पोखरा महानगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
शैक्षिक प्रशासन महाशाखा
कास्की, गण्डकी प्रदेश
नेपाल

पोखरा महानगरपालिका नगर कार्यपालिकाको कार्यालय न्यूरोड, कास्की गण्डकी प्रदेश, नेपाल

पत्र संख्या: ०७६/०७७
चलानी नं. २२४

फोन :०६१ ५४०२७८

मिति : २०७६।०५।२७

बिषयः- डेंगु रोगबारे सचेतना सम्बन्धमा ।

श्री पोखरा महानगरपालिका स्थित सम्पूर्ण सामुदायिक, सस्थागत र मण्टेश्वरी बिद्यालयहरु

पोखरा महानगरपालिका, कास्की

प्रस्तुत बिषयमा पोखरा महानगरपालिका र आसपासका क्षेत्रहरुमा फैलिएको डेंगु रोगको संक्रमण नियन्त्रण गर्ने कार्यका लागि महानगरपालिका भित्रका कक्षा ७ वा सो भन्दा माथी पढाई हुने सबै बिद्यालयका प्र.अ वा स्वास्थ्य शिक्षक मध्येवाट १ जना शिक्षकलाई डेंगु रोगका बारेमा अभिमूखिकरण कार्यक्रम गरिसकिएको र अभिमूखिकरण कार्यक्रम पश्चात आ-आफ्नो विद्यालयमा विद्यार्थीहरुलाई अभिमूखिकरण गराई उनीहरु मार्फत आ-आफ्नो घर र छरछिमेकमा लामखुट्टेको बासस्थान नष्ट गर्ने कार्यमा सहयोग पुग्ने गरी उत्प्रेरणा जगाई डेंगु रोग नियन्त्रणमा सहयोग गर्न देहाय बमोजिम गर्नु गराउनु हुन अनुरोध छ ।

निम्न :

१. विद्यार्थी तथा शिक्षकहरुले पुरा शरीर ढाकिनेगरी कपडा लगाउने ।
२. डेंगु रोग सम्बन्धी कक्षा संचालन गर्ने ।
३. यसैसाथ रहेको नमुना अनुशार व्यानर तयार गरी सबैले देखिने स्थानमा टांस गर्ने ।
४. विद्यालय हाता भित्र नियमित सरसफाई गर्ने र वरपरको वातावरण नियमित सरसफाई गर्न सहयोग गर्ने ।

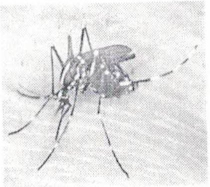
बोधार्थ :
श्रीमान् प्रमुख प्रशासकिय अधिकृत ज्यू
पोखरा महानगरपालिका

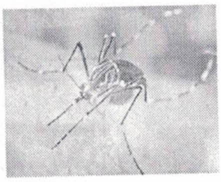
.....................
गंगा बहादुर गुरुङ
गंगा बहादुर गुरुङ
उप-सचिव

श्री सूचना शाखा, वेभसाईटमा सूचना प्रकाशन गरीदिनुहुन अनुरोध छ।

## डेङ्गु रोग सम्बन्धि जानकारी

डेङ्गु रोग एडिज लामखुट्टेको टोकाइबाट सर्ने सरुवा रोग हो । यो रोग एक मानिसबाट अर्को मानिसमा संक्रमित पोथी लामखुट्टेको टोकाइबाट सर्दछ । डेंगु रोग लागेपछि निम्न लक्षणहरु देखिन्छन् ।





लक्षणहरु :

- उच्च ज्वरो आउनु आँखा को गेडी वरिपरि तथा टाउकाको पछाडीको भाग दुख्ने
- जिउ दुख्ने
- जोर्नी, हड्डी तथा मांशपेशी दुख्ने,
- छालामा बिमिरा आउने
- शरीरका कुनै पनि भागमा रक्तश्राव हुने

डेंगु रोगको उपचार :

- डेंगु रोग भाईरसको कारणबाट हुनेहुंदा खास उपचार र खोप नभएकाले समयमै स्वास्थ्य सस्था वा अस्पताल गई लाक्षणिक उपचार गर्नु पर्दछ ।

डेंगु रोगबाट बच्ने उपायहरु :

- डेंगु ज्वरोबाट बच्न लामखुट्टेको टोकाइबाट बच्नु पर्छ
- लामखुट्टेको टोकाइबाट बच्नका लागि दिनको समयमा पुरै शरिर ढाकिने गरी लुगा लगाउने
- सुत्दा झुलको प्रयोग गर्ने
- जम्मा भएको सफा पानीमा डेंगु रोग लगाउने लामखुट्टेको बासस्थान हुने भएकाले घर वरिपरिको पानी जम्ने स्थानहरु जस्तैः खुल्ला पानी ट्याङ्की, टायर, गमला तथा कुनैपनि भाडामा लामो समयसम्म पानी जम्न नदिने र प्रत्येक ३ वा ४ दिनमा खाली गर्ने
- घरायसी प्रयोजनका लागि संकलन गरिएको पानीको भाडा राम्रोसंग ढाक्ने
- नियमित वातावरणीय सरसफाई गर्ने
- चिकित्सकको सिफारिस बिना औषधीको प्रयोग नगर्ने

"डेंगु रोग लाग्नबाट आफु पनि बचौ र अरुलाई पनि बचाऔं" ।

बिद्यालयको नाम

पोखरा महानगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
न्यूरोड, कास्की
गण्डकी प्रदेश, नेपाल

पोखरा महानगरपालिका

गंगा बहादुर गुरुङ
उप-सचिव