

GOVERNMENT OF NATIONAL CAPITAL TERRITORY DELHI
DIRECTORATE OF EDUCATION: SCHOOL BRANCH (HEALTH)
OLD SECRETARIAT: DELHI-110054

No. DE.23 (386)/Sch.Br./SHP/2023/146-151

Dated: 05/06/2023

CIRCULAR

Sub: Implementation of Intensified Diarrhoea Control Fortnight from 05th – 17th June 2023.

Childhood diarrhoeal disease continues to be a major killer among children. To address this issue effectively, Delhi is implementing Intensified Diarrhoea Control Fortnight (IDCF) from 5th -17th June 2023.

Hand washing is an important process for removing or reducing the number of micro-organisms from the hands. Washing of one's hands will decrease the risk of infectious diseases like Diarrhoea. Practising good hand hygiene prevents the transmission of infections therefore **Hand Washing** is important for all the students.

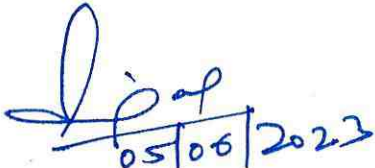
For advocacy and raising awareness, conducting the following activities in schools would go a long way to reduce incidence of diarrhoea and build lasting habits of hand washing to maintain basic sanitation and hygiene.

- Display of posters depicting correct steps in hand washing in the hand washing areas.
- Demonstration of correct hand washing techniques during school assembly.
- Emphasizing the importance of hand washing in school assembly.
- Ensuring that children wash their hands using soap and water, following the steps they are taught before taking their mid-day meals.
- Importance of use of ORS in case of Diarrhoea should also be emphasized.
- Poster making and displaying in the hand washing areas.

All Heads of Govt. /Govt. Aided/ Pvt. Unaided Recognized Schools under the Directorate of Education are hereby directed to conduct the above listed activities in their respective schools and ensure that the habit of Hand Hygiene is inculcated in students.

This issues with prior approval of Competent Authority.

Encl: Two (02) Pamphlets for distribution.


(Sanjay Subhas Kumar)
DDE (Exam) (L.O)

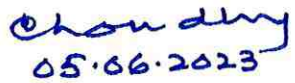
All Heads of Govt. /Govt. Aided/ Pvt. Unaided Recognized Schools under the Directorate of Education through DEL-E.

No. DE.23 (386)/Sch.Br./SHP/2023/146-151

Dated: 05/06/2023

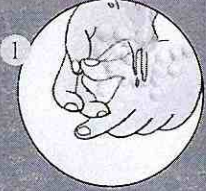
Copy to:-

1. PA to Director (Education).
2. PA to Addl. DE (Schools)
3. DDE (Schools)
4. DDE (District & Zones) for compliance.
5. Programmer (MIS) for uploading on MIS
6. Guard File


(Runu Choudhury)
Nodal Officer
School Branch (Health)

साबुन से ही हो हाथों की सही सफ़ाई

हाथ धोने का सही तरीका



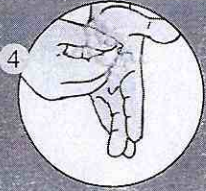
अपने हाथों को गीला करें और साबुन लगाएं



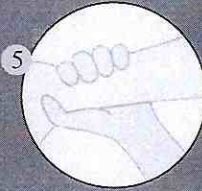
अपनी हथेलियों को आपस में रगड़ें और साबुन का झाग बनायें



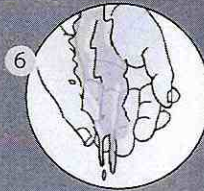
अपनी हथेलियों को आगे-पीछे दोनों तरफ और अंगुलियों के बीच में भी रगड़ें



अपने नाखूनों को अपनी हथेली पर खुरचें-रगड़ें



दोनों हाथों की कलाईयों को भी अच्छी तरह से साफ करें



दोनों हाथों को पूरी तरह से पानी से धोकर साफ करें

हाथों को साबुन से कब धोयें

शौच के बाद

कूड़ा या जानवरों को छूने के बाद

बच्चों का मल साफ करने के बाद

खाना पकाने से पहले

खाने से पहले

बच्चों को खिलाने से पहले

हाथों को साबुन से अच्छी तरह धोकर ही हम बहुत सी बीमारियों से बच सकते हैं।

परिवार कल्याण निदेशालय, दिल्ली सरकार

"बी व सी" विंग, 7 वॉ तल, विकास भवन-2, सिविल लाईन्स, दिल्ली-110054



सघन दस्त नियंत्रण पखवाड़ा

5 से 17 जून, 2023

ओ.आर.एस. और ज़िंक दस्त का असरदार इलाज



+



ओ.आर.एस.

दें जब तक दस्त रहे,
जिससे शरीर में पानी की कमी
ना हो

ज़िंक

14 दिनों तक एक खुराक सेना, शक्ति बढ़ये और 3 माह तक दस्त से बचाए



अपने बच्चे को दें ओ.आर.एस. और ज़िंक की सुरक्षा।

कब कहेंगे कि बच्चे को दस्त है ?

टट्टी की अवस्था में बदलाव या सामान्य से ज़्यादा पतली या पानी जैसी होने वाली टट्टी को दस्त कहते हैं।

निर्जलीकरण (पानी की कमी) के लक्षण

(किसी भी दो लक्षण के दिखने पर तुरंत स्वास्थ्य केन्द्र रेफर करें)



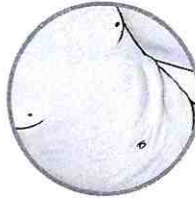
बच्चा बेचैन व चिड़चिड़ा है
अथवा सुस्त या बेहोश है



बच्चे की आँखें धंस चुकी हैं



बच्चे को बहुत ज़्यादा प्यास लगना अथवा पानी न पी पाना (2 माह से कम आयु के बच्चों में नहीं)



चिकोटी काटने पर पेट की त्वचा खींचने पर धीरे-धीरे पूर्वावस्था में आना (अर्थात् त्वचा के लचीलेपन में कमी)

ओ.आर.एस. के विशेष लाभ

शरीर में नमक और पोषक तत्वों की कमी को पूरा करते

उल्टी और दस्त में कमी लाये

पानी की कमी को पूरा करके दस्त को जल्दी ठीक करते

ओ.आर.एस. घोल बनाने की विधि



साफ बर्तन में 1 लीटर पीने के पानी को उबालकर ठण्डा करें



इसी बर्तन में एक पैकेट ओ.आर.एस. पाउडर डालें



ओ.आर.एस. पाउडर को पानी में साफ चम्मच से अच्छी तरह मिलाएं

बना हुआ ओ.आर.एस. घोल 24 घंटे के अंदर इस्तेमाल कर लें, बचा हुआ घोल फेंक दें।

अलग उम्र के बच्चों के लिए ओ.आर.एस. की अलग मात्रा



2 माह से कम आयु के बच्चे को



5 चम्मच ओ.आर.एस. प्रत्येक दस्त के बाद



2 माह से 2 वर्ष तक के बच्चे को



1/4 कप से 1/2 कप प्रत्येक दस्त के बाद



2 वर्ष से 5 वर्ष तक के बच्चे को



1/2 कप से 1 कप प्रत्येक दस्त के बाद

ओ.आर.एस.: दस्त शुरू होते ही और हर दस्त के बाद जब तक दस्त ठीक न हो जाये

ज़िंक के विशेष लाभ

दस्त की अवधि और तीव्रता दोनों को कम करते

तीन महीने तक दस्त से सुरक्षित रखे

लम्बे समय तक शरीर की प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाये



अलग उम्र के बच्चों के लिए जिंक की अलग मात्रा

2 माह से 6 माह तक के बच्चे को

10 मि.ग्रा.

1/2 गोली (10 मि.ग्रा.) साफ़ पानी या माँ के दूध में घोल कर पिलायें



6 माह से 5 वर्ष तक के बच्चे को

20 मि.ग्रा.

1 गोली (20 मि.ग्रा.) साफ़ पानी या माँ के दूध में घोल कर पिलायें

जिंक यानि 14 दिन: प्रतिदिन एक बार।