

ഷിഗല്ല

ശുചിത്വം പാലിക്കാം - ഷിഗല്ല രോഗത്തെ തടയാം



Shigella ബാക്ടീരിയ മൂലം ഉണ്ടാകുന്ന ഒരു കൂടൽസംബന്ധ രോഗമാണ് ഷിഗല്ല



മലിനമായ ഭക്ഷണം, വെള്ളം, കൈകൾ എന്നിവയിലൂടെ ഷിഗല്ല പകരാം

പ്രധാന ലക്ഷണങ്ങൾ



വയറിളക്കം (ചിലപ്പോൾ രക്തം കലർന്നത്)



വയറുവേദന



പനി



ചർദ്ദി



ക്ഷീണം

എങ്ങനെ പ്രതിരോധിക്കാം?



ഭക്ഷണത്തിന് മുമ്പും ശേഷവും ശുചാലയം ഉപയോഗിച്ച ശേഷവും കൈകൾ സോപ്പുപയോഗിച്ച് കഴുകുക.



തിളപ്പിച്ചാറ്റിയ കുടിവെള്ളം മാത്രം ഉപയോഗിക്കുക.



ഭക്ഷണം നന്നായി പാകം ചെയ്ത് കഴിക്കുക.



പഴങ്ങളും പച്ചക്കറികളും നന്നായി കഴുകുക.



രോഗലക്ഷണങ്ങൾ ഉള്ളവർ ഭക്ഷണം തയ്യാറാക്കുന്നത് ഒഴിവാക്കുക.

ശ്രദ്ധിക്കുക!

കടുത്ത വയറിളക്കം, രക്തം കലർന്ന മലം, അല്ലെങ്കിൽ നിർജലീകരണ ലക്ഷണങ്ങൾ കണ്ടാൽ ഉടൻ ചികിത്സ തേടുക

ഷിഗല്ല

ശുചിത്വം പാലിക്കാം - ഷിഗല്ല രോഗത്തെ തടയാം

Shigella ബാക്ടീരിയ മൂലം ഉണ്ടാകുന്ന ഒരു കുടൽസംബന്ധ രോഗമാണ് ഷിഗല്ല



മലിനമായ ഭക്ഷണം, വെള്ളം,



കൈകൾ എന്നിവയിലൂടെ ഷിഗല്ല പകരാം

ശ്രദ്ധിക്കുക!



- ✓ കടുത്ത വയറിളക്കം,
- ✓ രക്തം കലർന്ന മലം,
- ✓ അല്ലെങ്കിൽ നിർജലീകരണ ലക്ഷണങ്ങൾ കണ്ടാൽ ഉടൻ ചികിത്സ തേടുക

ഷിഗല്ല

അൽപം ശ്രദ്ധിക്കാം

ഷിഗല്ല രോഗത്തെ തടയാം

പ്രധാന രോഗ ലക്ഷണങ്ങൾ

വയറിളക്കം

(ചിലപ്പോൾ രക്തം കലർന്നത്)

വയറുവേദന

പനി

ചർദ്ദി

ക്ഷീണം



ശ്രദ്ധിക്കുക!

രോഗലക്ഷണങ്ങൾ കണ്ടാൽ
ഉടൻ ചികിത്സ തേടുക



Kerala.HEALTH

ഷിഗല്ല

പ്രതിരോധം
വളരെ പ്രധാനം



എങ്ങനെ പ്രതിരോധിക്കാം?



ദക്ഷിണത്തിന് മുമ്പും ശേഷവും ഉപയോഗിച്ച ശേഷവും കൈകൾ സോപ്പുപയോഗിച്ച് കഴുകുക.



തിളപ്പിച്ചാറ്റിയ കുടിവെള്ളം മാത്രം ഉപയോഗിക്കുക.



ദക്ഷണം നന്നായി പാകം ചെയ്ത് കഴിക്കുക.



പഴങ്ങളും പച്ചക്കറികളും നന്നായി കഴുകുക.



രോഗലക്ഷണങ്ങൾ ഉള്ളവർ ദക്ഷണം തയ്യാറാക്കുന്നത് ഒഴിവാക്കുക.

ശ്രദ്ധിക്കുക!

കടുത്ത വയറിളക്കം, രക്തം കലർന്ന മലം, അല്ലെങ്കിൽ നിർജലീകരണ ലക്ഷണങ്ങൾ കണ്ടാൽ ഉടൻ ചികിത്സ തേടുക

ഘിഗല്ല്

പ്രതിരോധം
വളരെ പ്രധാനം



എങ്ങനെ പ്രതിരോധിക്കാം?



ദക്ഷണത്തിന് മുമ്പും ശേഷം ഉപയോഗിച്ച ശേഷവും കൈകൾ സോപ്പുപയോഗിച്ച് കഴുകുക.



തിളപ്പിച്ചാറ്റിയ കുടിവെള്ളം മാത്രം ഉപയോഗിക്കുക.



ദക്ഷണം നന്നായി പാകം ചെയ്ത് കഴിക്കുക.



പഴങ്ങളും പച്ചക്കറികളും നന്നായി കഴുകുക.



രോഗലക്ഷണങ്ങൾ ഉള്ളവർ ദക്ഷണം തയ്യാറാക്കുന്നത് ഒഴിവാക്കുക.

ശ്രദ്ധിക്കുക!

കടുത്ത വയറിളക്കം, രക്തം കലർന്ന മലം, അല്ലെങ്കിൽ നിർജലീകരണ ലക്ഷണങ്ങൾ കണ്ടാൽ ഉടൻ ചികിത്സ തേടുക