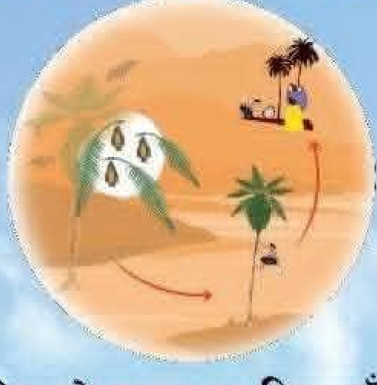
निपाह भाइरस कसरी फैलिन्छ?

निपाह भाइरस सर्ने मुख्य मार्गहरू बुझ्नाले संक्रमणबाट बच्न मद्दत गर्छ।

जनावरबाट मानिसमा

- सङ्क्रमित फलफूल खाने चमेरा, सुँगुर वा बंगुरसँग सम्पर्क हुँनाले ।
- दूषित कुवा/इनारको पानीको प्रयोग गर्नाले ।
- चमेरा बस्ने गुफा वा आश्रय स्थलमा प्रवेश गर्नाले ।

दूषित खाना तथा पेय पदार्थमार्फत



- चमेराको र्‍याल वा पिसाबसँग सम्पर्कमा रहेको दूषित फलफूल खानाले।
- काँचो खजुराको रस पिउनाले
- नछोपिएका जुस वा खानेकुरा सेवन गर्नाले।

मानिसबाट मानिसमा सर्ने

- सङ्क्रमित व्यक्तिसँग नजिकको सम्पर्कमा आउनाले ।
- शरीरका तरल पदार्थ (र्‍याल, थुक आदि) सँग सम्पर्कमा आउनाले।
- स्याहारकर्ता तथा स्वास्थ्यकर्मीहरूमा जोखिम बढी हुनाले ।

आफूलाई कसरी सुरक्षित राख्ने?

- फलफूल राम्रोसँग धुने ।
- काँचो खजुराको रस सेवन नगर्ने ।
- हातको सरसफाइ (हात धुने बानी) अपनाउने ।
- बिरामी व्यक्तिसँग सम्पर्क नगर्ने ।

समयमै पहिचान र रोकथामले जीवन बचाउँछ।