No. HFW-H(IDSP)General-2010 – 4599

HEALTH & FAMILY WELFARE DEPATMENT,
HIMACHAL PRADESH

To

1. The Municipal Commissioner,
   Shimla, Dharamshala & Solan
2. The Engineer-in- Chief,
   Irrigating and Public Health Department,
   U.S. Club-Shimla
3. All the Chief Medical Officers
   in Himachal Pradesh

DIRECTORATE OF HEALTH SERVICES
22 OCT 2016
KASUMPTI, SHIMLA - 9

2819
1/11/16

Dated Shimla-9 the

Sub: **"Advisory for prevention of water borne diseases"**

Sir,

It has been observed that most of the water born disease outbreaks in past few years has occurred within 2 to 3 months of the festive season of Dusshehra and Diwali. This corresponds to the incubation period of diseases like Hepatitis E (2 to 8 weeks) leading to outbreak of Jaundice. As per the public health experts this is explained by the theory that during the holidays for these festivals public is exposed to infection source.

Non Chlorination of water supply during these holidays may be one of the causes of such exposure. Keeping this in view you are requested to ensure proper chlorination along with all other preventive measures in place to avoid such outbreaks in future.

Thanks and Regards

Yours sincerely

Director Health Services,
Himachal Pradesh

Endst. No. : As above.

Dated Shimla-9 the

Endst No:- EDN-U (G-II) Misc 2016 – 01-03/11/16
Office of the Deputy Director of Higher Education Una Distt Una (HP)

Copy to:-
All the Heads GSSS/GHS in Una Distt for information & strict compliance.

Deputy Director of Higher Education
Una District Una (H.P.)

- स्क्रब टाईफस का इलाज बहुत आसान है। तुरन्त डॉक्टर को दिखाएं।
- बुखार कैसा भी हो नजदीक के स्वास्थ्य केन्द्र में सम्पर्क करें।
- खेतों व झाड़ियों में काम करते समय पूरा शरीर (खासकर टांगें, पांव और बाजू) ढककर रखें।

स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग, ऊना, हि०प्र० द्वारा जनहित में जारी।

Ptd. by.: Anil Printers,Una # 94181-45440

स्क्रब टाईफस : ध्यान दें

आम तौर पर बरसात के मौसम में तेज बुखार से पीड़ित रोगियों की संख्या बढ़ जाती है। यह बुखार स्क्रब टाईफस भी हो सकता है। यह रोग एक जीवाणु विशेष (रिकेटशिया) से संक्रमित पिस्सु (माईट) के काटने से फैलता है जो खेतों, झाड़ियों व घास में रहने वाले चूहों में पनपता है। यह जीवाणु चमड़ी के माध्यम से शरीर में प्रवेश करता है और स्क्रब टाईफस बुखार पैदा करता है।

लक्षण:-

- तेज बुखार जो 104 से 105 डिग्री तक जा सकता है।
- जोड़ो में दर्द व कंपकंपी के साथ बुखार।
- शरीर में ऐंठन, अकड़न या शरीर टूटा हुआ लगना।
- अधिक संक्रमण में गर्दन, बाजुओं के नीचे, कूल्हों के ऊपर गिल्टियां होना।

रोकथाम:-

- शरीर की सफाई का ध्यान रखें।
- घर तथा आसपास के वातावरण को साफ रखें।
- घर के चारों ओर घास, खरपतवार नहीं उगने दें।
- घर के अंदर और आसपास कीटनाशक दवाओं का छिड़काव करें।

आवश्यक बातें :-

- इस बुखार को लोग जोड़-तोड़ बुखार भी कहते हैं।
- यह रोग एक आदमी से दूसरे को नहीं फैलता।
- स्क्रब टाईफस का इलाज बहुत आसान है। तुरन्त डॉक्टर को दिखाएं।
- बुखार कैसा भी हो नजदीक के स्वास्थ्य केन्द्र में सम्पर्क करें।
- खेतों व झाड़ियों में काम करते समय पूरा शरीर (खासकर टांगें, पांव और बाजू) ढककर रखें।

NATIONAL HEALTH MISSION
राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन

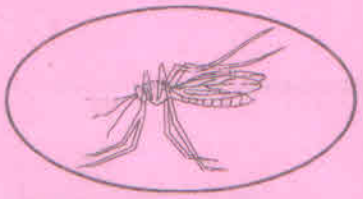
स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग, ऊना, हि0प्र0 द्वारा जनहित में जारी।

मानव सेवा

Ptd. by.: Anil Printers,Una # 94181-45440

क्या आप जानते हैं ?

मच्छर से निम्नलिखित रोग फैलते हैं



ANOPHELES Mosquito

मलेरिया:

यह मादा मच्छर (एनोफलिस) के काटने से होता है ।

इसके लक्षण हैं :

- चढ़े बुखार जोर से सर्दी और कम्पन करे हैरान । ➡ पड़े पसीना जाते समय यह है मलेरिया की पहचान ।
- तेज बुखार 104°F तक, शरीर में दर्द, सर्दी और कम्पन तथा फिर पसीना पड़ता है । हर रोज या 1 दिन छोड़ कर आता है ।

रोकथाम तथा उपचार :

* इर्द-गिर्द सफाई रखें ।
* सारे गड्ढों में पानी न ठहरने दें क्योंकि इनमें मच्छर पनपता है ।
* अपने बदन को कपड़ों से ढक कर रखें ।
* मच्छरदानी का प्रयोग करें ।
* बुखार होने पर अपने रक्त की जाँच करवायें ।
* नई ईलाज पद्धति से सुरक्षित ईलाज उपलब्ध हैं ।

Tiger Mosquito

डेंगू :

यह टाईगर मच्छर जिसके पंखों, बदन तथा टांगों में सफेद धारियां होती हैं के काटने से होता है ।

इसके काटने से डेंगू वायरस आदमी के शरीर में प्रवेश हो जाता है तथा रोगी को

* तेज बुखार, सिर दर्द, बदन में तथा जोड़ों में दर्द होना, आंखों के पीछे दर्द होना ।
* कई बार नाक से, आमाशय से रक्त का स्त्राव होना तथा बेहोश हो जाना ।
* शरीर में पलेटलेटस की कमी होना ।
* यह मच्छर टूटे बर्तनों, टायरों, कुलरों, ए०सी० में व खड़े पानी की टंकी में पनपते हैं ।
* यह मच्छर दिन को काटता है ।
* आदमी से आदमी को नहीं फैलता है ।

बचाव तथा उपचार :

* मच्छर को पनपने से रोकें ।
* सप्ताह में एक-दो बार कूलर, ए०सी० तथा टंकी के पानी को जरूर बदलें ।
* टूटे बर्तन, पुराने टायर, टूटे घड़े इत्यादि को घर में न रखें ताकि उनमें पानी न ठहरे ।
* उपरोक्त चिन्ह होने पर शीघ्र अस्पताल जायें तथा उपचार करवायें ।

NATIONAL HEALTH MISSION

आई० ई० सी० प्रभाग

स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग, ऊना, जिला ऊना हि०प्र०

Ptd. by.: Anil Printers,Una # 94181-45440

स्क्रब टाईफस : ध्यान दें

आम तौर पर बरसात के मौसम में तेज बुखार से पीड़ित रोगियों की संख्या बढ़ जाती है। यह बुखार स्क्रब टाईफस भी हो सकता है। यह रोग एक जीवाणु विशेष (रिकेटशिया) से संक्रमित पिस्सु (माईट) के काटने से फैलता है जो खेतों, झाड़ियों व घास में रहने वाले चूहों में पनपता है। यह जीवाणु चमड़ी के माध्यम से शरीर में प्रवेश करता है और स्क्रब टाईफस बुखार पैदा करता है।

लक्षण:-

- तेज बुखार जो 104 से 105 डिग्री तक जा सकता है।
- जोड़ो में दर्द व कंपकंपी के साथ बुखार।
- शरीर में ऐंठन, अकड़न या शरीर टूटा हुआ लगना।
- अधिक संक्रमण में गर्दन, बाजुओं के नीचे, कूल्हों के ऊपर गिल्टियां होना।

रोकथाम:-

- शरीर की सफाई का ध्यान रखें।
- घर तथा आसपास के वातावरण को साफ रखें।
- घर के चारों ओर घास, खरपतवार नहीं उगने दें।
- घर के अंदर और आसपास कीटनाशक दवाओं का छिड़काव करें।

आवश्यक बातें :-

- इस बुखार को लोग जोड़–तोड़ बुखार भी कहते हैं।
- यह रोग एक आदमी से दूसरे को नहीं फैलता।
- स्क्रब टाईफस का इलाज बहुत आसान है। तुरन्त डॉक्टर को दिखाएं।
- बुखार कैसा भी हो नजदीक के स्वास्थ्य केन्द्र में सम्पर्क करें।
- खेतों व झाड़ियों में काम करते समय पूरा शरीर (खासकर टांगें, पांव और बाजू) ढककर रखें।

NATIONAL HEALTH MISSION
राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन

स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग, ऊना, हि0प्र0 द्वारा जनहित में जारी।

मानव सेवा

Ptd. by.: Anil Printers,Una # 94181-45440