

মশা থেকে নিজেকে নিরাপদ রাখুন



মশা জাপানী এনসেফালাইটিস ছড়াতে পারে ।
এটি একটি বিরল কিন্তু গুরতর সংক্রমন।

- > আপনি যখন বাইরে যাবেন তখন পা ঢাকা জুতাসহ খোলা মেলা ও হালকা রঙ এর কাপড় পড়ুন
- > সূর্যোদয়ের আগে এবং সূর্যাস্তের পরে বাইরে থাকা এড়িয়ে চলুন
- > ডিইইটি, পিকারিডিন বা লেমন ইউক্যালিপটাসের তৈল থাকে এমন ইনসেক্ট রিপিলেন্ট ত্বকে প্রয়োগ করুন
- > কীটনাশক স্প্রে এবং মশার কয়েল ব্যবহার করুন
- > দরজা এবং জানালায় ইনসেক্ট স্ক্রীন লাগান
- > যেখানে মশার বংশ বৃদ্ধি করার সম্ভবনা আছে, আপনার বাড়ীর বাইরে এমন সব জায়গা থেকে পানি জমে থাকা পাত্র সরিয়ে ফেলুন

আপনার যদি স্বাস্থ্য সম্পর্কিত কোন উদ্বেগ থাকে এবং ভাষাগত সহায়তার প্রয়োজন মনে করেন , তাহলে টিস (TIS) এ ১৩১ ৪৫০ নম্বরে ফোন করে হেলথ ডাইরেক্টে ১৮০০ ০২২ ২২২ এ সংযোগ করিয়ে দিতে বলুন।

মশা থেকে নিজেকে নিরাপদ রাখুন



মশা জাপানী এনসেফালাইটিস ছড়াতে পারে ।
এটি একটি বিরল কিন্তু গুরতর সংক্রমন ।

- > আপনি যখন বাইরে যাবেন তখন পা ঢাকা জুতাসহ খোলা মেলা ও হালকা রঙ এর কাপড় পড়ুন
- > সূর্যোদয়ের আগে এবং সূর্যাস্তের সময়ে বাইরে থাকা এড়িয়ে চলুন
- > ডিইইটি, পিকারিডিন বা লেমন ইউক্যালিপটাসের তৈল থাকে এমন ইনসেক্ট রিপিলেন্ট ত্বকে প্রয়োগ করুন
- > কীটনাশক স্প্রে এবং মশার কয়েল ব্যবহার করুন
- > দরজা এবং জানালায় ইনসেক্ট স্ক্রীন লাগান
- > যেখানে মশার বংশ বৃদ্ধি করার সম্ভবনা আছে, আপনার বাড়ীর বাইরে এমন সব জায়গা থেকে পানি জমে থাকা পাত্র সরিয়ে ফেলুন

আপনার যদি স্বাস্থ্য সম্পর্কিত কোন উদ্বেগ থাকে এবং ভাষাগত সহায়তার প্রয়োজন মনে করেন , তাহলে টিস (TIS) এ ১৩১ ৪৫০ নম্বরে ফোন করে হেলথ ডাইরেক্টে ১৮০০ ০২২ ২২২ এ সংযোগ করিয়ে দিতে বলুন