

इन्फ्लूएंझा

घाबरु नका.. जागरुक रहा

इन्फ्लूएंझा हा विषाणूमुळे होणारा आजार आहे

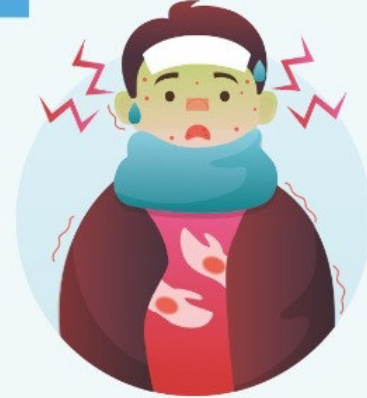
टाईप ए चे उपप्रकार

एच 1 - एन 1, एच 2 - एन 2, एच 3 - एन 2

इन्फ्लूएंझा रुग्णांसाठी घ्यावयाची काळजी

- रुग्णाने शक्यतो बैठकीच्या खोलीत, ज्या ठिकाणी सर्व कुटुंबीय असतील तेथे येणे टाळावे.
- रुग्णाने घरात जर कोणी अति जोखमीचे आजार असणारे असतील तर त्यांच्या निकट सहवासात जाऊ नये.
- घरात ब्लिच द्रावण तयार करावे. याचा उपयोग रुग्णाचा टेबल, खुर्ची, रुग्णाचा स्पर्श होतील असे पृष्ठभाग पुसण्यासाठी करावा.
- दिवसातून किमान दोनवेळा गरम पाण्यात मीठ हळद टाकून गुळण्या कराव्यात, तसेच गरम पाण्याची वाफ घ्यावी.
- रुग्णाने वापरलेले रुमाल गरम पाण्यात, ब्लिच द्रावणात अर्धा तास भिजवून नंतर स्वच्छ धुवावेत.
- रुग्णाचे अंथरुण, पांघरुण, टॉवेल हाताळल्यास हात साबण व पाण्याने स्वच्छ धुवावेत.

- ताप आणि फल्चूची इतर लक्षणे संपल्यानंतर किमान 24 तासापर्यंत घरी रहावे.
- रुग्णाने वापरलेले टिशू पेपर अथवा मास्क कुठेही टाकू नयेत.
- रुग्णाची सेवा शक्यतो कुटुंबातील एकाच व्यक्तीने करावी.
- रुग्णाने भरपूर विश्रांती घ्यावी आणि द्रव पदार्थ घ्यावेत.
- रुग्णाकरिता वेगळी खोली निश्चित करावी.
- रुग्णाने स्वतः नाकावर रुमाल बांधावा.
- रुग्णाने धुस्रपान करू नये.
- डॉक्टरांच्या सल्ल्याने औषधे घ्यावीत.



लक्षणे दिसताच त्वरीत डॉक्टरांचा सल्ला घ्या

जिल्हा आरोग्य प्रशासन, वाशिम जिल्हा

लवकर तपासणी, निदान, उपचार रोगाला करु हद्दपार



/MahaArogyaIECBureau



@MahaHealthIEC



/mahahealthiec



/MahaHealthIEC

इन्फ्लूएंझा

घाबरु नका.. जागरुक रहा

इन्फ्लूएंझा हा विषाणूमुळे होणारा आजार आहे

टाईप ए चे उपप्रकार

एच 1 - एन 1, एच 2 - एन 2, एच 3 - एन 2



प्रतिबंधात्मक उपाय

हे करा

- वारंवार साबण व स्वच्छ पाण्याने हात धुवा.
- पौष्टिक आहार घ्या.
- लिंबू, आवळा, मोसंबी, संत्री, हिरव्या पालेभाज्या या सारख्या आरोग्यदायी पदार्थांचा आहारात वापर करा.
- धुम्रपान टाळा.
- पुरेशी झोप आणि विश्रांती घ्या.
- भरपूर पाणी प्या.

हे करु नका

- हस्तांदोलन.
- सार्वजनिक ठिकाणी थुंकू नका.
- डॉक्टरांच्या सल्याशिवाय औषध घेऊ नका.
- आपल्याला फ्लू सदृश्य लक्षणे असतील तर गर्दीच्या ठिकाणी जाऊ नका.

लक्षणे



ताप



खोकला



घशात
खवखव



धाप लागणे



अंगदुखी

लवकर तपासणी, निदान, उपचार रोगाला करु हद्दपार

लक्षणे दिसताच त्वरीत डॉक्टरांचा सल्ला घ्या

[f /MahaArogyaIECBureau](#) [@MahaHealthIEC](#) [/mahahealthiec](#) [/MahaHealthIEC](#)

जिल्हा आरोग्य प्रशासन, वाशिम जिल्हा