

# ඉන්ෆ්ලුවන්සාව !

වෛරසයකින් බෝවන ශ්වසන රෝගයකි.

ඉන්ෆ්ලුවන්සා රෝගයෙන් ආරක්ෂා වීමට...



කැස්සකදී හෝ කිවිසුමකදී ලේන්සුවකින් හෝ ටිෂූ කඩදාසියකින් නාසය හා මුව ආවරණය කරගන්න



හිතරම දෑත් වලින් මුව හා නාසය ඇල්ලීමෙන් වැළකෙන්න



සබන් ගල්වා පිරිසිදු ජලයෙන් දෑත් කෝදාගන්න



කැස්සකදී හෝ කිවිසුම්යාමකදී භාවිත කළ ටිෂූ කඩදාසි කසළ බඳුනකට දමන්න ලේන්සු හිතර කෝදා වියලා ගන්න



ඉන්ෆ්ලුවන්සා රෝග ලක්ෂණ තිබේනම් විවේක ගන්න ජනතාව ගැවසෙන ස්ථාන වලට යෑමෙන් වැළකෙන්න



ඔබේ ඉන්ෆ්ලුවන්සා (සෙම්ප්‍රතිශ්‍යා) රෝග තත්වය උත්සන්න වන්නේ නම් හෝ ඔබ අවදානම් කාණ්ඩයට අයත් නම් වෛද්‍ය ප්‍රතිකාර ලබාගන්න

## රෝග ලක්ෂණ

- උණ
- කැස්ස
- උගුරේ වේදනාව
- නාසයෙන් සොටු දියර ගැලීම (සෙම්ප්‍රතිශ්‍යාව)
- මස්පිඩු හෝ අතපය වේදනාව
- හිසරදය
- පාවනය හා වමනය (සමහර විට)

## අවදානම් කාණ්ඩ

- ගර්භණී කාන්තාවන්
- අවුරුදු 02 ට අඩු ළමුන්
- වයස අවුරුදු 65 ට වැඩි පුද්ගලයන්
- ඇදුම වැනි ශ්වසන රෝග, දියවැඩියාව හා කල්පවින රෝග තත්වයන්ගෙන් පෙළෙන්නන්
- දීර්ඝ කාලීන ස්ටීරොයිඩ් ප්‍රතිකාර ගන්නා අය
- ප්‍රතිශක්තිය හීන වූ රෝගීන්

