Education & Communities

Public Schools NSW

**HEAD LICE TREATMENT OPTIONS**
INFORMATION FOR PARENTS AND CARERS
NEPALI

# टाउकोमा जुम्राको उपचारको विकल्प

## अभिभावक र संरक्षकहरुलाई जानकारी

## कपालका जुम्राको लागि दुई विकल्पहरु छन्।

१. यांन्त्रिक पद्दती ले हटाउने (जुम्रा हटाउने काईंयो को प्रयोग गरेर)

२. रसायनिक पद्दती ले हटाउने

### यांन्त्रिक पद्दती हटाउने

यांत्रिक पद्दतीले हटाउन सुक्खा कपालमा कंडीशनर लगाउनुहोला। यो कंडीशनरले सबै कपाल ढाकेपछि एक सामान्य काईंयो प्रयोग गरेर यसलाई लट्टाहरु हटाउनुहोला र कपाललाई खंण्ड खंण्डमा भाग लगाउनुहोला। त्यसपछि वर्गकरित कपाल लाई लामो धातुको काँडा भएको काईंयोले कोर्नुहोला। यस कंडीशनरले जुम्रा मार्दैन तर यसले सजिलो संग तिनीहरूलाई हटाउन २० मिनेटका लागि तिनीहरूलाई लठ्याईदिनेछ। यो काईंयोले फुल(अण्डा) र जुम्रालाई हटाउनले छ। सेतो कागज(टिस्यु) ले काईंयो पुच्छुनुहोला र कुनै जुम्रा वा फुल भए नभएको हेर्नुहोला। सफा नदेखुञ्जेल कोरको कौरै गर्नुहोला। यो प्रकृया हरेक दुई दुई दिनमा सफा संग नजाउञ्जेल दोहोर्याई रहनुहोला(सामान्यतया हरेमा ७ देखि १०दिन)।

यो टाउको जुम्रा मा कीटनाशक प्रतिरोध गर्ने विधि हो, यो ज्यादै प्रभावकारी छ किनभने यद पद्दतीले टाउको जुम्राको उपचार गर्दा छाला जलन हुने कम जोखिम छ।

यांत्रिक हटाउने विधिले टाउकोमा परिसकेको जुम्रा मात्र हैन आउनुभन्दा अगाडी उपचार गर्न मद्दत गर्दछ। स्नान कक्षमा एक राम्रो टाउको को जुम्रा हटाउने काईंयो राख्नुहोस् र हरेक समय आफ्नो परिवारमा नुहाऊँदा जुम्रा हटाउने काईंयोको माध्यम ले आफ्नो कपाल कोर्नुहोला। यो पनि उनीहरूले धैरै अन्डा अघि जुम्रा पक्रेको हो सुनिश्चित गर्दछ।

यदि तपाईको आफ्ना छोराछोरीहरु कपाल नुहाउने उमेरका भै सकेका भए उनिहरु आफैलाई कपाल कोर्न प्रयोग गर्न प्रोत्साहन दिनुहोला। अथवा तपाईको छोराछोरीको कपाल धुने स्थान नजिकै काईंयो राखिदिनहा र हरेक पल्ट कपाल नुहाऊँदा कोर्नकोलागि भन्नुहोला।

### रसायनिक हटाउने पद्दती

यदि तपाईंले एक रासायनिक उपचार प्रयोग गर्ने छनौट गर्नुहुन्छ भने, निर्देशनहरु ध्यान पूर्वक पालन गर्नुहोला। यदि रासायनिक उपचारले एक पटकमा काम गरेन भनेर पुनः प्रयोग नगर्नुहोला। बरु त्यसको अलवा अलग रासायनिक मिश्रित प्रयोग वा काईंयो र कंडीशनर विधि नै प्रयोग गर्नुहोला। तपाई कुनै पनि नयाँ अण्डा मार्न ७ दिन सम्म उपचार गर्नु पर्छ। तपाईंले एक जुम्रा झार्ने काईंयो उपचारले काम गरिरहेको छ छैन सुनिश्चित गर्नकोलागि प्रयोग गर्नु आवश्यक हुनेछ। यदि तपाई मरेको जुम्रा पाउन भयो भने औषधीले काम गरेको छ। यदि तपाईंले जीवित जुम्रा पाउन भयो भने, उपचारले काम गरेको छैन।

जब आफ्नो बच्चा जुम्रा र फुल मुक्त हुनेछ, राम्रो जुम्रा झार्ने काईंयो र कंडीशनरले नियमित जाँच गर्नुहोला। प्रारम्भिक चरणमै पत्तालागेमा र उपचार गरेमा परिवारका सदस्यहरू र सहपाठीहरूलाई पुनः संक्रमण हुनबाट रोक्नेछ।

### ओछ्यान र लुगाहरुलाई के गर्ने नि

अनुसन्धान अनुसार तन्ना, टोपी, लुगाफाटा र फर्नीचर ले जुम्रा वा फुल सार्दैन र उपचार विकल्पको रूपमा धोएर कुनै फाइदा हुन्छ भन्ने भने छैन। फुल र जुम्रा केवल मात्र मानव टाउकोमा मात्र बस्ने गर्दछ। तिनीहरूले टाउको बाट हटाईएमा चाँडै निर्जलीकरण हुन्छन् र मर्छन्।

यो जानकारी NSW स्वास्थ्य को Nitbusters वेभसाईट मा उलपब्ध जानकारीको आधारमा छन्।