



icmr
INDIAN COUNCIL OF
MEDICAL RESEARCH

RMRCBB
REGIONAL MEDICAL RESEARCH
CENTRE, BHUBANESWAR

ସାପ କାମୁଡ଼ା ସଚେତନତା ପାଇଁ ସୂଚନା ଶିକ୍ଷା
ଯୋଗାଯୋଗ **(IEC)** ସାମଗ୍ରୀ

ସାପ କାମୁଡ଼ା ରୁ ରକ୍ଷା ପାଇବା ପାଇଁ 5ଟି ଉପାୟ



ଲେଖକ-

ଡା. ଆମରେନ୍ଦ୍ର ମହାପାତ୍ର ଏବଂ ଡା. ସୁବ୍ରତ ପାଲେ
ଆଇ.ସି.ଏମ.ଆର-ଆଞ୍ଚଳିକ ଚିକିତ୍ସା ଅନୁସନ୍ଧାନ କେନ୍ଦ୍ର

ଭାରତ ଏବଂ ଓଡ଼ିଶାରେ ସାଧାରଣତଃ ଦେଖାଯାଉଥିବା ସାପ

ସାଧାରଣତଃ ରାୟାଗଡ଼ା, ଖୋର୍ଦ୍ଧା, ସମ୍ବଲପୁର ଏବଂ କଟକ ଜିଲ୍ଲାରେ
ବିଷାକ୍ତ ସାପ ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ

ଭାରତୀୟ ଗୋଖର ନାଗ



ଅହିରାଜ





ବିଷଧର ଏବଂ ବିଷହୀନ ସାପ ବିଷୟରେ ଜ୍ଞାନ

ବିଷଧର ସାପ ର ଆଖି ଏବଂ ନାକ
ଗୋଲାକାର ଏବଂ କୌଣସି ଉତ୍ତାପ
ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ଛିଦ୍ର ନଥାଏ



ବିଷଧର ସାପ ର ଆଖି ଅଣ୍ଟା କିମ୍ବା
ଏଲିପ୍ଟିକାଲ୍ ଆକୃତିର, ଓ ଗୋଜିଆ ନାକ
ଏବଂ ଉତ୍ତାପ-ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ଛିଦ୍ର ଥାଏ ।



ବିଷ ହୀନ ସାପ ର ମୁଣ୍ଡ ତ୍ରିକୋଣୀୟ କିନ୍ତୁ
ଚଉଡ଼ା ନଥାଏ



ବିଷଧର ସାପ ମାନଙ୍କର ମୁଣ୍ଡ ବହୁତ ପ୍ରଶସ୍ତ ଏବଂ ବେକ
ରେ ଚର୍ମ ଥାଏ ।



ବିଷଧର ସାପ ମାନଙ୍କର

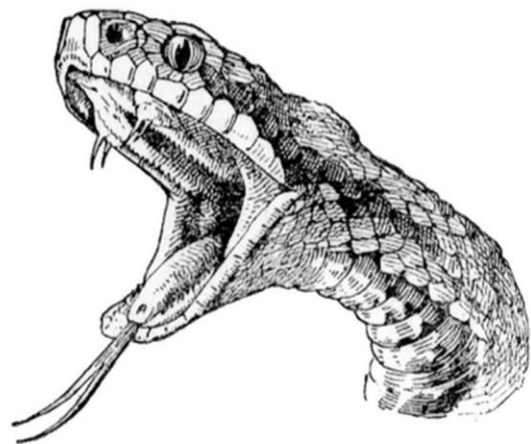
ଲାଞ୍ଜର ମଳଦ୍ବାରରେ ଗୋଟିଏ ଧାଡ଼ି ଚିହ୍ନ
ଥାଏ, ଏବଂ ଲାଞ୍ଜ ଶୀର୍ଷରେ ମଧ୍ୟ ଦୁଇଟି ଧାଡ଼ି
ଥାଇପାରେ ।



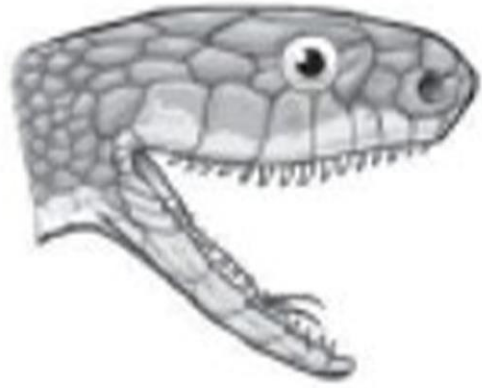
ଅଣ-ବିଷଧର ସାପ ଗୁଡ଼ିକର ମଳାଷୟ ରୁ ଲାଞ୍ଜର ଶେଷ
ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଦୁଇଟି ଧାଡ଼ି ମାପ ଅଛି ।



ବିଷାକ୍ତ ସାପ ର ଉପର ପାଟିରେ ଦୁଇଟି ବିଷାକ୍ତ ଦାନ୍ତ
ଥାଏ, ଏହି ବିଷାକ୍ତ ପଦାର୍ଥଗୁଡ଼ିକ ପରବର୍ତ୍ତୀ ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ
ଦାନ୍ତରେ ପରିଣତ ହୁଏ



ଅଣ-ବିଷଧର ସାପ ମାନଙ୍କର ଉପର ପାଟିର
ଛାତରେ ଏବଂ ତଳ ପାଟିର ଛାତରେ ଦାନ୍ତ ଥାଏ
ଏବଂ ଏହା କୌଣସି ଭାବେ ବେକ ଆଡକୁ ଥାଏ



ବିଷାଳ ସାପ କାମୁଡ଼ିବା ପରେ ଚର୍ମରେ ଗୋଟିଏ କିମ୍ବା ଦୁଇଟି
ଦାଗ ଦେଖାଯାଏ



ଅଣ-ବିଷଧର ସାପ କାମୁଡ଼ା ରେ ଚର୍ମରେ ଅନେକ ଦାଗ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ



ଖାଦ୍ୟ ଶୃଙ୍ଖଳରେ ସାପ ମାନେ ହେଉଛନ୍ତି ଏକ ପ୍ରମୁଖ ସଂଯୋଗ ଓ ପରିବେଶରେ ଏକ ସୁସ୍ଥ ସନ୍ତୁଳନ
ବଜାୟ ରଖିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରନ୍ତି ।

Five Ways to Prevent Snakebites

ଯେଉଁ ଜାଗା ରେ ସ୍ୱଷ୍ଟ ଭାବରେ ଦେଖିପାରୁ ନାହାନ୍ତି
ସେଠି ଚପଲ ହାଲକିଜୁଟୁ ପିନ୍ଧି କାରଣ ଏହା ଆପଣଙ୍କୁ
ସାପ କାମୁଡ଼ିବା ଠାରୁ ରକ୍ଷା କରିବ ।



ଉଚ୍ଚ ଘାସଠାରୁ ଦୂରରେ ରୁହନ୍ତୁ । ସାପ ମାନେ
ଘାସ ମଧ୍ୟରେ ଲୁଚି ରହି ଶିକାର ପାଇଁ ଅପେକ୍ଷା
କରନ୍ତି କରାଣ ଏହା ଏକ ପ୍ରିୟ ସ୍ଥାନ, ତେଣୁ ସେହି
ସ୍ଥାନଗୁଡ଼ିକୁ ସଫା କରନ୍ତୁ ଯେଉଁଠାରେ ସେମାନଙ୍କୁ
ଲୁଚିବା କଷ୍ଟକର



ଭୂମିରେ ଶୋଇବା ସମୟରେ ମଶାରି ବ୍ୟବହାର
କରନ୍ତୁ, ଏହା ରାତି ସମୟର ସାପ କାମୁଡ଼ା ରୁ ରକ୍ଷା
କରିବ କାରଣ ଭୂମିରେ ଶୋଇବା ବେଳେ ଅନେକ
ସମୟରେ ସାପ ଲୋକଙ୍କୁ କାମୁଡ଼ିଥାଏ ।



ପ୍ରବଳ ବର୍ଷା ପରେ ରାତି ରେ ଟାଲିବା ସମୟରେ
କିମ୍ବା ଇନ୍ଦନ ସଂଗ୍ରହ କରିବା ସମୟରେ ଏକ ଫ୍ଲାଏ
ଲାଇଟ୍ କିମ୍ବା ଟର୍ଚ୍ଚ ନିହାତି ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ ।



ଉଚ୍ଚ ଘାସ ମଧ୍ୟ ରେ ବୁଲିବାବେଳେ ସାପ ମାନଙ୍କୁ
ଭୟଭୀତ କରିବା ପାଇଁ ସାମ୍ନାରେ ଏକ ଲମ୍ବା ବାଡ଼ି ରଖନ୍ତୁ
ଯାହା ଦ୍ଵାରା ଆପଣ ବାଡ଼ି ର ଧ୍ଵନି ଦ୍ଵାରା
ସାପ କାମୁଡ଼ାରୁ ରକ୍ଷା ପାଇପାରିବେ ।



ସୂଚନା

ଏହି ସୂଚନା, ଶିକ୍ଷା ଏବଂ ଯୋଗାଯୋଗ (IEC) ସାମଗ୍ରୀ ପାଇଁ ସଂପୃକ୍ତ ଲେଖକମାନେ ହେଉଛନ୍ତି:

ଡକ୍ଟର ଅମରେନ୍ଦ୍ର ମହାପାତ୍ର (ବୈଜ୍ଞାନିକ- ବରିଷ୍ଠ ଡେପୁଟି ଡାଇରେକ୍ଟର, ଏପିଡେମିଓଲୋଜି ବିଭାଗର ମୁଖ୍ୟ, ଆଇସିଏମଆର - ଆଞ୍ଚଳିକ ମେଡିକାଲ ରିସର୍ଚ ସେଣ୍ଟର, ଭୁବନେଶ୍ୱର) ଏବଂ ଯୋଗାଯୋଗ-
amarmaha@gmail.com, T: 0674-2305661.


ଆଇ.ଇ.ସି ସାମଗ୍ରୀର Avoidable Deaths Network
(ADN) ଦ୍ୱାରା ପରିଚାଳିତ ଏବଂ ପ୍ରକାଶିତ

ମାଲିକାନା ଲେଖକମାନଙ୍କର ଦ୍ୱାରା ଅଧିକୃତ

ଡକ୍ଟର ଅମରେନ୍ଦ୍ର ମହାପାତ୍ର ଏବଂ ଡକ୍ଟର ସୁବ୍ରତ ପାଲେ