



# ڈینگی سے احتیاط صحت مند اور محفوظ حیات وزیر اعلیٰ پنجاب کی خصوصی ہدایات پر

ڈینگی لاروا کی انسپکشن کے لئے خصوصی ٹیموں کی تشکیل

لاروا کی موجودگی کی صورت میں سخت قانونی کارروائی،  
قید و جرمانے کی سزا اور عمارت کو سیل کر دیا جائے گا

## احتیاطی تدابیر اپنا کر حکومتی اقدامات کو کامیاب بنائیں



کمروں میں کوئلے یا  
میٹ استعمال کریں



کاٹھ کباڑ اور نا کارہ ٹائر  
تلف کریں



روم کولر کا پانی روزانہ  
تبدیل کریں



فریج کی ٹرے  
کی صفائی کریں



اے سی سے نکلنے والا پانی  
فوری ضائع کریں



پردوں اور صوفوں کے  
پیچھے سپرے کریں

بخار کے ساتھ جسم اور آنکھوں میں درد کی صورت میں قریبی سرکاری ہسپتال سے رجوع کریں

مزید معلومات کے لیے  
**1033** ہیلپ لائن

ڈائریکٹوریٹ جنرل ہیلتھ سروسز  
محکمہ پرائمری اینڈ سیکنڈری ہیلتھ کیئر، حکومت پنجاب







# ڈینگی کی مکمل روک تھام مل کر کریں گے حکومت اور عوام

احتیاطی تدابیر اپنا کر حکومتی اقدامات کو کامیاب بنائیں



کاٹھ کباڑ اور نا کارہ ٹائر تلف کر دیں



کمروں میں کوائل، میٹ یا سپرے کریں



روم کو لڑکا پانی روزانہ تبدیل کریں



پانی کی ٹینکی کو ڈھانپ کر رکھیں



ریفریجریٹر کی ٹرے خشک رکھیں



گملوں اور کپڑوں کو زیادہ پانی نہ دیں

بدلتے موسم میں ڈینگی کا خطرہ بڑھ جاتا ہے، احتیاط وقت کی ضرورت ہے

مزید معلومات کے لیے  
**1033** ہیلتھ لائن

ڈائریکٹوریٹ جنرل ہیلتھ سروسز  
محکمہ پرائمری اینڈ سیکنڈری ہیلتھ کیئر، حکومت پنجاب







# ڈینگی سے احتیاط صحت مند حیات

اپنے ارد گرد کا ماحول خشک اور صاف رکھیے  
بارش ہونے کی صورت میں فوری نکاسی آب کا بندوبست کریں  
اور کہیں بھی پانی کھڑا نہ ہونے دیں کیونکہ کھڑے پانی میں ڈینگی مچھر پیدا ہوتا ہے

## ڈینگی بخار کی ابتدائی علامات

بخار کے ساتھ مندرجہ ذیل میں سے کوئی ایک یا ایک سے زیادہ علامات ہوں تو آپ کو ڈینگی بخار ہو سکتا ہے۔

|   |  |                                       |  |
|---|--|---------------------------------------|--|
| سر میں درد  | پیٹ میں شدید درد۔                                | مسلل قے یا متلی کی کیفیت۔             | طبیعت میں بے چینی، گھبراہٹ یا سستی۔                |
| ناک، مسوڑھے، کھانسی، الٹی، پخاٹنے یا پیشاب کے ساتھ خون یا معمول سے زیادہ یا پہلے ماہواری۔ | چکر آنا یا آنکھوں کے آگے اندھیرا آنا۔            | جسم میں پٹھوں اور جوڑوں میں شدید درد۔ | مناسب مقدار میں پانی پینے کے باوجود پیشاب میں کمی۔ |
| بچوں میں بخار کے ساتھ طبیعت میں بے چینی یا گھبراہٹ۔                                       | جسم کے مختلف حصوں میں لال رنگ کے دھبے یا نشانات۔ |                                       |  |



**یاد رکھیں!**  
ڈینگی کے ساتھ ساتھ دوسری خطرناک بیماریوں  
کے پھیلاؤ کا باعث بن سکتے ہیں



ڈائریکٹوریٹ جنرل ہیلتھ سروسز  
محکمہ پرائمری اینڈ سیکنڈری  
ہیلتھ کیئر



1033

مزید معلومات اور رہنمائی کے لیے ہیلتھ لائن پر مفت کال کریں





# ڈینگی سے احتیاط صحت مند حیات

اپنے ارد گرد کا ماحول خشک اور صاف رکھیے  
بارش ہونے کی صورت میں فوری نکاسی آب کا بندوبست کریں  
اور کہیں بھی پانی کھڑا نہ ہونے دیں کیونکہ کھڑے پانی میں ڈینگی مچھر پیدا ہوتا ہے

## ڈینگی بخار میں خطرے کی علامات

مندرجہ ذیل میں کسی بھی علامت کی موجودگی میں فوراً (15 منٹ کے اندر) ہسپتال کی ایمرجنسی میں رجوع کریں۔

|   |   |  |
|---|---|--|
| بخار اترنے کے باوجود طبیعت کا بحال نہ ہونا یا پہلے سے بگڑ جانا۔ | پیٹ میں شدید درد۔   | مسلل قے یا متلی کی کیفیت۔                          |
| طبیعت میں بے چینی، گھبراہٹ یا سستی۔                             | ہاتھ پیر کا ٹھنڈا ہو جانا۔  | مناسب مقدار میں پانی پینے کے باوجود پیشاب میں کمی۔ |
| چکر آنا یا آنکھوں کے آگے اندھیرا آنا۔                           | ناک، مسوڑھے، کھانسی، الٹی، پخا نے یا پیشاب کے ساتھ خون یا معمول سے زیادہ یا پہلے ماہواری۔ |  |



**یاد رکھیں!**  
ڈینگی کے ساتھ ساتھ دوسری خطرناک بیماریوں  
کے پھیلاؤ کا باعث بن سکتے ہیں



ڈائریکٹوریٹ جنرل ہیلتھ سروسز  
محکمہ پرائمری اینڈ سیکنڈری  
ہیلتھ کیئر



1033

مزید معلومات اور رہنمائی کے لیے ہیلتھ لائن پر مفت کال کریں





# ڈینگی کا پروار احتیاط سے بنائیں بیکار



- پرندوں اور جانوروں کے پانی کے برتن باقاعدگی سے صاف کریں
- پودوں کی کیاریوں اور گملوں میں پانی ہرگز کھڑا نہ رہنے دیں
- سوتے وقت مچھردانی، کوائل یا میٹ کا استعمال کریں
- کاسٹھ کباڑ اور ناکارہ ٹائر تلف کر دیں
- اسے سے نکلنے والا پانی خشک کریں
- فرج کی ٹرے باقاعدگی سے صاف کریں
- ٹینکی اور پانی جمع کرنے کے برتن ڈھانپ کر رکھیں

احتیاطی  
تدابیر

محکمہ پرائمری اینڈ سیکنڈری  
ہیلتھ کیئر، حکومت پنجاب

بخار کے ساتھ جسم اور آنکھوں میں درد کی صورت میں ہسپتال سے رجوع کریں

مزید معلومات کے لیے  
ہیلتھ لائن 1033





## احتیاطی تدابیر اپنا کر حکومتی اقدامات کو کامیاب بنائیں

پردوں اور صوفوں کے  
پیچھے سپرے کریں



اے سی سے نکلنے والا  
پانی فوری ضائع کر دیں



فرقج کی ٹرے کی صفائی کریں



ایئر کولر کا پانی نکال کر  
اسے خشک کریں چھت  
اور صحن پر موجود خالی بوتلیں،  
ڈبے وغیرہ تلف کریں



کمروں میں کوائل یا  
میٹ استعمال کریں



# ڈینگی کا علاج صفائی اور احتیاط

حکومت پنجاب کی جانب سے  
ڈینگی لاروا کی انسپکشن کے لئے

خصوصی ٹیموں کی تشکیل

لاروا کی موجودگی کی صورت میں سخت قانونی کارروائی

قید و جرمانے کی سزا اور

عمارت کو سیل کر

دیا جائے گا



مزید معلومات ورہنمائی کیلئے

# ہیلتھ لائن 1033

پر رابطہ کریں

ڈائریکٹوریٹ جنرل ہیلتھ سروسز  
محکمہ پرائمری اینڈ سیکنڈری ہیلتھ کیئر،  
حکومت پنجاب



بخار کے ساتھ جسم اور آنکھوں میں درد کی صورت میں قریبی سرکاری ہسپتال سے رجوع کریں