

किरा विकर्षकको प्रयोग सुझावहरू

1. लेबलको निर्देशन अनुसार शरीर र कपडाका खुला भागहरूमा र सावधानीपूर्वक डीईईटी (DEET) समावेश भएको किरा विकर्षक प्रयोग गर्नुहोस् ।
2. 6 महिना भन्दा कम उमेरका शिशुहरूलाई डीईईटी (DEET) समावेश भएको किरा विकर्षक प्रयोग नगर्नुहोस्*। किराको टोकाई र डसाई रोक्न वैकल्पिक उपायहरू प्रयोग गर्नुहोस् ।
3. बच्चाहरूमा डीईईटी (DEET) समावेश भएको किरा विकर्षकको प्रयोग गर्दा :
 - कम एकाग्रता भएको डीईईटी (DEET) को प्रयोग गर्नुहोस् - 10% सम्म*
 - बच्चाहरूलाई किरा विकर्षक सम्हाल्न वा आफैले प्रयोग गर्न नदिनुहोस् । वयस्कहरूले आफ्नो हातमा किरा विकर्षक लिएर बच्चाहरूलाई लगाइदिनु पर्छ
 - साना बच्चाहरूको हातमा, आँखा र मुखको वरपर, वा फुटेको वा चिलाउने छालामा नलगाइदिनुहोस्
 - उनीहरूको आँखामा किरा विकर्षक पर्न नदिनुहोस्
 - सप्रे गर्ने भन्दा रोल-अन गर्नेलाई प्राथमिकता दिनुहोस्
 - खुला क्षेत्रहरूमा विकर्षक छर्कनुहोस् र केटाकेटीलाई त्यसमा साँस लिन नदिनुहोस्
 - विकर्षकलाई केटाकेटीहरूको पहुँच बाहिर भण्डारण गर्नुहोस् र बच्चाहरूले त्यसलाई निल्न नदिनुहोस्
 - छालामा कम लगाउनुहोस् र कपडामा बढी लगाउनुहोस्
 - बच्चाहरू भित्र फर्किए पछि पानीले उनीहरूको छालामा लगाइएको भाग पखाल्नुहोस् वा नुहाइदिनुहोस्
 - किरा विकर्षक लगाइएको लुगा साबुन र पानी प्रयोग गरेर धुनुहोस्; र
 - आफ्नो शिशुलाई स्तनपान गराउनु अघि स्तनपान गराउने आमाहरूले उनीहरूको हात र शरीर धुने सल्लाह दिनुहोस्

* लामखुट्टेद्वारा सर्ने रोगहरूको स्थानीय वा महामारी प्रकोप भएका देशहरू वा क्षेत्रहरूमा यात्रा गर्ने बालबालिकाहरूका लागि ,जहाँ जोखिम हुने सम्भावना छ, 2 महिना वा बढी उमेर भएका बालबालिकाहरूले 30% सम्म डीईईटी (DEET)समावेश भएको डीईईटी (DEET) किरा विकर्षक प्रयोग गर्न सक्छन् ।

4. गर्भवती महिलाहरुलाई डीईईटी (DEET) समावेश भएको किरा विकर्षक प्रयोग गर्ने सिफारिसको लागि, कृपया [परिवार स्वास्थ्य सेवा वेबसाइट](#) मा जानुहोस् ।
5. लेबलको निर्देशन पालना गरि उत्पादनको सुरक्षित प्रयोग गरिएमा DEET समावेश भएको किराहरुको विकर्षक प्रयोग गर्नु हानिकारक हुँदैन । दुर्लभ अवस्थाहरुमा, डीईईटी (DEET)उत्पादनहरुको प्रयोगले छालामा डाबरहरु गराउन सक्छ । उच्च एकाग्रता समावेश भएको डीईईटी (DEET)को उत्पादनहरु प्रयोग गर्ने केही व्यक्तिहरुले छालामा डाबर, फोकाहरु आउने, र छाला र सिंगान आउने झिल्लीमा चिलाउने अनुभव गरेका हुन्छन् ।
6. डीईईटी (DEET) बाहेक, अन्य सक्रिय सामग्रीहरु भएका किरा विकर्षकहरु, जस्तै IR3535, इकारिडिन (पिकारिडिन को रूपमा पनि चिनिने) , आदि पनि बजारमा उपलब्ध छन् । कुनै पनि किरा विकर्षक प्रयोग गर्दा, सर्वसाधारणहरुलाई लेबलको निर्देशन र सावधानीहरु पालना गर्न सल्लाह दिइन्छ ।