गर्मी मौसममा संक्रामक रोगबाट बचौं र बचाऔं ।

- गर्मी मौसममा मलेरिया, कालाजार, डेंगु, हैजा लगायतका विभिन्न संक्रामक रोगहरु फैलिन सक्दछन् ।
- संक्रामक रोग फैलाउने झिंगा, लामखुट्टे, भुसुना आदिको नियन्त्रण गरौं ।
- संक्रामक रोगबाट बच्न शुद्ध र उमालेको पानी पिऔं ।
- बासी तथा सडेगलेका खाना नखाऔं ।
- घरभित्र र वरपरको सरसफाईमा ध्यान दिऔं ।

लुम्बिनी प्रदेश सरकार
आन्तरिक मामिला, कानून तथा सहकारी मन्त्रालय
राप्ती उपत्यका (देउखुरी), नेपाल

लामखुट्टेको टोकाईबाट बच्नु नै डेंगु रोगबाट बच्ने सर्वोत्तम उपाय:

- पूरा शरीर ढाकिने गरी कपडा लगाउने ।
- सुतेको समयमा लामखुट्टेको टोकाईबाट बच्न अनिवार्य झुलको प्रयोग गर्ने ।
- घर वरपर वा खेतबारीमा काम गर्दा लामखुट्टेको टोकाइबाट बच्ने ।
- झ्याल र ढोकामा जाली लगाई बन्द राख्ने ।
- लामखुट्टे उत्पन्न हुन नदिन घर वरपर सफा राख्नुका साथै पानी जम्न नदिने ।
- अचानक ज्वरो आए, टाउको धेरै दुखेमा तुरुन्तै नजिकैको स्वास्थ्य संस्था वा अस्पतालमा जँचाउन जाने ।

लुम्बिनी प्रदेश सरकार
आन्तरिक मामिला, कानून तथा सहकारी मन्त्रालय
राप्ती उपत्यका (देउखुरी), नेपाल

लुम्बिनी प्रदेश सरकार
आन्तरिक मामिला, कानून तथा सहकारी मन्त्रालय
राप्ती उपत्यका (देउखुरी), नेपाल

सर्पले टोकेको अवस्थामा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरु ।

- सर्पले टोकेका व्यक्ति आत्तिन सक्छन्, सान्त्वना दिऔं,
- सर्पले टोकेका व्यक्तिलाई तुरुन्त अस्पताल वा सर्पदंश उपचार केन्द्र पुऱ्याऔं,
- सवारी साधनमा घाईतेलाई बसाएर सर्पले टोकेको ठाउँलाई मिलेसम्म मुटुको सतहभन्दा तल पारी लैजाऔं,
- गलत परम्परागत उपचार विधि (झारफूक) तिर नलागौं,
- आफ्नो नजिक सर्पदंश उपचार केन्द्र कहाँ छ ? जानकारी राखौं,
- आफ्नो घर वरिपरी झाँडी नराखौं र सधै वातावरण सफा राखौ ।

लुम्बिनी प्रदेश सरकार
आन्तरिक मामिला, कानून तथा सहकारी मन्त्रालय
राप्ती उपत्यका (देउखुरी), नेपाल

लुम्बिनी प्रदेश सरकार
आन्तरिक मामिला, कानून तथा सहकारी मन्त्रालय
राप्ती उपत्यका (देउखुरी), नेपाल

आगलागि हुन नदिन सधै चनाखो बनौं ।

- खाना पकाई सकेपछि आगो, ग्याँस चुल्हो, स्टोभ वा हिटर निभाऔं ।
- सिलिण्डरको रेगुलेटर, पाईप वा चुल्होबाट ग्यास लिक भए नभएको यकिन गरौं ।
- ग्यासको गन्ध आए बेवास्ता नगरौं ।
- सलाई, लाईटर बालबालिकाले भेट्टाउने ठाउँमा नराखौं ।
- दाउरा बालेर खाना पकाईसकेपछि पानी छयापेर आगो निभाऔं ।
- चुरोट, तमाखु, चिलिम, सुल्पा नखाऔं । खाएमा आगो राम्ररी निभाऔं ।
- विजुलीका तार, प्लग, स्वीच वा वायरिङ् ठीक अवस्थामा भए नभएको जाँच गरौं ।
- घरवस्ती नजिकै पोखरी, टयाङ्की वा अरु कुनै तरिकाले पानीको जोहो गरिराखौं ।
- आगलागी जन्य विपद्बाट बच्न चनाखो बनौं ।
- हावाहुरीबाट हुने क्षति कम गर्न पूर्व तयारी एवं सतर्कता अपनाऔं ।

लुम्बिनी प्रदेश सरकार
आन्तरिक मामिला, कानून तथा सहकारी मन्त्रालय
राप्ती उपत्यका (देउखुरी), नेपाल

लुम्बिनी प्रदेश सरकार
आन्तरिक मामिला, कानून तथा सहकारी मन्त्रालय
राप्ती उपत्यका (देउखुरी), नेपाल