

Jagalah Kesihatan SEMASA di Pusat Pemindahan

BANJIR



- Pastikan anda minum air yang telah dimasak/air minuman yang telah dibotolkan.



- Sentiasa makan makanan yang telah dimasak. Elakkan makanan mentah.



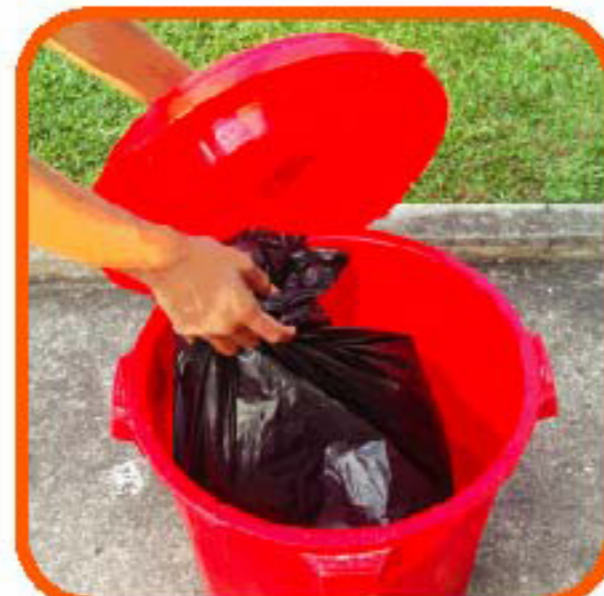
- Jika makan buah-buahan, kupas kulitnya.
- Jaga kebersihan diri dan kawasan sekeliling. Gunakan kemudahan asas yang disediakan seperti tandas dan tong sampah.



- Pesakit-pesakit kronik (seperti pesakit diabetes, darah tinggi dan lain-lain), serta ibu-ibu hamil perlu mematuhi nasihat pasukan perubatan.



- Segera dapatkan rawatan sekiranya anda mengalami demam, cirit-birit, muntah dan lain-lain.
- Patuhi nasihat yang diberi oleh anggota kesihatan.



Ditebitkan oleh:
Bahagian Pendidikan Kesihatan dengan kerjasama Bahagian Kawalan Penyakit, Kementerian Kesihatan Malaysia
www.infoihat.gov.my • www.myhealth.gov.my

20,000/Sept2007 (BM)



"UTAMAKAN KESIHATAN, BERTINDAKLAH DENGAN SEGERA"