ਲੋਕ ਸੰਪਰਕ ਵਿਭਾਗ, ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ
www.chandigarh.gov.in
ਪ੍ਰੈਸ ਨੋਟ

ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ, 25 ਅਗਸਤ :- ਦੱਖਣੀ ਰਾਜ਼ਾਂ ਮਹਾਰਾਸ਼ਟਰ ਅਤੇ ਦਿੱਲੀ ਵਿਚੋਂ ਐਚ1ਐਨ1 ਸਵਾਈਨ ਫਲਿਊ ਦੇ ਕਈ ਕੇਸਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਟ ਆਈ ਹੈ। ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਵਿਚ 45 ਕੇਸਾਂ ਵਿਚੋਂ ਐਚ1ਐਨ1 ਦੇ ਤਿੰਨ ਕੇਸ ਪਾਏ ਗਏ ਹਨ।

ਅਸਿਸਟੈਂਟ ਡਾਇਰੈਕਟਰ, ਮਲੇਰੀਆ ਐਨਵੀਬੀਡੀਸੀਪੀ ਕਮ ਸਟੇਟ ਸਰਵੀਲੈਂਸ ਅਫਸਰ (ਸਵਾਈਨ ਫਲਿਊ) ਡਾ. ਜ਼ੀਸੀ ਬਾਂਸਲ ਨੇ ਅੱਜ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਬਾਰੇ ਵਿਚ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ। ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਵਾਈਨ ਫਲਿਊ ਇੱਕ ਮਨੁੱਖ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਮਨੁੱਖ ਤੱਕ ਹਵਾ ਰਾਹੀਂ ਫੈਲਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਸੂਰਾਂ ਦੁਆਰਾ ਨਹੀਂ ਫੈਲਦਾ। ਉਹਨਾਂ ਕਿਹਾ ਜੇਕਰ ਬੁਖਾਰ, ਖਾਂਸੀ, ਦਸਤ, ਉੱਲਟੀਆਂ ਅਤੇ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿਚ ਰੁਕਾਵਟ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਡਾਕਟਰੀ ਸਲਾਹ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਸਵਾਈਨ ਫਲਿਊ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਕਰਨ ਦੇ ਢੰਗ ਦੱਸਦੇ ਹੋਏ ਬਾਂਸਲ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਵਾਈਨ ਫਲਿਊ ਤੋਂ ਆਪਣਾ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਬਚਾਅ ਕਰਨ ਲਈ ਖਾਂਸੀ ਕਰਦੇ ਅਤੇ ਛਿੱਕਦੇ ਸਮੇਂ ਆਪਣਾ ਮੂੰਹ ਅਤੇ ਨੱਕ ਰੁਮਾਲ ਜਾਂ ਟਿਸ਼ੂ ਪੇਪਰ ਨਾਲ ਢੱਕਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਨੱਕ, ਮੂੰਹ ਅਤੇ ਅੱਖਾਂ ਨੂੰ ਛੂਹਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਬਾਦ ਵਿਚ ਹੱਥ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਭੀੜ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਤੋਂ ਬਚਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਖਾਂਸੀ, ਵਗਦੇ ਨੱਕ ਅਤੇ ਬੁਖਾਰ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਘੱਟ ਤੋਂ ਘੱਟ ਇੱਕ ਬਾਂਹ ਦਾ ਫਾਂਸਲਾ ਬਣਾ ਕੇ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਵਧੇਰੇ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਪਾਣੀ ਪੀਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸੰਤੁਲਤ ਭੋਜਨ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।