सिद्धिचरण नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
ओखलढुङ्गा

फोन नम्बर
०३७-५२०६२५
०३७-५२०२१३
फ्याक्स नम्बर
०३७-५२००५१

१ नं.प्रदेश, नेपाल

प.सं.०७६/०७७

चलानी नं.१२५८

मिति:२०७६।१०।२८

सिचिद्धरण नगरपालिकाद्वारा जनहितमा जारी सन्देश

हाल विश्वका विभिन्न देशमा देखा परेको नोबेल कोरोना भाइरसको महामारी रोकथामका लागि निम्न उपाहरु अपनाउन सिद्धिचरण नगरपालिका सम्बन्धित सबैमा अनुरोध गर्दछ ।

-कोरोना भाइरस कसरी सर्दछ ?

- कोरोना भाइरस एउटा प्रजातिको जीवबाट अर्कोमा सजिलै सर्दछ र यसरी सर्दैसर्दै मान्छेसम्म पुग्छ ।
- श्वासप्रश्वासको माध्यमबाट यो रोग एक मानिसबाट अर्कोमा सर्दछ ।

-कोरोना भइरसका लक्षणहरु के के हुन ?

- रुघा लाग्नु , ज्वरो आउनु र खोकी लाग्नु ,
- टाउको दुख्ने,
- घाँटी खसखस गर्ने,
- छिटो छिटो सास फेर्नु ,
- सास फेर्न गाह्रो हुनु ,
- भित्रैदेखि सञ्चो नभएको आभास हुनु ,
- समयमा उपचार नभएमा निमोनिया हुनु ,
- सिभिएर एक्युट रेस्पिरेटरी हुनु सिन्ड्रोम हुनु ,
- मिर्गौलाले काम गर्न छोडनु र मानिसको मृत्यू हुनु ।

-कोरोना भाइरसको संक्रमणबाट बाँच्न के गर्ने ?

- आफ्नो हात बारम्बार सफा गरिराख्ने,
- हात धुँदा साबुन पानी अथवा क्लिन्जरले धुने,
- खोक्दा हाच्छिउँ गर्दा आफ्नो मुख हातले वा टिस्यू पेपरले छोप्ने र टिस्यू पेपर प्रयोग गर्नासाथ सुरक्षित रुपमा जलाउने वा जमिनमा गाडने,
- रुघाखोकी र ज्वरो आएका मानिसहरुको नजिक नबस्ने,
- ज्वरो, खोकी र सास फेर्न गाह्रो भएमा तुरुन्त स्वास्थ्य संस्थामा गई जचाउने,
- भिडभाडमा जाँदा मास्क लगाएर जाने,
- जनावरहरुलाई नछुने,
- मासु, दूध र अण्डा राम्रोसँग पकाएरमात्र खाने,
- कोरोना भाइरस लागेको लक्षण देखिएका मानिसदेखी टाढा बस्ने ।

....

रामेश्वर पोखरेल
प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत