डेंगू से बचाव के उपाय
क्योंकि जानकारी ही बचाव है

राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन

- अपने घर में और आस पास पानी एकत्रित न होने दें।
- सभी पानी की टंकी व जल भण्डारण की सभी वस्तुओं को ढककर रखें।
- सभी गुलदस्तों, पानी के बर्तनों एवं कूलर का सारा पानी सप्ताह में एक बार पूरी तरह खाली कर दें और उन्हें सुखा कर फिर से भरें।
- टूटे पुराने बर्तन, बोतल, डिब्बे, पुराने बेकार टायर, आदि इधर-उधर न फेंके क्योंकि इनमें एकत्रित पानी में डेंगू रोग फैलाने वाला मच्छर (एडीज) पनपता है।
- मच्छर के काटने से बचाव हेतु मच्छरदानी का प्रयोग करें।
- ऐसे कपड़े पहने जो शरीर को ज्यादा से ज्यादा ढक सकें।
- तेज बुखार, सरदर्द, बदनदर्द, मांसपेशियों तथा जोड़ों में दर्द, आँखों के पिछले भाग में दर्द, शरीर पर लाल चकत्ते आना आदि लक्षण होने पर चिकित्सकीय परामर्श लें।
- उपरोक्त लक्षण डेंगू रोग के हो सकते हैं, बिना चिकित्सीय परामर्श के कोई दवा ना लें।