2026. 6.

경상남도 GYEONGNAM GNCDC 경상남도 감염병관리지원단

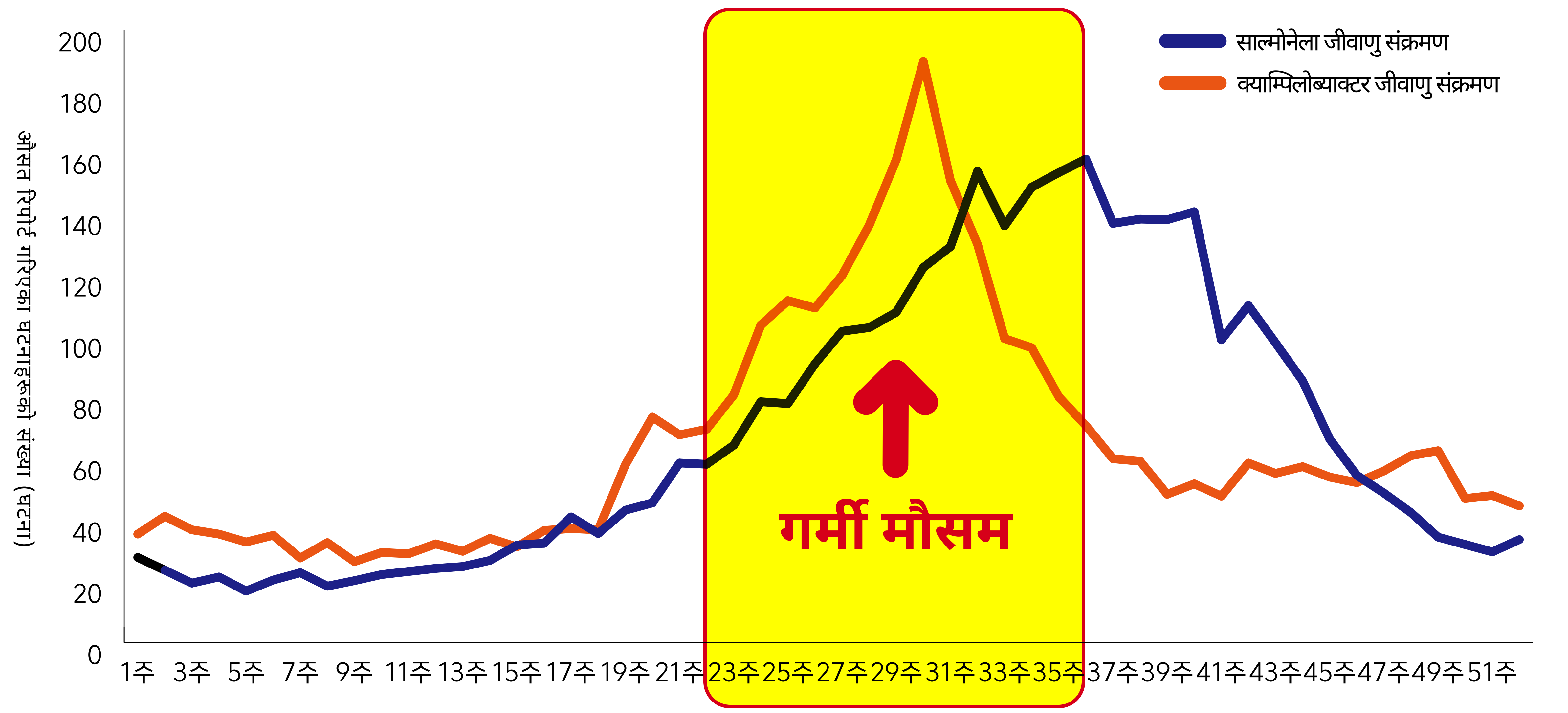
गर्मीमा सावधान

रहनुपर्ने जलजन्य तथा खाद्यजन्य संक्रामक रोगहरू

जलजन्य तथा खाद्यजन्य संक्रामक रोग भनेको के हो?

ब्याक्टेरिया, भाइरस आदिले **दूषित पारेको पानी** वा **खाना सेवन** गर्दा हुने रोग, जसले **बान्ता, पखाला, पेट दुख्ने** जस्ता आन्द्रासम्बन्धी लक्षणहरू देखाउँछ।

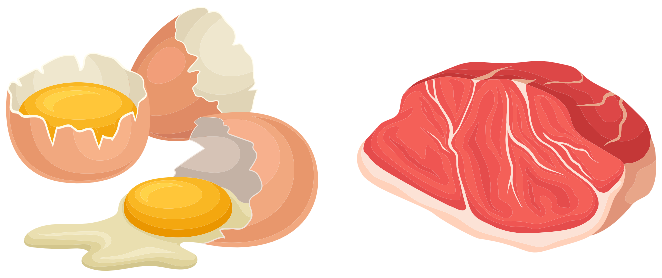
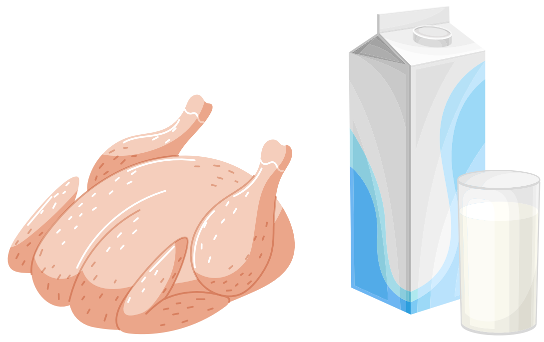
सन् '२१~'२५ सम्म साल्मोनेला तथा क्याम्पिलोब्याक्टर संक्रमणका साप्ताहिक औसत रिपोर्ट गरिएका घटनाहरूको संख्या



स्रोत: कोरिया रोग नियन्त्रण तथा रोकथाम एजेन्सी को संक्रामक रोग पोर्टल, आन्द्रा संक्रमण नमूना निगरानी तथ्याङ्क

विशेष गरी उच्च तापक्रम र आर्द्रता हुने
गर्मी याममा पखाला, पेट दुख्ने,
बान्ता जस्ता लक्षण उत्पन्न गराउने
जीवाणुजन्य आन्द्रा संक्रमित हरु वढदैछन !

प्रमुख रोगकारक जीवाणुहरू

साल्मोनेला जीवाणु संक्रमण	क्याम्पिलोब्याक्टर जीवाणु संक्रमण
संक्रमण अवधि	**संक्रमण अवधि**
६ घण्टादेखि १० दिनसम्म (सामान्यतया ६~४८ घण्टा)	२–१० दिन (सामान्यतया २–५ दिन)
मुख्य संक्रमणकारी खाद्य पदार्थहरू	**मुख्य संक्रमणकारी खाद्य पदार्थहरू**
काँचो अण्डा, राम्ररी नपाकेको अण्डा तथा अण्डाजन्य प्रशोधित खाद्य पदार्थ, दूषित मासु तथा मासुजन्य प्रशोधित खाद्य पदार्थहरू	राम्ररी नपाकेको मासु (विशेष गरी कुखुराको मासु तथा अन्य कुखुराजन्य मासु), अपाश्चरित दुग्धजन्य पदार्थहरू
	

मुख्य लक्षणहरू

पेट दुख्ने, पखाला

बान्ता, वाकवाकी

ज्वरो, टाउको दुख्ने

2026. 6.

मुख्य रोकथाम उपायहरू

सहि तरिकाले हात धुने अभ्यासलाई दैनिक जीवनको हिस्सा बनाऔँ।

खाद्य पदार्थहरू पर्याप्त रूपमा **पकाएर मात्र सेवन गर्ने**

पानी **उमालेर मात्र पिउने**

तरकारी र फलफूललाई सफा पानीले**राम्रोसँग धोएर खाने**

पखालाको लक्षण भएमा **खाना पकाउन वा तयार पार्न निषेध**

खाना **स्वस्थ** रुपमा **पकाउने**

*चक्कु र काट्ने पाटो प्रयोगपछि कीटाणुमुक्त गर्ने, माछा, मासु र तरकारीका लागि छुट्टाछुट्टै काट्ने पाटो प्रयोग गर्ने आदि।

2026. 6.

경상남도 GYEONGNAM GNCDC 경상남도 감염병관리지원단

पखाला, बान्ता आदि लक्षणहरू देखिएमा
खाना पकाउने कार्य नगर्नु र ,

२ जना वा सोभन्दा बढी
व्यक्तिमा सामूहिक संक्रमण भएको शंका लागेमा

☎१३३९ रोग नियन्त्रण कल सेन्टर
वा नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा तुरुन्त
जानकारी दिनुहोस्!