

## बाढीको पानीले दुबेको घरको सफाई सम्बन्धी जानकारी

रोगहरु फैलन नदिनको लागि बाढीको पानीले दुबेको घरको सफाई र भिजेको ठाउँहरु सुकाउनु अत्यन्त आवश्यक छ।

घर बाहिर निःसंक्रमण (Disinfection) गर्नु आवश्यक छैन। (बिशेष गरी फ्लोर मुनी तथा बाहिरको बगैँचा आदी)

### **बाढीको पानीले दुबेको घरको सफाई र निःसंक्रमण (Disinfection) गर्ने तरिका:**

पानीमा दुबेको घर भित्र सड्ने, गल्ने तथा किटाणु फैलने सम्भावना हुने भएकोले सफाई गर्नु अत्यन्त आवश्यक छ।

### घरको सफाई गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरु:

- हावा राम्रो संग आउने जाने गरी झ्याल ढोकाहरु खोलेर राख्ने ।  
पानीमा दुबेको घरमा केही दिन पछि फर्कदा घर भित्र सड्ने, गल्ने (लेऊ लाग्ने) भएको हुन सक्छ।
- लेऊ तथा माटो हटाई, हावा राम्रो संग आउने जाने गरी घर भित्र सुक्न दिने ।
- लेऊ तथा माटो हटाई, राम्रो संग सफाई गरी सकेपछि मात्र निःसंक्रमण (Disinfection) का औषधीहरु छर्ने ।
- सफाईको क्रममा घाऊ, चोटपटक बाट बच्नको लागि पन्जा लाउने गरौं ।
- धुलो बाट बच्नको लागि मास्क लाउने गरौं ।
- सर-सफाई सकेपछि राम्रो संग हात धुने गरौं ।

### सर-सफाई गर्ने ब्यक्तिहरुको लागि जानकारी

सर-सफाई गर्दा निम्न कुराहरुमा ध्यान दिनुस्

१. घाऊ, चोटपटकबाट संक्रमण हुन सक्ने भएकोले बलियो पन्जा तथा तलुवा बाक्लो जुता लगाएर सर-सफाई गरौं ।

लामो बाहुला भएको लुगा लगाई सफाईको काम गरौं ।

### सफाईको क्रममा घाऊ, चोटपटक लागेको खण्डमा

- घाऊ लागेको ठाउँमा पानीले सफा गरी, निःसंक्रमणका औषधी लगाऔं ।
- गहिरो घाऊ अथवा घाऊमा फोहरहरु परेको खण्डमा टिटानस् हुने डर भएकोले तुरुन्त डाक्टरलाई देखाऔं।

(टिटानस् हुनुको कारण घाऊ, चोटपटकबाट टिटानस् का किटाणु शरीरमा प्रवेश गर्नु हो ।यदी समयमै आवश्यक उपचार नगरेको खण्डमा मृत्यु पनि हुन सक्छ । )

२. धुलो तथा माटोको सफाई गर्दा ध्यान दिनु पर्ने कुराहरु

यदी धुलो तथा माटो आँखामा पसेको खण्डमा आँखाको इनफेक्शन हुने तथा मुखबाट शरीर भित्र गएमा घाँटी तथा छाती दुख्ने आदी हुन सक्ने भएकोले मुख र आँखामा धुलो तथा माटो पर्ने बाट बचाउनु आवश्यक छ ।

उपाय:

- काम गर्दा लगाउने चश्मा (Goggle) तथा मास्क लगाऔं ।
- सर-सफाईको काम सकेपछी राम्रो संग हात धुने गरौं ।

**आँखामा धुलो तथा माटो आदी पसेको खण्डमा**

आँखा पखालेर पनि आँखामा रगतको दाग देखिने अथवा रगत निस्कने भएमा तुरुन्त डाक्टरलाई देखाऔं।