

चिन्ता नलिनु !

दैनिक जीवनमा गर्न सक्ने कुराहरूमा ध्यान दिऔं

नेपाली भाषा

क्षयरोग पूर्णरूपमा
निको हुने रोग हो !



हरेक दिन निश्चित
समयमा नियमित औषधि
सेवन गर्नु सबै भन्दा
महत्वपूर्ण हुन्छ ।

खोकी लाग्दा मास्क
लगाउने गरौं



लगातारको खोकी,
साँच्चिकै रुघा मात्र हो त?



स्वास्थ्य परिक्षण

विद्यालय या कार्यस्थलले गराउने स्वास्थ्य परिक्षणमा अनिवार्य
जचाँउनुहोस् ।



स्वस्थ जीवन यापन



क्षयरोगको जीवाणू

टोकियो महानगरपालिका कल्याण
तथा स्वास्थ्य विभाग

यहाँ बाट पल्टाएर पढ्नुहोस्



दुई हप्ताभन्दा बढी समयदेखि लगातार खोकि लाग्यो भने, स्वास्थ्य संस्थानमा गएर जाँचाउँ

के हो क्षयरोग?

क्षयरोगीले खोक्दा या हाच्चिउँ गर्दा,
क्षयरोगको जीवाणू हावामा फैली,
सो हावा श्वासप्रश्वासको माध्यमबाट
फोक्सोको भित्र सम्म प्रवेश गर्छ,
अनि क्षयरोगले संक्रमण गर्छ ।

उपचारको लागि स्वास्थ्य
संस्थानको श्वासप्रश्वास विभागमा जानु होस् ।
जापानिज भाषा नजान्नेहरूले विदेशी भाषामा फोन
मार्फत परामर्श लिन सक्ने काउन्टरको प्रयोग गर्नुहोस् ।



खोकी

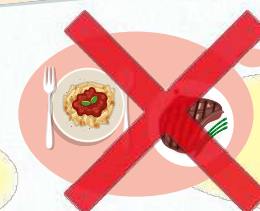
सामान्य ज्वरो



यस्ता लक्षणहरू,
कतै क्षयरोग त हौन ?



कमजोरी



खानामा अरुची



दुब्लाउनु

नाम	टेलिफोन नम्बर	उपलब्ध भाषा	बार	समय
टोकियो महानगरपालिका बिमा स्वास्थ्य सूचना केन्द्रको विदेशी भाषाद्वारा परामर्श विभाग	03-5285-8181	अंग्रेजी, चिनियाँ, कोरियान, थाई, स्पेनीस भाषा	हरेक दिन	9:00~20:00
क्षयरोग नियन्त्रण संघ विदेशीका लागि क्षयरोगको बारेमा परामर्श	03-3292-1218 03-3292-1219	अंग्रेजी, चिनियाँ, कोरियान, भियतनामी भाषा	मंगलबार	10:00~12:00 13:00~15:00
		म्यानमार भाषा	महिनाको दोस्रो • चौथो मंगलवार	10:00~12:00
अन्तरराष्ट्रीय स्वास्थ्य सहयोग नागरिकको संघ (SHARE)	03-6803-0304	अंग्रेजी भाषा	सोमबार • बुधबार • शुक्रबार	10:00~17:00