संख्या :– ई0डी0एन0–यू –(स्टैनो )कार्यालय आदेश / 2015–16 / 4576–51
कार्यालय,
उपनिदेशक प्रारम्भिक शिक्षा ,
ऊना,जिला ऊना (हि0 प्र 0 ) ।

दिनांक ऊना 08–3– मार्च,2016 ।

## आदेश

उपनिदेशक प्रारम्भिक शिक्षा ऊना हि0प्र0 श्री हंस राज गुलेरिया ने जिला ऊना हि0प्र0 के सभी खण्ड प्रारम्भिक शिक्षा अधिकारियों व माध्यमिक पाठशालायों के प्रमुखों को निर्देश दिये हैं कि वे गर्मीयों के मौसम में अपनी–अपनी पाठशालायों में पानी की टंकियों को साफ करवा दें।क्योंकि पानी तथा दूसरी गली सड़ी व खुले में पड़ी वस्तुओं से कई तरह की बीमारियां फैल सकती है ।जैसाकि प्रदेश के दूसरे जिलों में पीलिया जैसी बीमारी का आए दिन समाचार पत्रों के माध्यम से पढ़ने से पता चला है कि गंदा पानी पीने से यह बीमारी ज्यादा फैल रही है । अतः सभी स्कूल प्रमुख अपने स्कूल में बच्चों को पीने का स्वच्छ पानी उपलब्ध करवाना सुनिश्चित करें तथा पानी की टंकियों को महीने में एक बार साफ करना भी सुनिश्चित करें और शौचालयों को बिलकुल साफ–सुथरा रखें।सभी स्कूलों की पानी की टंकियों के ऊपर सफाई की दिनाकं अंकित करें । श्री गुलेरिया ने कहा है कि प्रार्थना सभा में भी बच्चों को पीलिया के बचाव बारे जानकारी दी जाए ।उन्होंने कहा है कि समय–समय पर IPH विभाग से पानी की टंकियों में दवाई डलवाई जाए । जिला ऊना में समय–समय पर प्रशासन का कोई भी अधिकारी पाठशाला का औचक निरीक्षण कर सकता है तथा हर महीने Action Taken Report भेजना भी सुनिश्चित करें । प्रत्येक पाठशाला में पीलिया की रोकथाम एंव सावधानियां के बारे में चार्ट लगाया जाए ,जिसमें क्या करें या क्या न करें के सुझाव लिखे हों ।जिनकी छायाकिंत कापी साथ में संलग्न है।

यदि पाठशाला में पानी से सम्बन्धित कोई भी अनियमितता पाई जाती है तो उस पाठशाला के प्रमुख के विरूद्व अनुशासनात्मक कार्यवाही अमल में लाई जाएगी ।

उपनिदेशक प्रारम्भिक शिक्षा ,
ऊना,जिला ऊना (हि0 प्र0)

संलग्न :– रोकथाम एंव सावधानियां के सुझाव ।

प्रतिलिपि सूचनार्थ हेतुः– 1माननीय उपायुक्त महोदय जिला ऊना हि0प्र0 ।

2.समस्त खण्ड प्रारम्भिक शिक्षा अधिकारी जिला ऊना हि0प्र0 को इस सन्दर्भ में लिखा जाता हैकि उनके अधीनस्थ सभी प्राथमिक स्कूलों में यह आदेश जारी किए जाएं ।

उपनिदेशक प्रारम्भिक शिक्षा ,
ऊना,जिला ऊना (हि0 प्र0)

# पीलिया-बचाव में ही बचाव है: कृपया ध्यान दें!

**जन सहयोग से ही सम्भव है पीलिया का समूल नाश।**
**पीलिया, दूषित जल एवं दूषित खाद्य पदार्थों के सेवन से होता है।**

## पीलिया के लक्षण हैं:-

- आँखों के सफेद भाग का पीला होना।
- बुखार रहना व भूख न लगना।
- जी मितलाना और कभी-कभी उल्टियां होना।
- पीला पेशाब आना, चिकनाई वाले भोजन से अरूचि।
- अत्यधिक कमज़ोरी व थकान महसूस होना।
- पेट के ऊपरी दाएं भाग में भारीपन या दर्द महसूस होना।

## रोकथाम एवं सावधानियां :-

### क्या करें ?

- पेयजल को कम से कम 15-20 मिनट तक उबाल कर ही पीएं।
- मीठे पदार्थों का सेवन करें एवं खाद्य पदार्थों को ढ़ककर रखें।
- खाना बनाने, परोसने, खाने से पहले व बाद में और शौच जाने के बाद हाथ अच्छी तरह साबुन से धोएँ।
- शौचालय का प्रयोग करें।
- यह ध्यान रखें कि कूड़ा-करकट इधर-उधर न फैले।
- पीलिया के लक्षण होने पर तुरंत चिकित्सक से संपर्क करें।

### क्या न करें ?

- बावड़ी के पानी का सेवन न करें।
- गले-सड़े या कटे फल और सब्ज़ियों का सेवन न करें।
- पानी के स्त्रोत दूषित न करें।
- खुले में शौच न करें।
- पीलिया होने पर चिकनाई युक्त भोजन न करें।
- भारी काम न करें।
- शराब का सेवन न करें।
- पीलिया झड़वाने के लिए झाड़-फूंक में समय न गंवाएँ।

**ध्यान रखें:** बेहतर साफ-सफाई और खाद्य सुरक्षा पीलिया से बचाव के प्रभावी तरीके हैं।