

चिपळूण नगर परिषद, चिपळूण  
जाहीर आवाहन  
स्वाईन फ्लू  
(इन्फ्लूएन्झा व्हायरस - ए (एच-१ एन-१))  
प्रतिबंधक उपाय योजना म्हणून आपण हे अवश्य जाणून घेऊया.

इन्फ्लूएन्झा व्हायरस काय आहे ?	लक्षणे
<ul style="list-style-type: none"> <li>● हा विषाणूमुळे होणारा आजार आहे.</li> <li>● याचा संसर्ग एका माणसापासून दुसऱ्या माणसाला होतो.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ताप येणे, खोकला, घसा दुखणे</li> <li>● अतिसार, उलट्या होणे</li> <li>● श्वास घेण्यास त्रास होणे</li> </ul>
हे करा	हे टाळा
<ul style="list-style-type: none"> <li>● हात सातत्याने साबण व पाण्याने धुवावेत.</li> <li>● गर्दीमध्ये जाणे टाळा.</li> <li>● स्वाईन फ्ल्यू रूग्णापासून किमान एक हात दूर राहा.</li> <li>● खोकतांना, शिकतांना तोंडाला रुमाल लावा.</li> <li>● भरपूर पाणी प्या.</li> <li>● पुरेशी झोप घ्या.</li> </ul> <p>पौष्टिक आहार घ्या.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● हस्तांदोलन अथवा अलिंगण.</li> <li>● सार्वजनिक ठिकाणी थुंकणे.</li> <li>● डॉक्टरांच्या सल्ल्याशिवाय औषध घेणे.</li> </ul>
आपण आजारी असाल तर	
<ul style="list-style-type: none"> <li>● शक्य तितक्या कमी लोकांशी संपर्क ठेवून घरीच विश्रांती घ्या.</li> <li>● पातळ पदार्थ मोठ्या प्रमाणात घ्या.</li> </ul>	

डॉ. सुचिता बारवाडे  
वैद्यकीय अधिकारी  
चिपळूण नगर परिषद

श्री. गणेश कि. शेते  
मुख्याधिकारी  
चिपळूण नगर परिषद

सौ. गौरी जीवन रेळेकर  
उपाध्यक्ष  
चिपळूण नगर परिषद

श्री. अजमल फ. पटेल  
अध्यक्ष  
चिपळूण नगर परिषद