

ଅଂଶୁଘାତ ପ୍ରତି




ସାବଧାନ !

 ଟାଣ ଖରାରେ ପଦାକୁ ବାହାରକୁ ନାହିଁ ।


 ଖରାରେ କଠିନ ପରିଶ୍ରମ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ ।


 ଜରୁରୀ କାମରେ ବାହାରକୁ ଯିବାକୁ ହେଲେ ମୁଣ୍ଡରେ ଓଦା ଗାମୁଛା, ଛତା, ଚପଲ ଏବଂ କଳା ଚଷମା ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ ।


 ବାହାରକୁ ଯିବା ସମୟରେ ପାଣି ବୋତଲ ସାଙ୍ଗରେ ନିଅନ୍ତୁ ।

 ହାଲୁକା ଏବଂ ଜିଲା ପୋଷାକ ପରିଧାନ କରନ୍ତୁ ।



 ମାଦକ ଦ୍ରବ୍ୟ ସେବନ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ ।

 ଜଳ ଶୁଷ୍କତାରୁ ରକ୍ଷା ପାଇବା ପାଇଁ ଅଧିକ ପାଣି, ଓ.ଆର୍.ଏସ୍ ଦ୍ରବଣ, ପଣା, ତୋରାଣି, ଘୋଳଦହି ଓ ଆଖୁରସ ପିଅନ୍ତୁ । କାକୁଡ଼ି, ତରଭୁଜ ଆଦି ଖାଆନ୍ତୁ ।

 ଅଂଶୁଘାତରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଯଥାଶୀଘ୍ର ଡାକ୍ତରଖାନା ନେଇ ଚିକିତ୍ସା କରାନ୍ତୁ ।

 ଗୃହପାଳିତ ପଶୁପକ୍ଷୀମାନଙ୍କୁ ଛାଇରେ ରଖନ୍ତୁ ଏବଂ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ପାଣି ପିଇବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ ।

