

ഗർഭിണിയാണോ?

സിക്കരോഗം ഉണ്ടായാൽ കുഞ്ഞിന് ജനിതക വൈകല്യങ്ങൾ ഉണ്ടാകാൻ സാധ്യതയുണ്ട്.



ഗർഭകാലം സുരക്ഷിതമാക്കാം

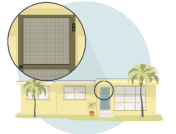
കൊതുക് കടിയിലൂടെ സിക്ക രോഗം പകരുന്നതിൽ നിന്ന്



പകലും രാത്രിയും കൊതുക് കടി എൽക്കാതെ നോക്കുക. സിക്കരോഗം പരത്തുന്ന ഈഡിസ് കൊതുക് സാധാരണ അതിരാവിലെയും സന്ധ്യാസമയത്തുമാണ് കടിക്കുന്നത്. എന്നാൽ വെളിച്ചമുള്ള ഇടങ്ങളിൽ രാത്രിയിലും ഈ കൊതുക് കടിക്കും.

കൊതുക്കിനെ അകറ്റുന്ന ലേപനങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കുക കൈകളും കാലുകളും മുഴുവൻ മറയുന്ന വസ്ത്രങ്ങൾ ധരിക്കുക

വീടും പരിസരവും കൊതുക് മുക്തമാക്കുക. വാതിലുകളിലും ജനലുകളിലും കൊതുക് വലകൾ ഘടിപ്പിക്കുക. വെള്ളം കെട്ടിനിൽക്കുന്നത് ഒഴിവാക്കുക. കൊതുക് മുട്ടയിടാനുള്ള എല്ലാ സാഹചര്യവും ഒഴിവാക്കുക



ലൈംഗികബന്ധത്തിലൂടെ സിക്കരോഗം വരുന്നതിൽ നിന്നും

ലൈംഗികബന്ധത്തിൽ നിന്നും വിട്ട് നിൽക്കുക ഗർഭിണി ആയിരിക്കുമ്പോൾ ലൈംഗികബന്ധം ഒഴിവാക്കുക അല്ലെങ്കിൽ

ലൈംഗിക ബന്ധത്തിലേർപ്പെടുമ്പോൾ കോണ്ടം ഉപയോഗിക്കുക



ആരോഗ്യപ്രവർത്തകരുടെ സഹായം തേടുക

നിങ്ങൾക്കോ നിങ്ങളുടെ പങ്കാളിയ്ക്കോ വീട്ടിലുള്ള ആർക്കെങ്കിലുമോ പനി, തിണർപ്പ്, പേശിവേദന, സന്ധിവേദന തുടങ്ങിയ സിക്ക രോഗലക്ഷണങ്ങൾ ഉണ്ടെങ്കിൽ തൊട്ടടുത്തുള്ള ആരോഗ്യപ്രവർത്തകരെ വിളിക്കുക, വൈദ്യ സഹായം തേടുക



കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾക്ക് വിളിക്കുക
ദിശ : 104, 1056, 0471 2552056