स्क्रव टाइफस र यसवाट वच्ने उपायहरु :

Scrub Typhus मुसामा लाग्ने किर्ना जस्तो देखिने किरा (माइट) को टोकाईबाट मानिसमा सर्दछ । यो रोग माइटमा पाइने *Orentia Tsutsugamushi* भन्ने जिवाणुवाट लाग्दछ । माइट प्रायःजसो झाडी, खेतवारी, वन जङ्गल, घर वरिपरिको झाडी, घुरान हुने ठाउँमा देखिने गर्दछ । यो रोग मानिसबाट मानिसमा सर्दैन । यो रोगका लक्षण तथा बच्ने उपायहरु निम्न छन् ।

लक्षण :

- धेरै ज्वरो आउने (१०४ डीग्री फ.भन्दा वढी),काम ज्वरो समेत आउन सक्छ ।
- धेरै टाउको दुख्ने
- मुसामा लाग्ने किर्ना जस्तो देखिने किराले (माइट) टोकेको ठाउँमा रातो डावर जस्तो दाग देखिन सक्छ । टोकेको ठाउँमा पछि गएर कालो दाग वस्न सक्छ ।
- पसिना धेरै आउने
- आँखा रातो हुने
- झाडापखाला
- बिस्तारै शरीरका मुख्य अङ्गहरुले काम गर्न छाड्नु ।
- समयमै उपचार नभएमा कडा खालको श्वास प्रश्वास समस्या जस्तै दम बढ्ने, सास फेर्न गाह्रो हुने र बिरामी सिकिस्त समेत हुन सक्छ ।
- यो रोगको शंकालागेमा यथाशक्य चाँडो नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा आवस्यक उपचारको लागि लैजानु होला । औषधी सेवनपछि यो रोग निको हुन्छ ।

बच्ने उपायहरु :

- खेतवारीमा काम गर्दा, वनजङ्गल/झाडीमा जाँदा वा घाँस काट्न जाँदा पुरा शरीर ढाकिने कपडा लगाउने साथै सम्भव भए सम्म बुट लगाउने ।
- घाँसवारी वा चउरमा बस्दा गुन्द्री वा दरी ओछ्याएर बस्ने ।
- सम्भव भए सम्म भुइमा नभइ खाटमा वा अग्लो स्थानमा सुत्ने/बस्ने ।
- सकेसम्म घाँसवारी र चउरमा नबस्ने, चउर, वारी, झाडी, घाँस तथा धुरान बढी हुन नदिने।
- मुसा नियन्त्रणको लागि उपयुक्त किसिमले अन्न भण्डार नगर्ने तथा मुसाको वृद्धि विकास नहुने वातावरणको सृजना गर्ने ।

स्वास्थ्य सेवाविभाग
इपिडिमियोलोजी तथा रोग नियन्त्रण महाशाखा, टेकु