

# وبائي زڪام (انفلوانزا) صحت مرڪز يا اسپتال ڪڏهن وڃون

صحت مرڪز يا اسپتال ان وقت تائين نه وڃو جيستائين اوهان ۾ بيماري جون شديد علامتون ظاهر نه ٿين، مثال طور:



ڏکڻي يا سخت ۽ برداشت کان  
وڌيڪ ٿڌ لڳڻ



چاتي ۾ سور ٿيڻ



سام ڪڻڻ ۾ تڪليف ٿيڻ

ننڍ مان نه جاڳڻ  
ذهني چڪتاڻ (جيئن گهر وارن يا  
دوستن جي سڃاڻپ نه ٿيڻ)



گهڻيون آڻيون يا دست اچڻ



چپ ۽ منهن جو نيرو ٿيڻ

جڏهن ٻن مهينن جي ڄمار کان گهٽ جو ٻار خوراڪ کائڻ بند ڪري ته کيس صحت مرڪز يا اسپتال ضرور ڪڍي وڃو

جيڪڏهن اوهان ڪنهن اهڙي علائقي ۾ رهو ٿا جتي مليريا عام آهي ته بچار هجڻ جي صورت ۾ صحت مرڪز يا اسپتال ضروري وڃو

هينين مان ڪا به بيماري ظاهر ٿيڻ جي صورت ۾ ان وقت تائين گهر ۾  
رھو جيستائين توهان صحتمند نٿا ٿيو



بخار



نچون اچڻ يا نڪ جو وهڻ/بند ٿيڻ



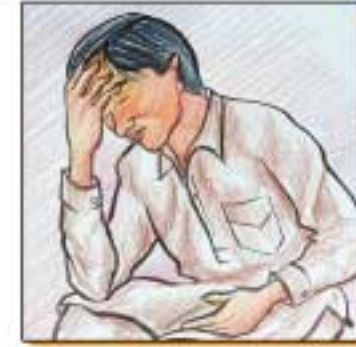
ڪنگهه/گلي جي خارش

دست ۽ الٽي جو اچڻ  
(خاص طور تي ٻارن ۾)

سموريون علامتن جو ظاهر ٿيڻ ضروري  
ناهي ڪجهه ماڻهن کي انهن مان ڪجهه  
علامتون ٿي سگهن ٿيون



ٿڌ جو لڳڻ



مٿي ۾ سور يا جسر ۾  
سور/ٽڪاوت



مقامي اڳواڻن جي هدايت رينڊيو ۽ ٽيليويزن جي  
نشريات وغيره ۽ خاص اعلان کان پاڻ خبر رھو تہ  
جيئن ويا جي خطري جي صورت ۾ توهان وقت  
تي جوڳا قدم کڻي سگھو.



جيڪڏهن مريضن کي وڌيڪ پيشاب نہ ايندو  
هجي يا پيشاب جو رنگ تيز هجي تہ اهڙي  
صورت ۾ مريضن ۾ پاڻي جي کوٽ ٿي سگھي  
ٿي ان ڪري هن کي وڌ کان وڌ پاڻي پياريو.  
مريض ۾ پاڻي جي کوٽ هجڻ جي صورت ۾ ان  
پيڪيٽ ۾ درج هدايتن جي مطابق تيار ٿيل محلول  
يا گهر ۾ موجود صاف پاڻي پياريو.



بیمار ٻارن کي علاج سان گڏوگڏ  
ماءُ جو کير جاري رکڻو