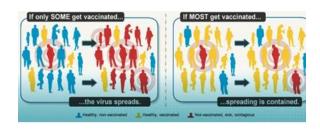
समीक्षक सिटिजन्स को लागि अनुमोदित अनुमोदन।

- वैक्सीकहरू संक्रमण नियन्त्रण गर्ने अन्य माध्यम हुन्। निम्न चार क्यामेराहरू वरिष्ठ वयस्कमा महत्त्वपूर्ण छन्। सीडीसी (2018)
- शिंगल्स क्यासिनो, जो शङ्ल्स र रोग देखि जटिलताहरु को रक्षा गर्दछ। आफ्नो जीवन मा केहि बिंदु मा तीन वयस्कों अनुबंध शिंगल्स मा। जसको धेरै 60 वर्ष वा पुरानो हो। सीडीसी (2018)
- फेफड़ों र रक्तचाप मा संक्रमण सहित निमोकोकल रोग विरुद्ध रक्षा गर्ने निमोकोकल भिषा,। निमोकोकल रोग हरेक वर्ष 65,000 वयस्क मारिए।
- इन्फ्लूएंजा वैक्सीन- उमेरको कारण, वृद्ध वयस्कहरू फ्लू प्राप्त गर्ने उच्च जोखिममा छन्। 86 प्रतिशत पुरानो वयस्कों को कमजोर प्रतिरक्षा प्रणाली को कारण एक तीव्र रोग को लागी यो अधिक खतरनाक हुन सक्छ। सीडीसी (2018)
- हेपेटाइटिस बी टीका भाइरस संक्रामक छ र विशेष रूपमा जिगरलाई असर गर्दछ। जिगर र यसको प्रकार्य तपाईले उमेरको रूपमा परिवर्तन गर्दछन्, ह्यापेटाइट बी बी पुरानो वयस्कहरु बीच धेरै प्रचलित हुन्छन्। सीडीसी (2018)



VACCINES, VACCINATION, ₹ IMMUNIZATION

- एक टीका कमजोरी कमजोर वा मृत रोगाणुहरु बाट बनाइन्छ जुन रोगहरू हुन सक्छ, उदाहरणका लागि, भाइरसहरू, जीवाणुहरू, वा विषाक्तहरू। यो रोगलाई छिटो र अधिक प्रभावकारी रूपमा लड्न तपाईंको शरीर तयार गर्दछ ताकि तपाईं बिरामी पाउनुहुनेछैन। एचएचएस (2017)
- टीकाकरण प्रायः एक शटको रूपमा एक टीकाकरण गर्ने कार्य हो। एचएचएस (2017) प्रतिरक्षा रोगको विरुद्धमा प्रतिरक्षा (प्रतिबन्धित) हुन सक्ने प्रक्रिया हो। एचएचएस (2017)

सन्दर्भहरू

CDC (2016). Handwashing. Retrieved from https://www.cdc.gov/handwashing/when-how-handwashing.html
HHS (2017). Vaccination. Retrieved from https://www.vaccines.gov/basics/index.html
CDC (2018). Adult vaccination Retrieved

https://www.cdc.gov/vaccines/adults/recvac/index.html

from

नेपाली भाषामा (Nepali Language)



संक्रमण नियन्त्रण



FACULTY MEMBER: WANDA JOHNSON, MS. RN

TRANSLATED BY: RITU ADHIKARI, RN

BY: OPEYEMI AINA, RN MARINA ANDRADE, RN NUR 409 कम्तिमा 20 सेकेण्डका लागि तपाईंको हातहरू स्क्ररब गर्नुहोस्। एक टाइमर चाहिन्छ? हामी "शुभ जन्मदिन" गीतको सुरुवात सुरू गर्न दुई पटकको अन्त्यमा।

- सफा, हिड्ने पानीको तर्फबाट आफ्ना हात हल्लाउनुहोस्।
- सफा तौलिया प्रयोग गरेर आफ्नो हातलाई सुत्नुहोस् वा हावा हावा तिनीहरूलाई। (सीडीसी)

संवेदकहरु को बारे मा तथ्यहरु।

- अल्कोहल आधारित हात सहरहरूले चाँडै हातमा जीवाणुहरूको संख्या घटाउन सक्छ।
- नागरिकहरूले सबै प्रकारका रोगाणुहरू हटाउँदैनन् र हानिकारक रसायनहरू हटाउन सक्दैनन्।
- हातहरू गहिरो वा चिसो हुन्छ जब हात हस्तान्तरणहरू प्रभावकारी हुँदैनन्।

तपाईं हात संवेदकहरुलाई कसरी प्रयोग गर्नुहुन्छ?

- एक हातको खामोशमा कम्तिमा 60% शराबमा अल्कोहल आधारित हात सान्दर्भिकलाई लागू गर्नुहोस्
- आफ्नो हातहरू सँगै रगत दिनुहोस्।
- तपाईंको हातहरू सुत्न नभएसम्म उत्पादनलाई तपाईंको हात र औँलाका सबै सतहहरूमा रुचाउनुहोस्। सीडीसी (2016)

- डायपर परिवर्तन गर्नु वा शौचालय प्रयोग गर्नुभएका बच्चालाई सफा गर्न पछि
- आफ्नो नाक, खुकुरी, वा छीले हाने पछि
- एक जना पशु, पशुपालन, वा जनावरको बर्बाद छान्नु पछि
- पादरी खाना वा पाल्तुन उपचार गर्न पछि
- कचरा छुने पछि (सीडीसी 2016)



तपाईं आफ्नो हातलाई कसरी धुनुहुन्छ

- तपाँईका हातहरू सफा, हिँड्ने पानी (तातो वा चिसो) सँग गीला, ट्याप बन्द गर्नुहोस् र साबुन लागु गर्नुहोस्। सीडीसी (2016)
- साबुन संग उनीहरूलाई रगत गरेर आफ्नो हातलाई बिरालो दिनुहोस्। तपाईंको औंलाहरू, तपाईंको औंलाहरू, र तपाईंका नाकहरू बीचको पछाडि ल्याउन निश्चित हुनुहोस्। सीडीसी (2016)

हात धुने

सुधारिएको हात सफा गरेर सफा राख्नु भनेको स्वच्छ बिरामी र अन्य रोगहरु लाई फैलाउनबाट बन्न हामी सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण चरणहरु मध्ये एक हो। (सीडीसी 2016)

तपाईं आफ्नो हात चलिरहेको पानी र साबुन संग धो सकते हो।

यदि पानी र साबुन छैन भने शराब-आधारित हात स्वच्छता प्रयोग गर्नुहोस् जुन कम से कम 60% अल्कोहल हुन्छ। सीडीसी (2016)



तपाईं आफ्नो हातलाई कहिले धुनुपर्दछ?

- खाना तयार गर्न अघि, समयमा, र पछि
- खाना खान भन्दा पहिले
- बिरामी भएको हेरचाह गर्नु अघि र पछि
- कट वा घाँटीको उपचार गर्नु अघि र पछि।
- शौचालयको प्रयोग पछि।