නවතමු

ඩෙංගු

දැන් !

සතියකට විනාඩි 30 ක් යොදන්න...

- ආවරණය නොකළ ළිං / සිමෙන්ති ටැංකි / නළ ළිං
- ජලය රැස් කරන බැරල් / භාජන / බාල්දි
- පක්ෂි නාන තටාක / පොකුණු
- ඉවතලන ටයර්
- මල් පෝච්චි / මල් බඳුන් යට තබා ඇති තැටි
- ඉවතලන ටින් / බෝතල් / කිරි පෙට්ටි / වීදුරු බඳුන්
- පොල් කටු / වියලි තැඹිලි කෝම්බ
- වැසි ආවරණ / පොලිතීන් / ඉටි කොළ
- අවහිර වී ඇති වැහි පීලි / සිමෙන්ති කානු
- කොන්ක්‍රීට් වහල සහ තට්ටු වල රැඳෙන වැසි ජලය
- භාවිතා නොකරන වැසිකිළි සහ වැසිකිළි උපාංග
- ශීතකරණයේ / වායුසමීකරණයේ ජලය රැඳෙන තැටි
- සුරතල් සතුන්ට ජලය / කෑම තබා ඇති භාජන
- ගස් බෙන / ජලය එක් රැස්වන ශාක කඳන්
- කැඩූ උණ පුරුක්
- පත්‍ර අතර ජලය රැඳෙන විසිතුරු මල් පැල

නිරතුරුව ඔබගේ නිවස, පාසල සහ සේවා ස්ථානය
මදුරුවන්ගෙන් තොරව පිරිසිදුව තබාගන්න

ජාතික ඩෙංගු මර්දන ඒකකය

සෞඛ්‍ය පෝෂණ හා දේශීය වෛද්‍ය අමාත්‍යාංශය

දුරකතන: +94-11-2368416 ෆැක්ස්: +94-11-2369893

ඊමේල්: ndcu2010@yahoo.com වෙබ් අඩවිය www.dengue.health.gov.lk

- කුඩා බඳුන්වල මෙන්ම විශාල ජල එකතුවීම් වලද ඩෙංගු මදුරුවන් බෝවේ.
- සෑම සතියකටම වරක් ඔබේ නිවස හා අවට මදුරුවන් බෝවිය හැකි ස්ථාන පරීක්ෂා කරන්න.
- මදුරුවන් බෝවන ස්ථාන ඉවත් කිරීමට පහත ක්‍රියාමාර්ග අනුගමනය කරන්න.

√ ළිං / ජලය රැස් කරගන්නා භාජන සහ ටැංකි වැනි දේ මදුරුවන්ට ඇතුළු විය නොහැකි සේ හොඳින් ආවරණය කරන්න.

√ ළිං, ටැංකි සහ පොකුණු සඳහා කීට භක්ෂක මසුන් යොදන්න.

√ නළ ළිඳේහි බටයේ ජලය රැඳෙන ස්ථානයේ මදුරු කීටයන් සිටී දැයි දිනපතා විමසිලිමත් වන්න.

√ ජලය රැස් කරන බඳුන්, ටැංකි, මල් පෝච්චි සහ කුරුළු නාන තටාක යනාදියේ ඇතුලත පෘෂ්ඨ බුරුසුවකින් හොඳින් අතුල්ලා පිරිසිදු කරන්න.

√ ශීතකරණ / වායු සමීකරණ වල ඇති ජලය එක්රැස් වන තැටි සහ සුරතල් සතුන්ට ආහාර දෙන භාජන යනාදියේ ඇතුලත පෘෂ්ඨ බුරුසුවකින් හොඳින් අතුල්ලා පිරිසිදු කරන්න.

√ භාවිතයට ගත නොහැකි / පියන රහිත සිස්ට(ර්)න් / කොම(ර්)ඩ් ඉවත් කිරීම හෝ අලුත්වැඩියා කිරීම සිදු කරන්න.

√ ඉවතලන බඳුන් හා භාණ්ඩ නිසි පරිදි බැහැර කරන්න / ප්‍රතිචක්‍රීකරණය හෝ විනාශ කරන්න.

√ නැවත භාවිතයට ගන්නා හෝ ඉවතලන ටයර ජලය එක් රැස් නොවන සේ ආවරණය කරන්න / වැලි පුරවන්න / සිදුරු කරන්න.

√ නිසි ලෙස නඩත්තු නොකළ අවහිර වූ වැහි පීලි පිරිසිදු කරන්න / ගලවා ඉවත් කරන්න.

√ වැසි ආවරණ (පොලිතීන්, ඉටි කොළ, රෙක්සීන්) සහ කොන්ක්‍රීට් වහල (ස්ලැබ්) මත ජලය එක්රැස් නොවන සේ සකස් කරන්න.

√ ගස් බෙන, උණ පුරුක් වැනි ස්ථාන වල ජලය එක්රැස් නොවන සේ වැලි / බදාම පුරවන්න.

√ ජලය රැඳෙන විසිතුරු ශාක වගා කිරීමෙන් වළකින්න.

සතියකට විනාඩි 30 ක් යොදවා ඔබේ පවුලේ ආරක්ෂාව තහවුරු කර ගන්න

டெங்கினை உடனடியாக நிறுத்து!

வாரம் ஒரு முறை 30 நிமிடங்கள் செலவழியுங்கள்

- மூடப்படாத கிணறுகள் / சீமெந்து தாங்கிகள் / குழாய்கிணறுகள்
- நீர்சேகரிக்கும் தாங்கிகள்/கொள்கலன்கள் / வாளிகள்
- பறவைக்குளியல்கள் / குளங்கள் / குட்டைகள்
- தேவையற்ற டயர்கள்
- மலர் ஜாடி / மலர் ஜாடி தட்டுகள்
- நிராகரிக்கப்பட்ட ரின்கள் / போத்தல்கள் / சிரட்டை / கோம்பைகள் / தயிர்பானைகள் / கண்ணாடிப் பொருட்கள்
- மூடுவதற்கு பயன்படும் உறைகள் / பொலித்தீன் / செயற்கை இறப்பர் தோல்
- முற்றாக அடைக்கப்பட்ட கூரைப்பீலிகள் / சீமெந்து வடிகான்கள்
- கொங்கிறீட் தளம் / கட்டிடங்களின் ஈரமான தரை
- பாவிக்காத மலசலகூடங்கள், மலசலகூட வாளிகள்
- குளிர்சாதனப்பெட்டி மற்றும் வாயுசீராக்கியில் நீர்சேகரிக்கும் தட்டுக்கள்
- செல்லப்பிராணிகளின் உணவுத்தட்டு
- மரப் பொந்துகள் / நீர்சேகரிக்கும் மர துளைகள்
- மூங்கில் அடிக்கட்டை
- நீர்சேகரிக்கக்கூடிய அலங்காரத் தாவரங்கள்

எப்போதும் உங்கள் வீடு, பாடசாலை, அலுவலகங்கள் என்பனவற்றை நுளம்பு பெருக்கமற்ற இடங்களாக வைத்திருக்கவும்.

தேசிய டெங்கு கட்டுபாட்டுப் பிரிவு

சுகாதார, போசனை மற்றும் சுதேச வைத்திய அமைச்சு

தொ.பே: +94-11-2368416 தொ.நு: +94-11-2369893

மின்அஞ்சல்: ndcu2010@yahoo.com இணையதளம்: www.dengue.health.gov.lk

- சிறுநீர் சேகரிப்புகளில் மற்றும் பெரிய நீர் சேகரிப்புகளில் நுளம்புகள் இனப் பெருக்கம் செய்யலாம்.
- வாரம் ஒருமுறை உங்கள் வீட்டை நுளம்பு இனப்பெருக்கம் செய்யக்கூடிய இடத்தினைப் பரிசோதனை செய்ய வேண்டும்.
- நுளம்பு இனப்பெருக்கம் செய்வதனைத் தடுப்பதற்கு இந்த வழிமுறைகளை பின்பற்றவும்.

√ கிணறுகள் / சீமெந்து தாங்கிகள் மற்றும் நீர் சேகரிக்கும் கொள்களன்களை வலைகள் மூலம் மூடி மறைக்களாம்.

√ கிணறு, குளம், தாங்கிகள் ஆகியவற்றில் குடம்பிகளை உண்ணும் மீன்களை வளர்த்தல்.

√ குழாய்கிணற்றின் கழுத்துப்பகுதியில் நீர்தேங்கி நுளம்புகள் பெருகாதவாறு அவதானிக்கவும்.

√ நீர்சேகரிக்கும் தாங்கிகள், மலர்சாடிகள் மற்றும் பறவை குளியல்கள் ஆகியவற்றை சரியான கால இடைவெளிகளில் கழுவி சுத்தப்படுத்தல்.

√ குளிர்சாதனப்பெட்டி மற்றும் வாயுசீராக்கியில் நீர் சேகரிக்கும் தட்டுக்கள் மற்றும் செல்லப்பிராணிகள் உணவுண்ணும் கோப்பைகளை சரியான கால இடைவெளிகளில் கழுவி சுத்தப்படுத்தல்.

√ பாவிக்கமுடியாத / பாவனையற்ற மலசலகூட கொமட் மற்றும் சிஷ்டேன்களை அழித்துவிடல் அல்லது திருத்துதல்.

√ அழித்தல் / ஒழுங்காக அகற்றுதல் அல்லது தேவையற்று அகற்றப்பட்ட எல்லாப்பொருட்களையும் மீள்சூழற்சி செய்தல்.

√ மூடி /துளைகள்/ மீள் பயன்படுத்தக்க அல்லது அகற்றப்பட்ட டயர்களில் மண்போட்டு மூடுதல்.

√ தொடர்ந்து சுத்தம் செய்யாத அல்லது பேணப்படாத அடைபட்ட கூரைப்பீலியை நீக்கி விடவும்.

√ மூடுவதற்கு பயன்படுத்தப்படும் பொருட்கள் (பொலித்தீன் மற்றும் செயற்கை இறப்பர்தோல்), கோங்கிறீட் தளங்கள் நீர்சேகரிப்பு இல்லாமல் பராமரித்தல.

√ மரப்பொந்து மற்றும் மூங்கில் துளைகளில் மண் அல்லது சீமெந்து இட்டு நிரப்புதல்.

√ நீர் சேகர்க்கக்கூடிய அலங்கார தாவரங்களை நடுவதைத் தவிர்த்தல்.

வாரம் ஒருமுறை 30 நிமிடங்கள் செலவுசெய்து, உங்கள் குடும்ப பாதுகாப்பினை உறுதி செய்யவும்.