සීයටත් වැඩිය දැනටත් මරාදාලා .... තියෙනවා
නව ගොඩක් දෙනෙක් මරන්ට හිතේ ඇඳිලා ....

අපි මිනිස්සු මරන්නේ

මී උණෙන්

ලෙඩ කරන්නේ
අපි ඉන්නේ මී මුත්‍රාවලින් අපවිත්‍ර තෙත පරිසරයේ

ඇඟේ තියෙන
කැපීම්, සීරීම්, තුවාල වලින් විතරක් නෙවේ,
සියුම් තැන් වලිනුත් අපි ඔහේලගේ ඇඟට ඇතුල් වෙනවා
අපි ඔහේලට මී උණ හදපුවාම..........
ඇඟට උණ ගන්නවා මස් පිඩු ඇඟපත හොඳට රිද්දනවා,
ඇඟ සී...තල කරවනවා,
ඔලුවේ කැක්කුම හදවලා ඇස් රතුපාට කරවනවා,
ඒ විතරක් ද ? මුත්‍රා තදපැහැ කරවනවා.

අන්න ඒ වෙලාවට ඉස්පිරිතාලෙකින් / දොස්තර කෙනෙක්ගෙන් බෙහෙත් ගත්තේ නැත්නම්

අපි ඔහේලගේ වකුගඩුව අක්‍රිය කරලා,
හදවත විනාශ කරලා,
මොලේ ආසාදනය කරලා,
හිතුනොත් මරලත් දානවා.

අපෙන් බේරෙන්න ඕනම නම්,

- ඉන්න තැන, වැඩකරන තැන පිරිසිදුව තියාගන්න
- කැපීම්, සීරීම් තුවාල හොඳින් වහලා තියාගන්න
- වැඩ කරන කොට පුලුවන් හැම වෙලාවෙම ග්ලවුස්, බූට්ස්, සපත්තු ඇඳලා බලන්නකෝ
- මී අයියලා විනාශ කලොත් අපිත් සුං
- දියකඩිති, වක්කඩ වලින් අත් පා, මූනකට සෝදන්නේ, නාන්නේ මැරෙන්න ආස අය

ඕං සෞඛ්‍ය නෝනලා මහත්තුරු තව තව උපදෙස් කියනවලු.
ඒවත් අහලා බලලා පුලුවන්නම් බේරිලා බලන්නකෝ.
ආයිබෝං කිව්වා.

අපි මී උණ බැක්ටීරියා මල්ලිලා

Quality Printers Tel. 035 - 2223759

කෑගල්ල දිස්ත්‍රික් සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ කාර්යාලයේ සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන ඒකකයේ පණිවිඩයකි.

ඔබත් අන් අයත් රෝගීන් කරවන විශ බීජ පැතිරවීමෙන් වලකින්න ,

කිවිසුම... කැස්ස... ?

රෝග බෝ නොවන පරිදි

නාසය හා මුඛය ආවරණය කරගන්න

ඔබ කහින විට හා කිවිසුම් පිටකරන විට ටිෂූ කඩදාසියකින් හෝ ලේන්සුවකින් මුව හා නාසය ආවරණය කර ගන්න

ලේන්සුවක් හෝ ටිෂූ කඩදාසියක් නොමැතිනම් පමණක් කහින විට හා කිවිසුම් පිටකරන විට ඔබගේ අතේ ඉහළ කොටසින් මුව හා නාසය ආවරණය කරගන්න.
කිසි විටෙකත් අත්ල භාවිත නොකරන්න.

භාවිත කල කල ටිෂූ කඩදාසි ඉවතලන බඳුනට දමන්න.

ඔබගේ දෑත් පිරිසිදු කරගන්න

කිවිසුම පිටකිරීමෙන් හා කැස්සෙන් පසුව

ඔබගේ දෑත් සබන් යොදා හොඳින් සෝදන්න.

නැතිනම්

අත් සෝදන දියර භාවිත කරන්න.

ප්‍රාදේශීය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ කාර්යාලය, රත්නපුර

045 222 2267, 045 222 2496