# आओ मिलकर

# डेंगू रोकें

## "जुलाई को डेंगू रोधी महीने के रूप में मनाएं"

**डेंगू एक वायरल बीमारी है, जोकि ऐडीज मच्छर के काटने से फैलती है। यह मच्छर दिन में काटता है व रूके हुए साफ पानी में ही पनपता है।**

**प्रत्येक रविवार को अपने घर में सूखा दिवस (Drying Day) मनाएं तथा सभी पानी के बर्तनों, कूलर, टंकी, फ्रिज ट्रे, गमलें इत्यादि को खाली करके सुखाएं ताकि मच्छर के अण्डे व लारवा मर जाए**

### डेंगू के लक्षण

- अकस्मात तेज बुखार का होना।
- अचानक तेज़ सिर दर्द होना।
- मॉस पेशियों तथा जोड़ो में दर्द होना।
- आंखों के पीछे दर्द होना, जोकि आंखों को घुमाने से बढ़ता है।

### आम जनता से अपील हैं कि डेंगू रोकने के लिए

- घरों के आस–पास गढडों को मिटट्ी से भरवा दें।
- छत पर बेकार प्लास्टिक का सामान/बर्तन, पुराने टायर, नारियल खोल आदि को जमा न होने दें।
- प्रत्येक रविवार को अपने घर में **सूखा दिवस** (Drying Day) मनाएं।
- पूरी बाजू के कपड़े पहनें।
- मच्छर रोधी दवा या क्रीम का उपयोग करें।
- कीटनाशक दवाई से उपचारित मच्छरदानी का उपयोग करें।
- छतों पर रखी पानी की टंकियों को ढक्कन लगाकर बंद रखें।
- बुखार आने पर डाक्टर की सलाह अवश्य लें।

**इनमें से कोई भी लक्षण होने पर तुरन्त अपने नजदीकी चिकित्सा केन्द्र में खून की जांच करवाएं। चिकित्सक की सलाह से ही दवाई खाएं व स्वयं दवाई न खाएं**

**दूर रखनी है यदि ये बीमारी, तो निभानी होगी सबको अपनी जिम्मेदारी।**

**पानी ठहरेगा जहां - मच्छर पनपेगा वहां**

Please scan QR Code to visit us

Please Follow us on
@NHMHRY @NationalHealthMissionHaryana
@haryananhm @nhmharyana9720

हरियाणा सरकार

NATIONAL HEALTH MISSION
राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन

## हरियाणा वासियों के लिए राज्य के प्रत्येक जिले के नागरिक अस्पताल में प्लेटलेट्स की सुविधा मुफ्त उपलब्ध है।

## मुफ्त जांच सुविधाएं

- 27 सरकारी डेंगू जांच प्रयोगशाला में मुफ्त डेंगू की जांच उपलब्ध हैं।
- ये सभी प्रयोगशालाएं राज्य के प्रत्येक जिले के नागरिक अस्पताल में हैं।
- सभी प्राईवेट लैब को अलाईजा आधारित एन. एस. 1 एवं आई.जी.एम. डेंगू टैस्ट 600 रूपये में करने के निर्देश दे दिए गए हैं।

**इन सभी सुविधाओं का लाभ लेने के लिए अपने जिले के मुख्य चिकित्सा अधिकारी या जिला मलेरिया अधिकारी से सर्म्पक करें**

राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन, स्वास्थ्य विभाग हरियाणा

website : www.nhmharyana.gov.in

डायल करो 112 एम्बुलैंस की सेवा लो

हरियाणा सरकार

NATIONAL HEALTH MISSION

राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन

Let's come together to stop

# Dengue

## "Observe July as Anti Dengue Month"

Dengue is a Viral Diseases spread by Aedes Mosquito which bites during day time and breeds in clean stagnant water

Observe every Sunday as 'Drying Day' and empty all water containers, coolers, overhead & ground tanks, refrigerator's tray, flower pots, bird baths etc. & scrub dry to kill the eggs and larvae of mosquito.

### Symptoms of Dengue

- Abrupt onset of high fever
- Severe Frontal Headache
- Pain behind the eyes which worsens with eye movement
- Muscle and joint pains
- Loss of sense of taste and appetite

### General Public is requested to prevent dengue by the following:

- Fill the pits around your houses with sand
- Do not allow waste plastic items/utensils, old tyres, coconut shells etc. to accumulate on the rooftop.
- Observe every SUNDAY as 'DRYING DAY'
- Wear full sleeved clothes
- Use mosquito repellants
- Sleep under insecticide treated Bednets (machhardani)
- Keep water tanks on roofs closed with lids.
- If you get fever, consult a doctor.

If any of the above symptoms appears, please rush to nearest Health Centre and get the blood examined. Take treatment only on advice of doctor. Don't take medicine by yourself.

**Platelets facility is available Free of Cost to the residents of Haryana in the civil hospitals of every district in the state**

### Free Diagnostic Facilities available at

- Free dengue testing facility is available in 27 Govt. Dengue Testing Labs
- These Labs are established in Civil Hospital of each District
- Restricted private labs not to charge more than Rs.600/- for NS1 & IgM Elisa based Dengue test

**Please contact Civil Surgeon or District Malaria Officer of your District to avail these facilities**

**दूर रखनी है यदि ये बीमारी, तो निभानी होगी सबको अपनी जिम्मेदारी।**

**पानी ठहरेगा जहां - मच्छर पनपेगा वहां**

Please scan QR Code to visit us

Please Follow us on

@NHMHRY @NationalHealthMissionHaryana @haryananhm @nhmharyana9720

**National Health Mission, Health Department, Haryana**

website : www.nhmharyana.gov.in