

# کاٹھے کا

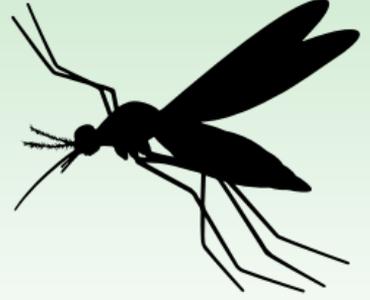
## مقابلہ کریں



مچھروں سے پھیلانے

والے امراض سے

اپنا تحفظ کریں



## ویسٹ نیل اور زیکا وائرس مچھروں سے پھیلتے ہیں۔

زیکا	ویسٹ نیل	مرض
<ul style="list-style-type: none"><li>■ بخار</li><li>■ سرخباد</li><li>■ جوڑوں میں درد</li><li>■ سرخ آنکھیں</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>■ بخار</li><li>■ سر درد</li><li>■ تھکان</li><li>■ بدن میں درد</li><li>■ معمولی سرخباد</li><li>■ متورم لمفی غدود</li></ul>	عمومی علامات
<ul style="list-style-type: none"><li>■ حاملہ خواتین</li><li>■ حاملہ ہونے کی</li><li>■ کوشاں خواتین</li><li>■ جو خواتین حاملہ ہیں</li><li>■ یا اس کی کوشش کر</li><li>■ رہی ہیں ان کے</li><li>■ جنسی پارٹنرز</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>■ 50 سے زائد عمر</li><li>■ کے بالغان</li><li>■ کمزور نظام مامونیت</li><li>■ والے افراد</li></ul>	کس کو خطرہ لاحق ہے





## خود کی حفاظت کریں

اپنی باہر کی سرگرمی اس وقت محدود کریں جس وقت مچھر زیادہ فعال ہوں۔



ایک کیڑے مار دوا کا استعمال کریں جس میں پکاریڈین، ڈیٹ (Deet) یا لیمن یوکلپسٹ کا تیل یا IR3535 ہو۔ ہمیشہ لیبل پر درج ہدایات کی پیروی کریں۔

جب باہر ہوں تو لمبے بازو، پینٹ اور موزے پہنیں۔



سایہ دار، جھاڑی والے حصوں سے دور رہنے کی کوشش کریں— ان جگہوں پر مچھر رہتے ہیں۔



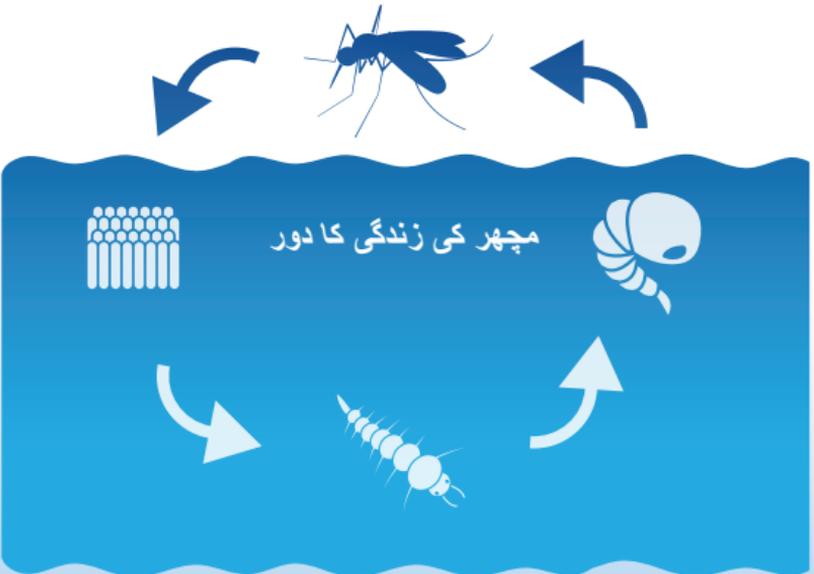
یقینی بنائیں کہ دروازے اور کھڑکیوں پر ٹائٹ فٹنگ والی اسکرینز لگی ہوئی ہیں۔ جو اسکرین پھٹ گئی ہوں یا جن میں سوراخ ہوں انہیں ٹھیک کریں یا بدل دیں۔



## اپنے گھر کے آس پاس مچھروں کو کم کریں

- اپنے مکان میں کسی ٹھہرے ہوئی پانی کو باقاعدگی سے چیک کریں اور اسے ہٹا دیں۔
- ضائع شدہ ٹائروں، کین، پلاسٹک اور چینی مٹی کے برتنوں اور دیگر ایسے کنٹینرز سے نجات حاصل کریں جن میں ٹھہرا ہوا پانی جمع ہو سکتا ہو۔
- زیر استعمال نہیں ہونے پر، پلاسٹک کے ویڈنگ پولز، وہیل بیرو اور دیگر ایسے آئٹمز کو پلٹ دیں جنہیں ہٹایا نہیں جا سکتا ہو یا جو آنگن میں رکھے ہوئے ہوں۔
- گٹر کو صاف رکھیں اور مناسب طریقے سے ان کے بہ رہے ہونے کو یقینی بنائیں۔
- سوئمنگ پول، اوٹ ڈور ساؤنا اور گرم ٹب کو صاف کریں اور ان کی دیکھ بھال کریں۔ جب یہ آئٹمز استعمال میں نہ ہوں تو ان کا پانی بہا دیں اور انہیں ڈھک دیں۔
- پرندہ نہان کو باقاعدگی سے صاف اور اس کے پانی کو تبدیل کریں۔
- آرائشی تالابوں میں ہوا بھر کر، مچھر کے لاروا کو فیڈ کرنے والی مچھلی اس میں اسٹاک کر کے اور میں پانی ایسے پروڈکٹس شامل کر کے ان کی دیکھ ریکھ کریں جن میں Bti [بیسیلس تھرنگینسیس اسرائینسس (Bacillus thuringiensis israelensis)] ہو۔
- ٹھہرے ہوئے پانی کی اطلاع دینے کے لیے 311 پر کال کریں۔ محکمہ صحت 1 اپریل اور 31 اکتوبر کے بیچ ٹھہرے ہوئے پانی سے متعلق سبھی رپورٹوں کی چھان بین کرتا ہے۔

مچھروں کو انڈے دینے کے لیے پانی کی ضرورت ہوتی ہے۔ ہم ٹھہرے ہوئے پانی کو ہٹا کر اور اس کی اطلاع دے کر انہیں بڑھنے سے روکنے کے لیے اپنے حصے کا کام کر سکتے ہیں۔



## جانیں کہ سٹی مچھروں کو قابو میں کرنے کے لیے کس طرح مدد کر رہی ہے۔

سٹی ٹھہرے ہوئے پانی کو ہٹا کر، چھوٹے مچھروں کو مارنے کے لیے لاروا کش دوا لگا کر، بڑے مچھروں کو مارنے کے لیے جراثیم کش دوا کا چھڑکاؤ کر کے اور مچھروں سے پیدا ہونے والے امراض کے مدنظر زیادہ خطرے والے علاقوں کی جانچ کر کے مچھروں کو کنٹرول کرنے اور ان کی تعداد کم کرنے کا کام کر رہا ہے۔

محکمہ صحت چھڑکاؤ کرتے وقت نیو یارک اسٹیٹ کے ماحولیاتی تحفظ (New York State Department of Environmental Conservation) اور وفاقی ماحولیاتی ایجنسی (Environmental Protection Agency) کے تقاضوں کی پیروی کرتا ہے اور یہ صرف رات میں یا صبح کی اولین ساعتوں میں مچھر کو کنٹرول کرنے کے لیے چھڑکاؤ کرتا ہے۔ محکمہ صحت ٹرک یا ہیلی کاپٹر کے ذریعہ چھڑکاؤ کے کسی ایونٹ کی بابت ایونٹ سے کم از کم 24 تا 48 گھنٹے پہلے عوام کو متنبہ کرتا ہے۔

## خود کو اور اپنے خاندان کو جراثیم کش دواؤں سے محفوظ رکھیں

افراد اور پالتو جانوروں کو جراثیم کش دواؤں کے خطرات معمولی ہیں۔ چھڑکاؤ والے اجزاء کے تئیں حساس کچھ لوگوں کو مختصر وقت کے لیے آنکھ یا گلے میں سوزش یا سرخباد کا سامنا ہو سکتا ہے۔ تنفسی کیفیات والے افراد بھی متاثر ہو سکتے ہیں۔

### محفوظ رہنے کے لیے ان اقدامات پر عمل کریں

چھڑکاؤ ہونے کے دوران اندر رہیں

ایئر کنڈیشنر کے شگافوں کو بند کریں، یا دوبارہ گردش کرنے والی سیٹنگ منتخب کریں

باہر رکھے ساز و سامان اور کھلونوں کو چھڑکاؤ کے بعد صابن سے دھوئیں

پھل اور سبزیوں کو پکانے یا کھانے سے پہلے ہمیشہ پانی سے دھو لیں

اگر آپ براہ راست جراثیم کش دواؤں کی زد میں آ جاتے ہیں تو، اپنی جلد اور لباس کو صابن اور پانی سے دھوئیں

اگر آپ کو جراثیم کش دوا کے چھڑکاؤ کے تئیں سنگین ردعمل کا سامنا ہوتا ہے تو اپنے ڈاکٹر یا NYC پوائزن کنٹرول سنٹر (NYC Poison Control Center) کو 1-800-222-1222 پر کال کریں۔

مچھروں سے خود اپنا تحفظ کرنے کے  
طریقے سے متعلق **مزید معلومات کے لیے**،  
311 پر کال کریں یا  
[nyc.gov/health/mosquito](http://nyc.gov/health/mosquito) ملاحظہ کریں۔

زیکا، بشمول سفر کی انتباہات اور الرٹس کے  
بارے میں **معلومات کے لیے**،  
[nyc.gov/health/zika](http://nyc.gov/health/zika) ملاحظہ کریں۔

مچھروں سے متعلق چھڑکاؤ کی بابت اپ  
**ٹپس کے لیے**، NotifyNYC (نوٹیفائی این  
وائی سی) کے لیے سائن اپ کریں، Twitter  
پر [@nycHealthy](https://twitter.com/nycHealthy) پر محکمہ صحت کی  
پیروی کریں، 311 پر کال کریں یا  
[nyc.gov/health/mosquito](http://nyc.gov/health/mosquito) ملاحظہ کریں۔

کرم کش دوا کے بارے میں **مزید معلومات**  
**کے لیے** [nyc.gov](http://nyc.gov) پر جائیں اور  
"Insect Repellent" (کرم کش دوا) تلاش  
کریں۔

ٹھہرے ہوئی پانی کی **اطلاع دینے کے لیے**،  
[nyc.gov](http://nyc.gov) پر جائیں اور "Standing Water"  
(ٹھہرا ہوا پانی) تلاش کریں یا  
311 پر کال کریں۔

