

জিকার প্রতি CDC-এর প্রতিক্রিয়া ঘুমানোর সময় মশারি ব্যবহার করুন



কিভাবে সঠিকভাবে মশারি ব্যবহার করতে হয়

মশার কামড় এড়ানোর জন্য খাট বা ক্রিবের
উপর মশারি খাটানো যায়। শীতাতপ নিয়ন্ত্রিত
ও নেট লাগানো রুম না থাকলে প্রাপ্তবয়স্ক
ব্যক্তি ও শিশুরা মশারির ডেতরে
ঘুমানো উচিত।



মশারি ব্যবহার করার সময়:

- মশাকে বাইরে রাখার জন্য তোষকের তলায় মশারি গুঁজে দিনা
- ক্রিবের উপর দিয়ে এনে তোষকের তলায় মশারি গুঁজে দিন অথবা মেঝে স্পর্শ করে এমন লম্বা একটি মশারি ব্যবহার করুন।
- ছোট শিশুদের শ্বাস-প্রশ্বাসে অসুবিধা হওয়ার ঝুঁকি এড়ানোর জন্য মশারিটি টাইট করে লাগান।
- মশারির পাশগুলো ঘুমানোর জায়গার দিকে ঝুলে থাকলে পাশগুলো হকের সাথে লাগিয়ে দিন বা অন্য কিছু সাথে বেঁধে দিন।
- মশারিতে মশা ঢুকতে পারার মত কোনো ফুটা বা ছেঁড়া আছে কিনা চেক করে দেখুন।
- ✗ কোনো মোমবাতি, সিগারেট, বা খোলা আগুনের কাছাকাছি জায়গায় মশারি খাটাবেন না, কারণ এর ফলে আগুন ধরে যেতে পারে।
- ✗ মশারের সাথে লেগে ঘুমাবেন না, কারণ এর ফলে মশারির ফুটা দিয়ে মশা কামড়াতে পারবে।

বাড়িতে মশা নিয়ন্ত্রণ সংক্রান্ত আরো তথ্যের জন্য, দেখুন:

www.cdc.gov/zika/prevention/controlling-mosquitoes-at-home.html