको और परिवार को डेंगू से बचा सकती है

डेंगू का मच्छर साफ रूके हुए पानी में पैदा होता है

मच्छर पैदा न होने दें

गमले,फूलदान या घर के आस-पास कहीं भी पानी जमा न होने दें।

कूलर के पानी को हर सप्ताह खाली करें या उसमें थोड़ा पेट्रोल/तेल डाल दें।

पानी की टंकी, बाल्टी व अन्य बर्तनों को पूरी तरह ढक कर रखें।

अनुपयोगी कबाड़ जैसे कि टूटे बर्तन, बोतल, टिन, टायर और नारियल के खोल इत्यादि को खुले में न रखें/फेंके।

मच्छर के काटने से बचें

पूरे शरीर को ढ़कने वाले कपड़े पहनें एवं मच्छर भगाने वाली क्रीम का इस्तेमाल करें।

बुखार के समय घर व अस्पताल में मच्छरदानी का नियमित इस्तेमाल करें।

डेंगू के लक्षण

तेज़ बुखार

आंखों के पीछे तेज़ दर्द, जो आंखों के घुमाने से बढ़ता हो

सर दर्द, मासपेशियों एवं जोड़ो में दर्द

पेट दर्द

जी मिचलाना, उल्टी आना

शरीर पर दाने निकलना

उपरोक्त लक्षण दिखाई देने पर इलाज के लिए अपने निकटतम सरकारी अस्पताल या स्वास्थ्य केंद्र से संपर्क करें

डेंगू की जांच व उपचार सभी सरकारी अस्पतालों एवं स्वास्थ्य केंद्रों में निःशुल्क उपलब्ध है

इस सम्बन्ध में आप अपनी शिकायत हेल्पलाइन नंबर पर व्हाट्सप्प या कॉल के माध्यम से करा सकते हैं

हेल्पलाइन नंबर - 9599660765

दिल्ली छावनी परिषद्, दिल्ली छावनी

डेंगू पर वार, हर घर है तैयार

डेंगू ?

- डेंगू एक तरह का वायरल बुखार है जोकि एडिस मच्छर के काटने से होता है।

डेंगू बुखार के लक्षण

- अचानक तेज बुखार।
- सिर में माथे की ओर तेज दर्द।
- आँखों के पीछे दर्द और आँख के हिलने से दर्द में और तेजी होना।
- माँसपेशियों और जोड़ों में दर्द।
- मितली और उल्टी आना।

मलेरिया बुखार के लक्षण

- बुखार आना ।
- पसीना आना ।
- शरीर में दर्द होना ।
- उल्टी आना ।

खून बहने वालें डेंगू बुखार के लक्षण और आघात

- डेंगू बुखार जैसे सभी लक्षण।
- पेट में बड़ी तेज और लगातार दर्द।
- शरीर की चमड़ी पीली तथा ठंडी पड़ जाना या चिड़चिड़ाहट।
- नाक, मुँह और मसूड़ों से खून बहना तथा चमड़ी में खरोंच पड़ जाना।
- नींद न आना और बेचैनी रहना।
- प्यास ज्यादा लगना (गला सूखना)
- सांस लेने में तकलीफ।

डेंगू, मलेरिया एवं चिकनगुनिया से बचने के उपाय -

- भरे हुए पानी के डिब्बे / कंटेनर / हौदी इत्यादि को ढक कर रखें जिससे ऐसी जगहों पर मच्छर पैदा न होने पायें।
- सप्ताह मे एक बार अपने घर के कूलरों का पानी बदल दें । यदि किसी कूलर के पानी बदलने में असुविधा हो तो एक चम्मच पेट्रोल या मिट्टी का तेल अवश्य डाल दें ।
- कूलर में लगाने वाली घास को हर वर्ष बदल दें। तथा पुरानी घास का निष्पादन उचित तरीके से करें।
- घर में रखे फूलदान का एवं वास इत्यादि में लगाये गए पौधों का पानी सप्ताह में एक बार अवश्य बदल दें ।
- अपने घर की छतों पर लगी पानी की टंकी ढक कर रखें तथा छतों पर लगी पानी की टंकी के निकास एवं हवा निकासी पाइप पर लोहे की जाली / प्लास्टिक नेट या कपड़े से बांध दें, जिससे मच्छर टंकी में इन जगहों से प्रवेश ना कर सकें।
- छतों पर पुराने टायर टूटे हुए गमले , कप, डिब्बे इत्यादि जमा हैं तो इन्हे तुरंत हटा दें, अन्यथा इनमे बारिश का पानी इकठ्ठा हो सकता हैं।
- यदि आप एक सप्ताह या ज्यादा समय के लिए बाहर जा रहें हैं तो अपने घर के कमोड को ढक कर जायें।
- घर में उचित कीटनाशक दवाएं प्रयोग करें ।
- ऐसे कपड़े न पहने जिसमें बाहें और टागें नंगी रहें।
- मच्छरदानी का इस्तेमाल दिन में भी करें और मच्छर निरोधक क्रीम इत्यादि का प्रयोग करें ।
- डेंगू, मलेरिया या चिकनगुनिया बुखार की स्थिति में अस्पताल में भर्ती करने के लिए डॉक्टर की राय मानें।

विस्तार से जानकरी प्राप्त करने हेतु भारत सरकार स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय की वेबसाइट देखें

आपके घर में मच्छर का प्रजनन पाये जाने की स्थिति में छावनी अधिनियम 2006 के प्रावधानों के तहत कार्यवाही की जा सकती है।

जोन न0–I सदर बाजार, क्रिबी प्लेस झुग्गी एरिया एवं पुरानी नांगल, दिल्ली छावनी (वार्ड न0 7 एवं 8)	जोन न0–II नारायणा सीबी क्षेत्र, शास्त्री बाजार ईवीएएम बरार स्केयर झुग्गी एरिया, दिल्ली छावनी (वार्ड न0 1, 2 एवं 3)	जोन न0–IV महरम नगर, ईस्ट महरम नगर, झरेड़ा गांव एवं प्रहलाद पुर गांव दिल्ली छावनी (वार्ड न0 5 एवं 6)
श्री सचिन गहलावत (सहायक सफाई निरीक्षक) मो. **8448595197**	**श्री मनीष वत्स** (सहायक सफाई निरीक्षक) मो. **7838889902**	**श्री अनीश डबास** (सहायक सफाई निरीक्षक) मो. **8882794562**

इस सम्बन्ध में आप अपनी शिकायत हेल्पलाइन नंबर पर व्हाट्सप्प या कॉल के माध्यम से करा सकते हैं

हेल्पलाइन नंबर - 9599660765