

Pork Tapeworm (Tamil), India

எளிமையான 6 வழிகளில்,
நாடாப்புழுவின் சுழற்சியை தடைசெய்வோம்.

Departments of Community Health and Neurological Sciences
Christian Medical College, Vellore, India

6) பன்றிகளியை நன்றாக சமைக்கவும்

'வருமுன் காப்பதே நன்று'

நன்றாக சமைத்த கழிவில் அறிதரிகள் பச்சைநீரின் நிறமே அல்லது இளஞ்சிவப்பு நிறமே இருக்கக்கூடாது. வேகவைத்ததரிகளில் இறந்தத் தரிசுகள் இருக்கக்கூடாது.



5) பன்றிகறி சுத்தமானதா என பரிசோதியுங்கள்

நீங்கள் பன்றிகறி சாப்பிடுவதற்கான கவனமாய்ச்சைக்கரியை ஆராய்ந்து பார்க்கவும், அந்த சதைகளில் நீக்கக்கூடுமளவு அல்லது புழுச்சினைகளே இருந்தால் அந்தகறி தள்ளப்படக் கூடாது. இந்த பன்றியை பன்றிகறிகளை வீடுகளில் கூடாது.



4) பன்றிகளை மேயவிடாமல் தடுப்பது

உங்கள் வீட்டிலோ அல்லது உங்கள் ஊரிலோ பன்றிகள் இருந்தால் அவற்றை கட்டுமேடையோ அல்லது கெட்டாடாமின் வைத்துவாரோ செய்வோம்.



இப்படிச் செய்வதால், பன்றிகள் நாடாப்புழுவினின் குட்டைகளை உள்வாங்கி வலத்தினை சாப்பிடாமல் இருக்கும்.

பன்றிகறியில் சினைகள்.

பன்றிகள் மறிக்கப்படுவது.

அவற்றை வந்தகறியில் பன்றிகள் நாடாப்புழு குட்டைகளை உள்வாங்கி வலத்தினை சாப்பிடாமல் இருக்கும்.



1) எப்பொழுதும் கழிப்பறையை பயன்படுத்தவும்

அழிப்பறையைப் பயன்படுத்துவதால் நாடாப்புழுவினின் குட்டைகளை பன்றிகளுக்குமல் மற்றவர்களுக்கும் பரவாமல் தடுக்கலாம்.



2) கைகளைச் சுத்தமாக கழுவவும்

நாடாப்புழுவினின் குட்டைகளை பரப்பாததற்கும் மூடிவார அகலும் சிகிச்சினை இருக்கும், வலிமம் பரவாமல் செய்தல். வலிமம் கழிப்பறையை உபயோகிக்கிறதற்கும் மரத்தினை சாப்பிடுவதற்கும் முன்பாகவும் கைகளை தரிசு செய்து பையினரை பயன்படுத்தி தீவிர தண்ணீரில் உபயோகித்து கழுவவும்.



புறங்களைக் காய்விடுவதால் நாளடைகழிவு பயன்படுத்தவும். குழந்தை நன்றாக கையாவந்து அழிப்பின் தடுக்கவும்.

3) மருத்துவரிடம் செல்லவும்

உங்கள் வயிற்றில் நாடாப்புழு இருந்தால் ஊற்றுத்தோலை இருந்தால் உடனடியாக மருத்துவரைச் சந்தித்து அந்த மருத்துவரை எடுத்துக்கொள்ளவும்.



அப்படி உடனே புழுக்களை அழிப்பதற்கு மருத்துவம் எடுத்துக்கொள்வதால் உங்கள் வயிற்றில் இருக்கும் நாடாப்புழு சாவியிடுவதால் மற்றவர்களுக்கும், பன்றிகளுக்கும் பரவாமல் இருக்கும்.