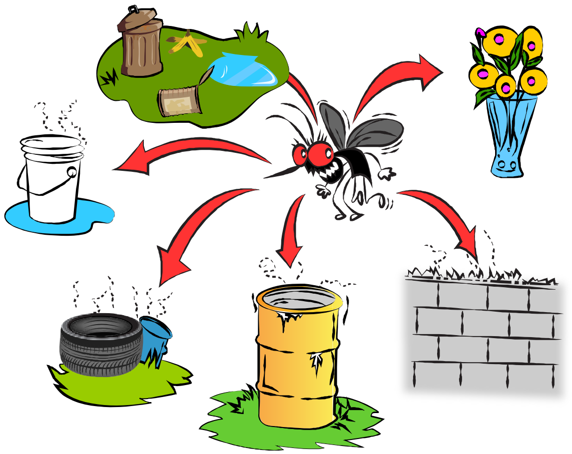
© 2017MAHIDOL UNIVERSITY ALL RIGHTS RESERVED

ခြင်လောက်လမ်း နှိမ်နင်းရေး ၁၀ ချက်

ဖုံး	ရေအိုး၊ ရေတွင်းများကို ဖုံးထားခြင်း။
သွန်	ရေအောင်းနိုင်သော ရေအိုးများ၊ ရေခွက်များကို သွန်ခြင်း။
လဲ	ဘုရားပန်းအိုးများ ရေပုံမှန်လဲပေးခြင်း။
စစ်	ပိုးလောက်လန်းများကို ရေစစ်ဖြင့် ဖယ်ရှားခြင်း။
လောင်း	ဘီရှိအောက်ခံရေခွက်များထဲသို့ ရေနံဆီ စသည်တို့ဖြင့် လောင်းခြင်း။
မြှုပ်	ရေဝပ်နိုင်သော ရေအိုးကွဲ၊ တာယာဟောင်းများ မြှုပ်ခြင်း။
ရှင်း	ခြုံများရှင်းခြင်း။
မှတ်	ခြင်ဆေးမှုတ်ခြင်း။

ဒီလို နေရာတွေမှာ ရှိတယ်



မိုးရာသီက သွေးလွန်တုပ်ကွေးရောဂါ အဖြစ်များတဲ့ကာလဖြစ်တာကြောင့် ကလေးတွေ ကိုယ်ပူလာရင် ဆေးရုံသွားပြဖို့လိုပါတယ်။

၁၅၀၀/၃၄၃၂, တမ်ဘွန်
မဟာချိုင်၊ အမ်ဖို မူရန်
စမွတ်စခွန်၊ ၇၄၀၀၀။

သွေးလွန်တုပ်ကွေးရောဂါ ဆိုတာ ဘာလဲ။

(ไข้เลือดออก)

သွေးလွန်တုပ်ကွေးရောဂါဟာ ရောဂါပိုးသယ်ဆောင်လာတဲ့ အေးဒိစ်ခြင်ကျား အကိုက်ခံရရာက ကူးစက်တတ်ပါတယ်။ အသက်ခြောက်လ မှ အသက်၂၀ နှစ်အတွင်း ကလေး၊ လူငယ်တွေမှာ အဖြစ်များတယ်။

ကလေးတွေမှာ ကပ်ရောဂါအသွင် ဖြစ်ပွားလေ့ရှိကာ အချိန်မီမကုသရင် သေဆုံးနိုင်တယ်။

© 2017MAHIDOL UNIVERSITY ALL RIGHTS RESERVED

ဘယ်လိုလက္ခဏာတွေဆို အရေးကြီးလဲ

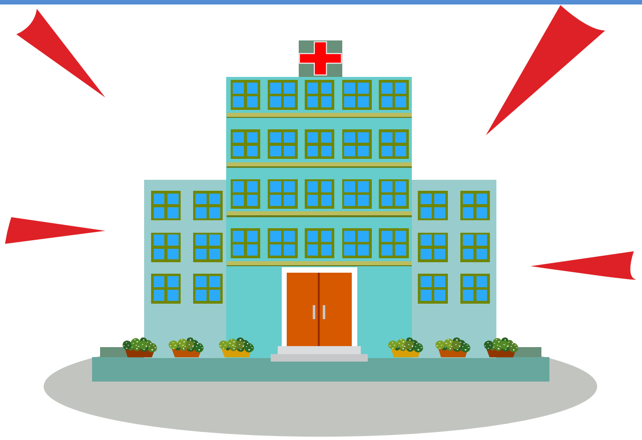
၂ ရက်မှ ၇ ရက်အထိ အပြင်းဖျားခြင်း၊ ပျို့အန်ခြင်း၊ ကိုယ်ခန္ဓာတွင် အနီစက်များ ထွက်ပေါ်လာခြင်း၊ ရုတ်တရက် အဖျားကျခြင်း၊ ခြေဖျား လက်ဖျားများ အေးခြင်း။

MOSQUITO = Dengue

ခြင် = သွေးလွန်တုပ်ကွေး

သွေးလွန်တုပ်ကွေးရောဂါ ဖြစ်ပွားပါက ဂရုစိုက်ပြီး အရည်များများ တိုက်ရမယ်။ ဓာတ်ဆားရည်၊ ဖျော်ရည်၊ နို့၊ ဟောလစ်၊ စွပ်ပြုတ်တို့ ကျွေးနိုင်ပြီး အဖျားကြီး လွန်းရင် ရေချိုးပေးနိုင်တယ်။ ရေဖတ် တိုက်နိုင်တယ်။

ပါရာစီတမောဆေးပြား၊ ဆေးရည် တိုက်ကျွေးနိုင်ပါတယ်။



ကလေးငယ်တွေ အပူကြီးပြီး မှိန်းလွန်းရင်၊ အစားအသောက်နဲ့ အရည်မဝင်ရင် ဆရာဝန် နဲ့ပြပါ။ အစားအသောက် ဒါမှမဟုတ် အရည်လုံး၊ လက်မခံဘဲ ဆက်တိုက် အန်နေရင်၊ ကော်ဖီရောင် သို့မဟုတ် အမည်းရောင်တွေ ပါနေရင်၊ မှိန်းလွန်းရင် ဆေးရုံသွားပြီး ဆရာဝန်ရဲ့ ကုသမှုခံယူဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။

ဘယ်လို ကာကွယ်မလဲ

ခြင်ကိုက် မခံရအောင် ကလေးတွေကို အဝတ်အစား လုံလုံခြုံခြုံ ဝတ်စေခြင်း။

ခြင်ထောင်၊ ခြင်ဆေးရည်စိမ် ခြင်ထောင်နဲ့ အိပ်စေခြင်း။