

# किरा निवारकहरूको उचित प्रयोग

(Nepali version)

सबैभन्दा पहिले दिइएका निर्देशनहरू  
ध्यावपूर्वक पढ्नुहोस्

किरा निवारक  
निर्देशनहरू

प्रवेश

लामखुट्टेले टोकने जोखिम  
भएका ठाउँहरूमा जानु अघाडि लगाउनुहोस्

शरीरका खुल्ला भाग वा लुगाले  
नढाकिएका भागहरूमा लगाउनुहोस्

गर्भवती महिलाहरूको लागि DEET  
30% र बच्चाहरूको लागि 10% सम्म  
प्रयोग गर्नुहोस्\*

पहिले सनस्क्रिन (घामबाट बच्ने क्रिम)  
लगाउनुहोस्, त्यसपछि किरा निवारक



आवश्यकता परेमा फेरि लगाउनुहोस्  
र निर्देशनहरू पालना गर्नुहोस्

\*लामखुट्टे-बाट सर्ने रोगहरूको प्रकोप वा महामारी भएको र जोखिम हुन सक्ने देशहरूमा वा क्षेत्रमा यात्रा गर्ने 2 महिना वा बढी उमेर भएका बच्चाहरूको लागि 30% सम्म DEET-युक्त किरा निवारकको प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ।



衛生署

Department of Health



衛生防護中心  
Centre for Health Protection



食物環境衛生署  
Food and Environmental  
Hygiene Department

Revised in March 2018