

বানপানী

সাজু থাকক • সারধানতা গ্রহণ কৰক • সুৰক্ষিত থাকক

জৰুৰীকালীন অৱস্থাৰ বাবে শিশুসকলক প্ৰস্তুত কৰক



জৰুৰীকালীন/স্বাস্থ্যসেৱা
প্ৰদানকাৰী লোকৰ
যোগাযোগৰ তালিকা
সাজু কৰি ৰাখক।

বৃদ্ধ/ৰোগী/গৰ্ভৱতী
মহিলাৰ বাবে চিকিৎসা
সামগ্ৰী যোগানৰ বাবে
সাজু কৰি ৰাখক।

খোৱা পানী
মজুত ৰাখক

বানপানীৰ
বাৰে প্ৰস্তুতি

প্ৰাথমিক চিকিৎসাৰ
এটা কিট সাজু কৰি
ৰাখক

পৰিয়ালৰ অন্তত
১ জন সদস্যক
প্ৰাথমিক চিকিৎসা
প্ৰদান কৰিবলৈ
প্ৰশিক্ষণ দিয়ক।

শুকান খাদ্য যোগানৰ
মজুত কৰি ৰাখক।

হেল্পলাইন ১০৭৭/১১২



বানপানী



সাজু থাকক • সার্বধানতা গ্রহণ কৰক • সুৰক্ষিত থাকক



বানপানীৰ সময়ত

নিৰাপদ পানী কি?

নিৰাপদ পানী হৈছে:

ৰংহীন

গোন্ধহীন

সোৱাদহীন



আৰু ৰাসায়নিক, জৈৱিক আৰু
শাৰীৰিক দূষণৰ পৰা মুক্ত।



আপুনি নিৰাপদ
বুলি জনা পানীহে
খাব আৰু সেই
পানীৰে ৰান্ধিব।

স্বাস্থ্যজনিত সমস্যাৰ
কাৰণে জৰুৰীকালীন/
স্বাস্থ্যসেৱা প্ৰদানকাৰীক
যোগাযোগ কৰক।



বানপানীৰ
দ্বাৰা দূষিত
হোৱা খাদ্য
নাখাব।

হেল্পলাইন ☎ ১০৭৭/১১২



বানপানী



সাজু থাকক • সারধানতা গ্রহণ কৰক • সুৰক্ষিত থাকক

বানপানীয়ে সম্ভাৱনীয়ভাৱে ৰোগৰ সংক্ৰমণ বৃদ্ধি কৰিব পাৰে।



মহৰ পৰা সুৰক্ষিত হৈ থাকক,
আঁঠুৱা, মহ খেদা ঔষধ আৰু সম্পূৰ্ণ
হাত ঢকা কাপোৰ ব্যৱহাৰ কৰক।

মানসিক আৰু
আৱেগিক চাপৰ
বাবে সমৰ্থন
বিচাৰক।



বানৰ পানীৰ
সংস্পৰ্শলৈ
অহাৰ পৰা
বিৰত থাকক।

শিশুৰ কাৰণে
টিটেনাছ আৰু
মিজল্ছৰ টিকাকৰণ
নিশ্চিত কৰক।



ডায়েৰিয়া, হঠাৎ
অসুস্থতা বা সংক্ৰমণৰ
বিষয়ে জনাওক আৰু
তৎকালীন চিকিৎসা
বিচাৰক।



মুকলি ঘা ঢাকি ৰাখক আৰু
তৎকালীন চিকিৎসা বিচাৰক।

হেলপ্লাইন ☎ ১০৭৭/১১২



বানপানী



সাজু থাকক • সার্বধানতা গ্রহণ কৰক • সুৰক্ষিত থাকক

ডায়েৰিয়া হ'ল সঘনাই হোৱা মল যি জলযুক্ত বা তেজযুক্ত হ'ব পাৰে। বমিও আহিব পাৰে।
বৃদ্ধ আৰু শিশুৰ বাবে ই মাৰাত্মক হ'ব পাৰে। তাৎক্ষণিকভাৱে চিকিৎসা বিচাৰক



বানপানীৰ সময়ত ডায়েৰিয়াৰ বিপদ বৃদ্ধি পায়



অসুৰক্ষিত
পানী



অসুৰক্ষিত
খাদ্যৰ



মল-মুখৰ সংক্ৰমণ
আৰু সামগ্ৰিক
পৰিষ্কাৰ-পৰচ্ছন্নতা



হেলপলাইন ☎ ১০৭৭/১১২



বানপানী

সাজু থাকক • সার্বধানতা গ্রহণ কৰক • সুৰক্ষিত থাকক

ডায়েৰিয়াৰ বাবে অ'আৰএচ আৰু জিংক



নিৰাপদ পানী কি?

নিৰাপদ পানী হৈছে:

ৰংহীন

গোন্ধহীন

সোৱাদহীন



আৰু ৰাসায়নিক, জৈৱিক আৰু
শাৰীৰিক দূষণৰ পৰা মুক্ত।

অ'আৰএচ-ৰ প্ৰস্তুতি

অ'আৰএচ-ৰ পেকেট কাটক,
এক লিটাৰ সুৰক্ষিত পানীত
মিহলি কৰক।



যদি কেঁচুৱা/শিশুৱে
তিনিবাৰতকৈ অধিক
পানীযুক্ত মল ত্যাগ
কৰে, তেন্তে তৎক্ষণাত
স্বাস্থ্যসেৱা প্ৰদানকাৰীৰ
পৰামৰ্শ লওক

হাইড্ৰেটেড কৰি
বাথক আৰু
নিয়মিতভাৱে
অ'আৰএচ
সেৱন কৰক

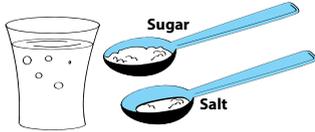


ব্যৱহাৰ নোহোৱা
অ'আৰএচ
মিশ্ৰণখিনি ২৪
ঘণ্টাৰ পিছত
পেলাই দিব।

স্তনপান
কৰাই থাকিব

০-৬ মহীয়া
শিশুৰ বাবে জিংক
টেবলেটৰ আধা পিহি
১০-১৪ দিন দিব

পৰিষ্কাৰ, চোৱা হাতেৰেহে
কেঁচুৱাক খুৱাব লাগে।



ঢাকি ৰাখক আৰু সংৰক্ষণ
কৰক; যদিহে অ'আৰএচ মজুত
নাই, চেনি ৬ লেভেল চামুচ
আৰু নিমখ ১/২ লেভেল চামুচ,
১ লিটাৰ নিৰাপদ পানীত মিহলি
কৰি ব্যৱহাৰ কৰিব লাগে

হেলপলাইন ১০৭৭/১১২

