20 (W) x 27 (H) - Pesss - ad 2

पानी ठहरेगा जहाँ, मलेरिया फैलाने वाले मच्छर पनपेंगे वहाँ।

गड्ढों में पानी जमा होने से मच्छर पनपते हैं।

कुंओं में पानी जमा होने से मच्छर पनपते हैं।

हैण्ड पम्प के आसपास पानी जमा होने से मच्छर पनपते हैं।

मलेरिया के मच्छर रुके हुए साफ़ या धीरे बहते पानी में पैदा होते हैं। ये आपके घर में या आस-पास कहीं भी पनप सकते हैं, जैसे-

- गड्ढों और तालाबों में।
- कुंओं में।
- हैण्ड पम्प के आस पास।
- टायरों व पानी के बर्तनों में।
- पानी की खुली टंकियों में।

इसलिए मलेरिया से बचने के लिए अपनाएं कुछ सरल उपाय, जैसे -

- अपने घर के आस पास पानी जमा न होने दें।
- गड्ढों, तालाबों व अन्य जलाशयों में गम्बुज़िया मछली डालें।
- हैण्ड पम्प के आस-पास सीमेंट से पक्का फर्श व नाली बनवाएं।
- टायरों व अनुपयोगी बर्तनों में पानी जमा न होने दें।
- पानी के बर्तनों को ढक कर रखें।
- पशु और पक्षियों के बर्तनों को सप्ताह में एक बार साफ़ करके, सुखाकर इस्तेमाल करें।
- रात में कीटनाशक से उपचारित मच्छरदानी का ही उपयोग करें।

अधिक जानकारी के लिए अपने नज़दीकी स्वास्थ्यकर्मी/ स्वास्थ्य केन्द्र से सम्पर्क करें।

राष्ट्रीय वैक्टर जनित रोग नियंत्रण कार्यक्रम
NVBDCP

हमने ठाना है मलेरिया मिटाना है

राष्ट्रीय वैक्टर जनित रोग नियंत्रण कार्यक्रम, स्वास्थ्य सेवा महानिदेशालय, स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय, भारत सरकार।

20 (W) x 27 (H) - Pesss - ad 3

पानी जमा होने देंगे जहाँ, मच्छर पनपेंगे वहाँ।

छत पर पड़ी टूटी और अनुपयोगी वस्तुओं में पानी जमा होने से मच्छर पनपते हैं।

छत को साफ़ रखें।

हैण्ड पम्प के आसपास पानी जमा होने से मच्छर पनपते हैं।

हैण्ड पम्प के आस पास सिमेंट से पक्का फर्श व पक्की नाली बनवाएं।

बिखरे पड़े टायरों में पानी जमा होने से मच्छर पनपते हैं।

टायरों को रखने का सही तरीका

अक्सर हमारे घरों के आस-पास पानी जमा हो जाता है। और यह सच है, पानी जमा होगा जहाँ, मच्छर पनपेंगे वहाँ। यही मच्छर मलेरिया फैलाते हैं।

मलेरिया से बचने के लिए अपनाएं कुछ सरल उपाय, जैसे :-

- पानी के बर्तन, टंकियों आदि को ढक कर रखें।
- अपनी मच्छरदानी को कीटनाशक से उपचारित कर उसे और भी असरदार बनाएं।
- पशु और पक्षियों के बर्तन व हौदी इत्यादि को सप्ताह में एक बार साफ़ करके, सुखाकर इस्तेमाल करें।
- अपने स्वास्थ्य केन्द्र से मुफ़्त उपलब्ध गम्बुज़िया मछली लाएं, जो मलेरिया से बचने का एक सरल उपाय है। यह छोटी सी मछली मलेरिया फैलाने वाले मच्छरों के लार्वा को खा जाती है।

अधिक जानकारी के लिए अपने नज़दीकी स्वास्थ्यकर्मी/ स्वास्थ्य केन्द्र से सम्पर्क करें।

राष्ट्रीय वैक्टर जनित रोग नियंत्रण कार्यक्रम
NVBDCP

हमने ठाना है मलेरिया मिटाना है

राष्ट्रीय वैक्टर जनित रोग नियंत्रण कार्यक्रम, स्वास्थ्य सेवा महानिदेशालय, स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय, भारत सरकार।

20 (W) x 27 (H) - Pesss - ad 4

छोटे-छोटे मच्छर करते हैं बड़ी परेशानी, गम्बुज़िया मछली डालें जहाँ ठहरा हो पानी।

1. हैचरी से गम्बुज़िया मछली मुफ़्त प्राप्त करें।

2. थैली में गम्बुज़िया मछली ले जाएं।

3. गम्बुज़िया मछली को कुंओं, तालाबों, और अन्य जलाशयों में छोड़ें।

गम्बुज़िया मछली मलेरिया से बचने का एक सरल उपाय है। यह छोटी सी मछली मलेरिया फैलाने वाले मच्छरों के लार्वा को खा जाती है।

- मलेरिया के मच्छर आपके घर के आस-पास ठहरे हुए पानी जैसे तालाब, कुंओं एवं अन्य जलाशयों में पनपते हैं।
- गम्बुज़िया मछली इन मच्छरों के लार्वा को खा जाती है।
- यह मछलियाँ स्वास्थ्य केन्द्रों से मुफ़्त प्राप्त की जा सकती है।
- गम्बुज़िया मछलियों को स्वास्थ्य केन्द्रों से प्राप्त करके अपने आस-पड़ोस के गड्ढों, तालाबों, पोखरों व अन्य जलाशयों में डालें।

अधिक जानकारी के लिए अपने नज़दीकी स्वास्थ्यकर्मी/ स्वास्थ्य केन्द्र से सम्पर्क करें।

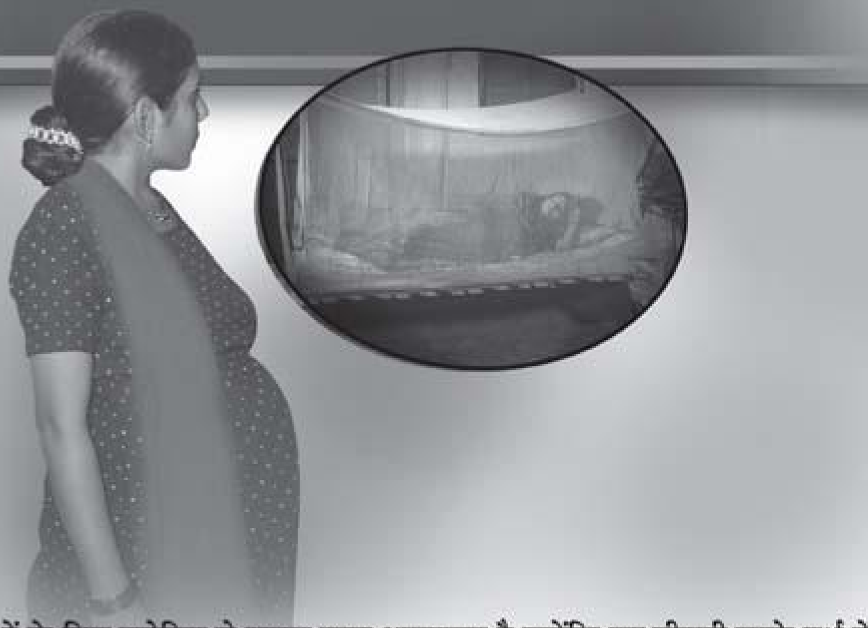
राष्ट्रीय वैक्टर जनित रोग नियंत्रण कार्यक्रम
NVBDCP

हमने ठाना है मलेरिया मिटाना है

राष्ट्रीय वैक्टर जनित रोग नियंत्रण कार्यक्रम, स्वास्थ्य सेवा महानिदेशालय, स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय, भारत सरकार।

20 (W) x 27 (H) - Pesss - ad 5

जच्चा-बच्चा को मलेरिया से न होगी हानि, अगर गर्भवती महिला बरते सावधानी।



गर्भवती महिलाओं के लिए मलेरिया से बचना बहुत आवश्यक है क्योंकि यह बीमारी उनके गर्भ में पल रहे शिशु को भी नुकसान पहुँचा सकती है। गर्भवती महिला मलेरिया से बचने के लिए निम्नलिखित सरल उपाय अपना सकती है -

- सोते समय कीटनाशक से उपचारित मच्छरदानी का उपयोग करें।
- पानी के बर्तन, टंकियों इत्यादि को ढक कर रखें।
- पानी से भरे गड्ढों में मिट्टी भर दें।
- सप्ताह में एक बार फूलदान, कूलर, पशु-पक्षियों के पानी के बर्तन, हौदी इत्यादि को सुखाकर ही पानी भरें।
- हैण्ड पम्प के आस-पास सिमेंट से पक्का फर्श व नाली बनवाएं।

छोटी-छोटी युक्ति, दिलाए मलेरिया से मुक्ति।

मच्छरदानी को बनाए ज्यादा असरदार, करके उसका कीटनाशक से उपचार।

अधिक जानकारी के लिए अपने नज़दीकी स्वास्थ्यकर्मी/ स्वास्थ्य केन्द्र से सम्पर्क करें।

हमने ठाना है मलेरिया मिटाना है

राष्ट्रीय वैक्टर जनित रोग नियंत्रण कार्यक्रम
NVBDCP

राष्ट्रीय वैक्टर जनित रोग नियंत्रण कार्यक्रम, स्वास्थ्य सेवा महानिदेशालय, स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय, भारत सरकार।

20 (W) x 27 (H) - Pesss - ad 6

मलेरिया से अपने परिवार को बचाएं, तालाबों, कुंओं और अन्य जलाशयों में गम्बुज़िया मछली पालें।

गम्बुज़िया मछली मलेरिया से बचने का एक सरल उपाय है। यह छोटी सी मछली मलेरिया फैलाने वालों मच्छरों के लार्वा को खा जाती है।

- मलेरिया के मच्छर आपके घर के आस-पास ठहरे हुए पानी जैसे तालाब, कुंओं एवं अन्य जलाशयों में पनपते हैं।
- गम्बुजिया मछली इन मच्छरों के लार्वा को खा जाती है।
- यह मछलियाँ स्वास्थ्य केन्द्रों से मुफ़्त प्राप्त की जा सकती है।
- गम्बुजिया मछलियों को स्वास्थ्य केन्द्रों से प्राप्त करके अपने आस-पड़ोस के गड्ढों, तालाबों, पोखरों व अन्य जलाशयों में डालें।

अधिक जानकारी के लिए अपने नज़दीकी स्वास्थ्यकर्मी/ स्वास्थ्य केन्द्र से सम्पर्क करें।

राष्ट्रीय वैक्टर जनित रोग नियंत्रण कार्यक्रम
NVBDCP

हमने ठाना है मलेरिया मिटाना है

राष्ट्रीय वैक्टर जनित रोग नियंत्रण कार्यक्रम, स्वास्थ्य सेवा महानिदेशालय, स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय, भारत सरकार।

20 (W) x 27 (H) - Pesss - ad 7

कंपन से यदि चढ़े बुख़ार, पसीना आए बार-बार, हो सकता है यह मलेरिया का बुख़ार।

बुखार होने पर खून की जाँच अवश्य करवाएं।

मलेरिया के लक्षण हैं -

- सर्दी व कम्पन के साथ बुखार।
- तेज़ बुखार व सरदर्द।
- बुखार उतरते समय बदन का पसीना-पसीना होना।

मलेरिया होने पर पूर्ण उपचार लें और दवा खाली पेट न खाएं।

खून की जाँच एवं मलेरिया का उपचार स्वास्थ्य केन्द्रों, ज्वर उपचार केन्द्रों और औषधी वितरण केन्द्रों में मुफ़्त उपलब्ध है। अधिक जानकारी के लिए अपने नज़दीकी स्वास्थ्यकर्मी व स्वास्थ्य केन्द्र से सम्पर्क करें।

हमने ठाना है
मलेरिया मिटाना है

राष्ट्रीय वैक्टर जनित रोग नियंत्रण कार्यक्रम, स्वास्थ्य सेवा महानिदेशालय, स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय, भारत सरकार।

20 (W) x 27 (H) - Pesss - ad 8