

लामखुट्टेबाट आफूलाई बचाउनुहोस्।



लामखुट्टेले जापानी इन्सेफेलाइटिस फैलाउन सक्छ।
यो एक दुर्लभ तर गम्भीर संक्रमण हो।

- > झ्याल र ढोकाहरूमा किरा नछिर्ने जाली-पर्दाले छोप्नुहोस्।
- > बाहिर निस्कँदा खुल्ला र हल्का रङको लुगा लगाउनुहोस् र बन्द जुता लगाउनुहोस्।
- > सूर्योदय र सूर्यास्तको समयमा बाहिर नबस्ने।
- > डि ई ई टी (DEET), पिकारिडीन (picaridin), वा लेमन इकिलिप्टस (eucalyptus) को तेल समावेश भएको छालामा कीट प्रतिरोधी (किरा भगाउने) लगाउनुहोस्।
- > कीटनाशक स्प्रे र लामखुट्टे भगाउने कोइल प्रयोग गर्नुहोस्।
- > लामखुट्टे प्रजनन गर्न सक्ने आफ्नो घर बाहिर पानी भएको भाडोहरू (कन्टेनरहरू) हटाउनुहोस्।

यदि तपाईंसँग कुनै स्वास्थ्य सम्बन्धित चिन्ता छ र भाषा सहायता चाहिन्छ भने, १३१ ४५० मा TIS लाई सम्पर्क गर्नुहोस् र Health Direct Tel १८०० ०२२ २२२ अनुरोध गर्नुहोस्।

लामखुट्टेबाट आफूलाई बचाउनुहोस्।



लामखुट्टेले जापानी इन्सेफेलाइटिस फैलाउन सक्छ।
यो एक दुर्लभ तर गम्भीर संक्रमण हो।

- > बाहिर निस्कँदा खुल्ला र हल्का रङको लुगा लगाउनुहोस् र बन्द जुता लगाउनुहोस्।
- > सूर्योदय र सूर्यास्तको समयमा बाहिर नबस्ने।
- > डि ई ई टी (DEET), पिकारिडीन (picaridin), वा लेमन इकिलिप्टस (eucalyptus) को तेल समावेश भएको छालामा कीट प्रतिरोधी (किरा भगाउने) लगाउनुहोस्।
- > कीटनाशक स्प्रे र लामखुट्टे भगाउने कोइल प्रयोग गर्नुहोस्।
- > झ्याल र ढोकाहरूमा किरा नछिर्ने जाली-पर्दाले छोप्नुहोस्।
- > लामखुट्टे प्रजनन गर्न सक्ने आफ्नो घर बाहिर पानी भएको भाडोहरू (कन्टेनरहरू) हटाउनुहोस्।

यदि तपाईंसँग कुनै स्वास्थ्य सम्बन्धित चिन्ता छ र भाषा सहायता चाहिन्छ भने, १३१ ४५० मा TIS लाई सम्पर्क गर्नुहोस् र Health Direct Tel १८०० ०२२ २२२ अनुरोध गर्नुहोस्।