# बाबासाहेब भीमराव अम्बेडकर विश्वविद्यालय

विद्या विहार, रायबरेली रोड, लखनऊ–226025

# BABASAHEB BHIMRAO AMBEDKAR UNIVERSITY

(A CENTRAL UNIVERSITY)

VIDYA VIHAR, RAE BARELI ROAD, LUCKNOW-226025


Letter No. 61 /UHC/BBAU/26
Date: 01/09/2026

**Health Advisory/Bulletin**

In view of the rainy season & water logging resulting in increased no. of cases of Dengue during this season, A Health Advisory in form of Do's & Don't on Dengue fever is circulated for prevention and awareness to all.

Chief Medical Officer

University Health Centre

**Copy to:-**

1. SO, VC Secretariat, BBAU
2. PS to Registrar BBAU
3. I/c University website for uploading.

1/9

# Do's and Don'ts for Preventing Dengue fever

1. Prevent entry of mosquitoes by installing screens/mesh/net on windows.

   खिड़कियों को पूर्णतया ढककर मच्छरों का प्रवेश रोकें।

2. Use mosquito repellants like creams, mats.

   क्रीम, मैट जैसे मच्छर निरोधकों का उपयोग करें।

3. Dengue carrying mosquitoes have black and white stripes and bite mostly on the knees, legs, neck and ears. Therefore, protect against mosquito bites in these areas.

   डेंगू फैलाने वाले मच्छरों पर काली एवं सफेद रंग की धारियां होती हैं एवं वे ज्यादातर घुटनें, पैरों, गर्दन और कान पर काटते हैं। इसलिए, इन क्षेत्रों में मच्छरों के काटने से बचाव करें।

4. Wear full-sleeved clothes.

   पूरी बाजू वाले कपड़े पहनें।

5. Eliminate all mosquito breeding sites and prevent water-logging in surroundings.

   आस–पास जल भराव को रोकें एवं सभी मच्छरों के प्रजनन स्थल (पुराने टायर, पानी की टंकी, ट्यूब, प्लास्टिक के कंटेनर आदि) को हटा दें।

6. Use mosquito nets on beds while sleeping.
   सोने के समय बिस्तर पर मच्छरदानी का प्रयोग करें।

Contd.

7. Clean water coolers and water tanks frequently and keep all water resources fully covered.

   वाटर कूलरों एवं पानी की टंकियों को प्रतिदिन साफ करें और जल संसाधनों को पूरी तरह से ढककर रखें।

8. Dengue mosquitoes can breed only in clean water not in dirty water. Therefore, regularly clean your water storage containers.

   डेंगू के मच्छर साफ पानी में ही पनपते हैं, गंदे पानी में नही। इसलिए, अपने भंडारण कंटेनरों को नियमित रूप से साफ करें।

9. Create awareness about the spread of dengue in your locality.

   अपने इलाके में डेंगू फैलने एवं उसके बचाव हेतु लोगो को जागरूक करें।

10. Educate children on dengue symptoms and keep a close watch on their activities.

    बच्चों को डेंगू के लक्षणों के बारे में बतायें एवं उनकी गतिविधियों पर नजर बनाये रखें।

11. Do not accumulate old tyres, water tanks, tubes, plastic containers, etc. as they act as breeding grounds for the mosquitoes.

    पुराने टायर, पानी की टंकी, ट्यूब, प्लास्टिक के कंटेनर आदि जमा न करें क्योंकि ये मच्छरों के लिए प्रजनन स्थल के रूप में कार्य करते है।

12. Do not allow children to wear short-sleeved clothes and play in water puddles and stagnant water bodies.

    बच्चों को आधे बाजू के कपड़े पहनने एवं पानी के तालाब/कीचड़ और स्थिर जल निकायों में खेलने की अनुमति न दें।

Contd.

13. Do not assume symptoms and self-medicate.

लक्षणों एवं स्व–चिकित्सा की कल्पना स्वतः न करें।

14. Do not use alternative medicines that are advertised as they are not backed by medical research.

विज्ञापित वैकल्पिक दवाओं का प्रयोग न करें क्योंकि चिकित्सा अनुसंधान द्वारा समर्थित नही हैं।

15. Do not keep water containers open as they can attract mosquitoes to breed.

पानी के कंटेनरों को खुला न रखें क्योंकि वे मच्छरों को प्रजनन के लिए आकर्षित कर सकते हैं।

16. Always see a doctor immediately if dengue symptoms are suspected and do a dengue diagnosis test.

यदि डेंगू के लक्षणों का संदेह हो तो तत्काल डॉक्टर से परामर्श लें और **जरूरत अनुसार** उसकी जांच करायें।

17. Patients must intake lots of fluids regularly to stay hydrated as dengue causes dehydration.

मरीजों को हाइड्रेटेड रहने के लिए अधिक मात्रा में तरल पदार्थों का नियमित रूप से सेवन करना चाहिए क्योंकि डेंगू निर्जलीकरण का कारण बनता है।

18. Loss of plasma cells is one of the prominent symptoms of dengue. Eat immunity-boosting fruits, and drink fruit juices rich in Vitamin C.

प्लाजमा कोशिकाओं का नष्ट होना डेंगू के प्रमुख लक्षणों में से एक है। रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने वाले फल खाएं एवं विटामिन सी से भरपूर फलों का जूस पिएं।

Contd.

19. If symptoms worsen they should be taken to a nearby hospital immediately.

यदि लक्षण बढ़ जाये तो उन्हें तुरंत नजदीकी अस्पताल ले जाना चाहिए।

20. In case of severe bleeding, opt for blood transfusion only after the doctor prescribes.

गंभीर रक्तस्त्राव के मामले में, डॉक्टर के बताए अनुसार रक्त संचार का विकल्प चुनें।

21. Do not take antibiotics as dengue is caused by a virus, not a bacteria.

डेंगू वायरस के कारण होता है, बैक्टीरिया के कारण नहीं, इसलिए एंटीबायोटिक्स न ले ।

Dr. (Major) Vikas Srivastava

Chief Medical Officer