ଜଙ୍ଗଲପୋଡି

ଗ୍ରୀଷ୍ମଋତୁରେ ଉତ୍ତାପ ବୃଦ୍ଧି କେବଳ ମଣିଷ ମାନଙ୍କୁ ନୁହେଁ, ଗଛଲତା, ଜଙ୍ଗଲ, ପଶୁପକ୍ଷୀଙ୍କୁ ମଧ୍ୟ ପ୍ରଭାବିତ କରିଥାଏ । ଏହି ନିଦାଘ କାଳରେ ବିଭିନ୍ନ କାରଣରୁ ନିଆଁ ଲାଗିବାଦ୍ୱାରା ବିସ୍ତିନ୍ନ ଜଙ୍ଗଲ ପୋଡ଼ିଯାଏ । ଓଡ଼ିଶା ସମେତ କେତେକ ରାଜ୍ୟରେ ଗତ କିଛିବର୍ଷଧରି ଏହି ବନାଗ୍ନି ସଂଖ୍ୟା ଓ ପରିମାଣ ବୃଦ୍ଧି ପାଇବା ଉଦ୍‌ବେଗ ଜନକ । ସମଗ୍ର ଦେଶରେ ବନାଗ୍ନି କ୍ଷେତ୍ରରେ ଓଡ଼ିଶାର ସ୍ଥାନ ତୃତୀୟ । ମୁଖ୍ୟତଃ ମାଲକାନଗିରି, କୋରାପୁଟ, କଳାହାଣ୍ଡି, ରାୟଗଡ଼ା, କନ୍ଧମାଳ, ନବରଙ୍ଗପୁର ଓ କେନ୍ଦୁଝର ଜଙ୍ଗଲରେ ନିଆଁ ଲାଗୁଛି । ଜଳବାୟୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଓ କ୍ରମବର୍ଦ୍ଧିଷ୍ଣୁ ତାପମାତ୍ରା ଏହି ସଂକଟକୁ ପ୍ରତିବର୍ଷ ଯେଭଳି ଦ୍ୱିଗୁଣିତ କରି ଚାଲିଛି, ତାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବା ପାଇଁ ଆମେ ସତର୍କ ହେବାର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି ।

ଜଙ୍ଗଲେ ନିଆଁ ଲାଗିବାର କାରଣ ଓ ପ୍ରଭାବ

ଆଗ୍ନେୟଗିରି ଉଦ୍‌ଗିରଣ, ବଜ୍ରପାତ, କିମ୍ବା ସ୍ୱର୍ଯ୍ୟ ଉତ୍ତାପ ଭଳି କିଛି ଭୌତିକ କାରଣ ଯୋଗୁଁ ଜଙ୍ଗଲରେ ନିଆଁଲାଗିଥାଏ । ସାଧାରଣତଃ ଜଙ୍ଗଲକୁ ଯାଉଥିବା ଲୋକେ ଗଛରୁ ଝଡ଼ି ତଳେ ପଡ଼ିଥିବା ପତ୍ରଗୁଡ଼ିକରେ ଅଗ୍ନି ସଂଯୋଗକାରୀ ଜିନିଷ ଫୋପାଡ଼ି ଦେଇଥାଆନ୍ତି, ଯାହାକି ପରେ ଜଙ୍ଗଲପୋଡ଼ିର କାରଣ ହୋଇଥାଏ । ପୋଡୁଚାଷ କରିବା, ମହୁଲ ସଂଗ୍ରହ କରିବା ଏବଂ କେନ୍ଦୁପତ୍ର ତୋଳିବା ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ଲୋକମାନେ ଜଙ୍ଗଲରେ ନିଆଁ ଲଗାଇଥାଆନ୍ତି ।

ଜଙ୍ଗଲ ନିଆଁ ଲାଗିବାଦ୍ୱାରା ନିମ୍ନଲିଖିତ କୁପ୍ରଭାବ ପଡ଼େ :

- ଜୈବ ବିବିଧତା କମିଯାଏ
- ପ୍ରାକୃତିକ ଜଳାଶୟର ଉତ୍ସ ଠିକ୍ ରହେ ନାହିଁ
- ମୃତ୍ତିକାର ଉର୍ବର ଶକ୍ତି କମିଯାଏ
- ଜଙ୍ଗଲ ଅଧିବାସୀଙ୍କ ଜୀବନ ଜୀବିକା ପ୍ରଭାବିତ ହୁଏ
- ପରିବେଶ ସନ୍ତୁଳନରେ ପ୍ରଭାବ ପକାଏ
- ଜୀବଜନ୍ତୁ ପୋଡ଼ି ମରିଯାଆନ୍ତି
- ମଞ୍ଜିଗୁଡ଼ିକ ପୋଡ଼ିଯିବାରୁ ନୂତନ ଜଙ୍ଗଲ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇପାରେ ନାହିଁ ।

ସତର୍କତା:

- ବନାଗ୍ନି ପ୍ରବଣ ଅଞ୍ଚଳ ଚିହ୍ନଟ ଓ ତତ୍କାଳ ପଦକ୍ଷେପ ଗ୍ରହଣ
- ଜଙ୍ଗଲ ଆଖପାଖରେ ବସବାସ କରୁଥିବା ଲୋକଙ୍କୁ ନେଇ ଏ ବିଷୟରେ ସଚେତନତା ସୃଷ୍ଟି
- ବନାଞ୍ଚଳ ଅଧିବାସୀମାନଙ୍କୁ ନେଇ ଜଙ୍ଗଲ ସୁରକ୍ଷା କମିଟି ଗଠନ
- ଜଙ୍ଗଲରେ ଭୋଜି କରୁଥିଲେ, ଫେରିବା ସମୟରେ ନିଆଁକୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଲିଭାଇ ଆସିବା
- ପୋଡୁଚାଷ ବା କେନ୍ଦୁପତ୍ର ନିମିତ୍ତ ଜଙ୍ଗଲରେ ନିଆଁ ଲଗାଇବା ନାହିଁ
- ଜଙ୍ଗଲରେ ନିଆଁ ଦେଖିଲେ, ସାମୁହିକ ଭାବରେ ତୁରନ୍ତ ଲିଭାଇବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରିବା
- ଆବଶ୍ୟକ ସ୍ଥଳେ ଅଗ୍ନିଶ୍ରମ ବାହିନୀକୁ ଯୋଗାଯୋଗ କରିବା

କରୋନା

କରୋନା ଭାଇରସ୍ ରୋଗ ୨୦୧୯ ମସିହାର ଏକ ସଂକ୍ରାମକ ରୋଗ ଯାହା କରୋନା ଭାଇରସ୍ SARS-COV-2 ଦ୍ୱାରା ହୋଇଥାଏ । ପ୍ରଥମେ ଏହା ୨୦୧୯ ମସିହାରେ ଚାଇନାର ଓ୍ୱାହନ ସହରରେ ଚିହ୍ନଟ ହୋଇଥିଲା । ଏହି ରୋଗ ଦ୍ରୁତ ଗତିରେ ସାରା ବିଶ୍ୱରେ ବ୍ୟାପିଗଲା ଯାହାର ଫଳସ୍ୱରୂପ କୋଭିଡ-୧୯ ମହାମାରୀ ସୃଷ୍ଟି ହେଲା ।

କରୋନାର ଲକ୍ଷଣଗୁଡ଼ିକ ପରିବର୍ତ୍ତନଶୀଳ । ପ୍ରାୟତଃ ଜ୍ୱର, ଥକ୍କାପଣ, କାଶ, ନିଶ୍ୱାସ ପ୍ରଶ୍ୱାସ ନେବାରେ ଅସୁବିଧା, ଗନ୍ଧ ଓ ସ୍ୱାଦ ହରାଇବା ଇତ୍ୟାଦି ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ । ଭୂତାଣୁ ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆସିବାର ଏକରୁ ଚଉଦଦିନ ପରେ ଲକ୍ଷଣ ଆରମ୍ଭ ହୋଇପାରେ । ସଂକ୍ରମିତ ହୋଇଥିବା ଅତିକମରେ ଏକ ତୃତୀୟାଂଶ ଲୋକଙ୍କ ଠାରେ କୌଣସି ଲକ୍ଷଣ ଦେଖାଯାଏ ନାହିଁ ।

- କରୋନା ଭାଇରସ୍ ସେତେବେଳେ ହୋଇଥାଏ ଯେତେବେଳେ ସଂକ୍ରାମକ କଣିକାଗୁଡିକ ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟାରେ ଆସିଥାଏ କିମ୍ବା ଆଖି, ନାକ, କିମ୍ବା ପାଟି ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆସିଥାଏ ।
- ଯେତେବେଳେ ଲୋକମାନେ ପରସ୍ପର ନିକଟବର୍ତ୍ତୀ ହୁଅନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ବିପଦ ସର୍ବାଧିକ ହୋଇଥାଏ, କିନ୍ତୁ ଭୂତାଣୁ ଧାରଣ କରିଥିବା ଛୋଟ ବାୟୁବାହିତ କଣିକା ବାୟୁରେ ସ୍ଥଗିତ ରହିପାରେ ଏବଂ ଅଧିକ ଦୂରତାରେ, ବିଶେଷ କରି ଘର ଭିତରେ ଯାତ୍ରା କରିପାରେ ।
- ଭୂତାଣୁ ଦ୍ୱାରା ସଂକ୍ରମିତ ହୋଇଥିବା ବସ୍ତୁକୁ ଛୁଇଁବା ପରେ ଲୋକମାନେ ସେମାନଙ୍କ ଆଖି ନାକ କିମ୍ବା ପାଟିକୁ ସ୍ପର୍ଶ କଲେ ସଂକ୍ରମଣ ହୋଇପାରେ ।
- ଲୋକମାନେ ୨୦ ଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସଂକ୍ରମକ ରହନ୍ତି ଏବଂ ଲକ୍ଷଣ ବିକଶିତ ନ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ଏହାର ଜୀବାଣୁଗୁଡ଼ିକ ବିସ୍ତାର କରିପାରିବେ ।

ପ୍ରତିକାର

ସଂକ୍ରମଣର ସମ୍ଭାବନାକୁ ହ୍ରାସ କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରତିଷେଧକ ପଦକ୍ଷେପଗୁଡିକ ହେଲା :

ଟିକା ନେବା, ଘରେ ରହିବା, ସର୍ବସାଧାରଣ ସ୍ଥାନରେ ମାସ୍କ ପିନ୍ଧିବା, ଜନଗହଳିପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ଥାନକୁ ନଯିବା, ଅନ୍ୟ ମାନଙ୍କଠାରୁ ଦୂରତା ରଖିବା (ଅନ୍ୟୂନ ଦୁଇମିଟର), ଘର ଭିତରକୁ ବାୟୁ ଚଳାଚଳ କରିବା, ସାବୁନ ଏବଂ ପାଣିରେ ବାରମ୍ବାର ଅତି କମରେ କୋଡ଼ିଏ ସେକେଣ୍ଡପାଇଁ ହାତ ଧୋଇବା, ଯୋଗ, ପ୍ରାଣାୟାମ ଓ ସ୍ୱଚ୍ଛତା ଅଭ୍ୟାସ କରିବା ଏବଂ ଆଖି, ନାକ କିମ୍ବା ପାଟିରେ ବାରମ୍ବାର ହାତ ମାରିବା ନାହିଁ । ସଂକ୍ରମିତ ରୋଗୀକୁ ଅଲଗା ରଖିବା । କୌଣସି ପ୍ରକାର ଲକ୍ଷଣ ଦେଖାଗଲେ, ଡାକ୍ତରଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ଅନୁସାରେ ଚିକିତ୍ସା କରିବା ଇତ୍ୟାଦି ।

ମାଧ୍ୟମ ଫାଉଣ୍ଡେସନ
ଏନ୍-୩/୨୦୨, ଏକାମ୍ର କାନନ ରାସ୍ତା,
ଆଇ.ଆର୍.ସି. ଭିଲେଜ୍, ନୂଆପଲ୍ଲୀ, ଭୁବନେଶ୍ୱର -୭୫୧୦୧୫
ଫୋନ୍ : ୦୬୭୪ - ୨୫୫୭୦୨୯

ପ୍ରକଳ୍ପ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ
ବେରେଡ଼ାକିଆ, ରାଇକିଆ, କନ୍ଧମାଳ, ଓଡ଼ିଶା

ପ୍ରାକୃତିକ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ଏବଂ ମହାମାରୀ ର ମୁକାବିଲା ନିମନ୍ତେ ସତର୍କତା ଓ ପ୍ରସ୍ତୁତି

Supported by :
AWO International
german cooperation
Aktion Deutschland Hilft

Developed by:
MADHYAM FOUNDATION
Bhubaneswar, Odisha.

ମରୁଡି

ମରୁଡିକଣ ?

- ମରୁଡି ଏକ ପ୍ରାକୃତିକ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ । ଏହି ବିପର୍ଯ୍ୟୟର ପ୍ରକ୍ରିୟା ମନ୍ଥର ହୋଇଥାଏ ।
- ପ୍ରାକୃତିକ ଜଳବାୟୁ ଚକ୍ରରେ ମରୁଡି ଏକ ଦୀର୍ଘ ଶୁଷ୍କ ସମୟ ଯାହା ପୃଥିବୀର ଯେକୌଣସି ସ୍ଥାନରେ ବି ହୋଇପାରେ ।
- ଏହା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ, କୃଷି, ଅର୍ଥନୀତି, ଶକ୍ତି ଓ ପରିବେଶ ଉପରେ ଗୁରୁତର ପ୍ରଭାବ ପକାଇଥାଏ ।

ମରୁଡି ହେବାର କାରଣ

- ତାପମାତ୍ରା ବୃଦ୍ଧି ମରୁଡି ପରିସ୍ଥିତି ସୃଷ୍ଟି କରେ ।
- ବାୟୁ ସଂଚାଳନ ଓ ପାଣିପାଗ ଢାଞ୍ଚା ମଧ୍ୟ ମରୁଡି ପରିସ୍ଥିତି ସୃଷ୍ଟି କରେ ।
- ମାଟିର ଆଦ୍ରତାର ସ୍ତର ହ୍ରାସ ମଧ୍ୟ ମରୁଡି ହେବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

ମରୁଡିର ପ୍ରକାର ଭେଦ

- ପାଣିପାଗ ଜନିତ ମରୁଡି
- କୃଷି ଜନିତ ମରୁଡି
- ସାମାଜିକ ଓ ଅର୍ଥନୈତିକ ମରୁଡି
- ପରିବେଶ ଜନିତ ମରୁଡି (ଅଧିକ ବର୍ଷା ଓ ଅଧିକ ଖରା ଦ୍ୱାରା ଭାରସାମ୍ୟ ରହେନାହିଁ)

ମରୁଡିର ପ୍ରଭାବ

- ଫସଲ ଉତ୍ପାଦନ ହ୍ରାସ
- ଜୈବିକ ପଦାର୍ଥ ହ୍ରାସ
- ସୀମିତ ଉତ୍ପାଦନ ଯୋଗୁଁ ଚାହିଦା ଓ ଯୋଗାଣରେ ଅଭାବ ପରିଲକ୍ଷିତ ହୁଏ
- ଭୂତଳ ଜଳର ଅଭାବ ଦେଖାଯାଏ ।

ମରୁଡିର ପ୍ରତିକାର ଓ ପ୍ରତିଷେଧକ

- ବ୍ୟାପକ ମାତ୍ରାରେ ବୃକ୍ଷ ରୋପଣ ଓ ଜଙ୍ଗଲ ସଂରକ୍ଷଣ
- ବର୍ଷାଜଳ ଅମଳ ପ୍ରକଳ୍ପ କରିବା
- ମରୁଡି ସହନଶୀଳ ବିହନର ବ୍ୟବହାର
- ସ୍ୱଳ୍ପ ଅବଧି ବିଶିଷ୍ଟ ଫସଲ କରିବା
- କମ୍ ପାଣି ଦରକାର କରୁଥିବା ଫସଲ କରିବା
- ରାସାୟନିକ ସାର ଓ ଔଷଧ ପ୍ରୟୋଗ ନ କରିବା
- ଭୂତଳ ଜଳର କମ ବ୍ୟବହାର କରିବା
- ଛାଦନ ଓ ସିଂଚନ ପ୍ରଣାଳୀ ଆପଣାଇବା
- ଜଳବାୟୁ ସହନଶୀଳ କୃଷି ଆପଣାଇବା

ଜଳ, ପରିମଳ ଓ ସ୍ୱଚ୍ଛତା

ଜଳବାୟୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ ପାଣିପାଗର ନିୟମିତ ବ୍ୟବସ୍ଥାରେ ବାଧା ସୃଷ୍ଟି କରେ । ବାରମ୍ବାର ପାଣିପାଗ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଦ୍ୱାରା ଅପ୍ରତ୍ୟାଶିତ ଜଳ ଉପଲବ୍ଧତା ଏବଂ ଜଳ ଯୋଗାଣରେ ଅଭାବ ଦେଖାଯାଏ । ଜଳଚକ୍ରର ଢ଼ାଞ୍ଚାରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ନିରାପଦ ପାନୀୟ ଜଳ ପାଇବାରେ ବାଧା ସୃଷ୍ଟି କରେ । ୨୦୦୧ ରୁ ୨୦୧୮ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରାୟ ୭୪% ପ୍ରାକୃତିକ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ମରୁଡ଼ି ଏବଂ ବନ୍ୟା ପରି ଜଳ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ଥିଲା । ଏହିପରି ଘଟଣାଗୁଡିକର ପୁନରାବୃତ୍ତି ଏବଂ ତୀବ୍ରତା କେବଳ ଜଳବାୟୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ ସହିତ ବୃଦ୍ଧି ପାଉଛି ବୋଲି ଆଶା କରାଯାଏ । ବିଶ୍ୱବ୍ୟାପୀ, ୨.୨ ବିଲିୟନ ଲୋକଙ୍କ ପାଖରେ ନିରାପଦ ପାନୀୟ ଜଳର ସୁବିଧା ନାହିଁ । ତାପମାତ୍ରା ବୃଦ୍ଧି ସ୍ୱଚ୍ଛ, ମଧୁର ଜଳ ଉତ୍ସରେ କୁପ୍ରଭାବ ପକାଇଥାଏ, ଯାହା ଦ୍ୱାରା ଲୋକମାନଙ୍କ ପାଇଁ ସେହି ଦୂଷିତ ପାଣି ପିଇବା ବିପଦପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଟେ ଓ ଏହା ଘାତକ ହୋଇଥାଏ ।

ବିଶ୍ୱ ଜନସଂଖ୍ୟାର ପ୍ରାୟ ଅର୍ଦ୍ଧେକ ସୁରକ୍ଷିତ ପରିମଳ ବ୍ୟବସ୍ଥା ପାଇପାରୁ ନାହାଁନ୍ତି । ଦୁଇ ବିଲିୟନ ଲୋକଙ୍କୁ ସାବୁନ ସହିତ ହାତ ଧୋଇବାର ସୁବିଧା ନାହିଁ । ଅଦ୍ୟାବଧି ବିଶ୍ୱରେ ପ୍ରାୟ ୪୧୨ ନିୟୁତ ଲୋକ ଖୋଲାରେ ମଳମୁତ୍ର ନିଷ୍କାସନ କରନ୍ତି । ମଣିଷ ସମାଜ ଉପରେ ଅସୁରକ୍ଷିତ ଜଳ, ପରିମଳ ଏବଂ ସ୍ୱଚ୍ଛତା ର କୁପରିଣାମ ସାଂଘାତିକ ହୋଇପାରେ ।

ନିରାପଦ ପାନୀୟଜଳ, ପରିମଳ ଏବଂ ସ୍ୱଚ୍ଛତା ମାନବ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ସୁସ୍ଥତା ପାଇଁ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ତଥା ଏହା ସମ୍ମାନରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

ଜଳ

ଜଳ ପ୍ରଦୂଷଣର କାରଣ ପ୍ରଭାବ ଓ ପ୍ରତିଷେଧକ

- ଜଳର ଅନ୍ୟ ନାମ ଜୀବନ, ଜଳ ବ୍ୟତୀତ ଜୀବନର ଅସ୍ତିତ୍ୱ ନାହିଁ
- ଜୀବଜଗତ ପାଇଁ ଜଳ ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ
- ଶରୀର ଆବଶ୍ୟକ କରୁଥିବା ମୁଖ୍ୟ ୬ ଗୋଟି ଉପାଦାନ ଜଳରୁ ହିଁ ମିଳିଥାଏ ।

ସାଧାରଣତଃ ଜୀବଜନ୍ତୁ, ରାସାୟନିକ କୃଷି, କଳକାରଖାନା, ମଣିଷ ଓ ପଶୁପକ୍ଷୀମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଜଳ ପ୍ରଦୂଷଣ ହୋଇଥାଏ । ତେଣୁ ଆମେ ଜଳ ପ୍ରଦୂଷଣ ରୋକିବା ପାଇଁ, ରାସାୟନିକ କୃଷି, ଗାଈଗୋରୁମାନଙ୍କୁ ପୋଖରୀ ଜଳରେ ଗାଧୋଇବା, ସେମାନଙ୍କର ଶବକୁ ନ ପୋତି ଏଣେତେଣେ ଫୋପାଡିବା, ବାହାରେ ମଳମୁତ୍ର ତ୍ୟାଗ କରିବା, ବର୍ଜ୍ୟବସ୍ତୁକୁ ଓ ମଇଳାକୁ ପାଣି ଉତ୍ସକୁ ଛାଡ଼ିବା ଇତ୍ୟାଦି ନକରିବା ଉଚିତ । ଯାହାଦ୍ୱାରା ଆମେ ସୁସ୍ଥ ଓ ନିରୋଗ ଜୀବନଯାପନ କରିପାରିବା ।

ପରିମଳ

ପରିମଳର ସାମଗ୍ରିକ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ହେଉଛି ପ୍ରାକୃତିକ ସମ୍ପଦ (ଭୂପୃଷ୍ଠ ଜଳ, ଭୂତଳ ଜଳ, ମୃତ୍ତିକା)ର ସୁରକ୍ଷା ସହ ସମସ୍ତଙ୍କ ପାଇଁ ଏକ ସୁସ୍ଥ ଜୀବନଯାପନ ପରିବେଶ ଯୋଗାଇବା । ପରିମଳ ବିଶୁଦ୍ଧ ପାନୀୟ ଜଳ ଏବଂ ମାନବ ନିର୍ଗମନ ଏବଂ ଜଳ ନିଷ୍କାସନ ସହିତ ଜଡିତ ଜନସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକୁ ବୁଝାଏ । ସାବୁନରେ ହାତ ଧୋଇବା ପରିମଳର ଏକ ଅଂଶ । ପରିମଳ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଏକ ସ୍ୱଚ୍ଛ ପରିବେଶ ଯୋଗାଇ ମାନବ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ସୁରକ୍ଷା କରେ । ବିଶେଷକରି ନିୟମିତ ସାବୁନରେ ହାତଧୋଇବା ପାଟିଦ୍ୱାରା ସଂକ୍ରମିତ ହେଉଥିବା ରୋଗକୁ ପ୍ରତିରୋଧ କରିବାରେ ସହାୟକ ହୁଏ । ପାଇଖାନାର ବ୍ୟବହାର ଉତ୍ତମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ, ସୁରକ୍ଷା, ନିରାପତ୍ତା ଓ ସମ୍ମାନ ପ୍ରଦାନ କରେ । ଆବର୍ଜନା ସଂଗ୍ରହ, ବର୍ଜ୍ୟଜଳ ନିଷ୍କାସନ ଭଳି ବ୍ୟବସ୍ଥା ମାଧ୍ୟମରେ ପରିମଳ ଓ ସ୍ୱଚ୍ଛତାର ରକ୍ଷଣାବେକ୍ଷଣ କରାଯାଏ । ଘର ଓ ଗାଁର ଅଳିଆକୁ ଏଣେତେଣେ ନ ପକାଇ ଅଳିଆଦାନୀର ବ୍ୟବହାର କଲେ ଆମ ପରିବେଶ ସୁସ୍ଥ ରହିପାରିବ ।

ସ୍ୱଚ୍ଛତା ପରିଚ୍ଛନ୍ନତା

ସ୍ୱଚ୍ଛତା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସୁରକ୍ଷା ପାଇଁ କରାଯାଉଥିବା ଅଭ୍ୟାସଗୁଡ଼ିକର ଏକ ମୁଖ୍ୟ ଅଂଶ ଅଟେ । ଏହା ଦୂଷିତ ଜଳ ଏବଂ ଖରାପ ପରିମଳ ଦ୍ୱାରା ବ୍ୟାପୁଥିବା ରୋଗର ବିସ୍ତାରକୁ ରୋକିବା ପାଇଁ ଏକ ବଳିଷ୍ଠ ମାଧ୍ୟମ । ବିଶ୍ୱ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସଂଗଠନ ଅନୁଯାୟୀ ସ୍ୱଚ୍ଛତା ଏକ ଅଭ୍ୟାସ ଯାହା ଉତ୍ତମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବଜାୟ ରଖିବା ସହ ରୋଗ ବିସ୍ତାରକୁ ରୋକିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ସ୍ୱସ୍ଥତା କାର୍ଯ୍ୟକଳାପକୁ ନିମ୍ନଲିଖିତ ଭାବରେ ବିଭକ୍ତ କରାଯାଇପାରେ । ଯଥା, ଘର ଏବଂ ଦୈନଦିନ ସ୍ୱଚ୍ଛତା, ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ସ୍ୱଚ୍ଛତା, ଚିକିତ୍ସା ସ୍ୱଚ୍ଛତା ଏବଂ ଖାଦ୍ୟ ସ୍ୱଚ୍ଛତା ।

ଗୃହ ସ୍ୱଚ୍ଛତା : ଘର ପରିଷ୍କାର ପରିଛନ୍ନ ରଖିବା, ଘରର ଆସବାବପତ୍ରକୁ ବ୍ୟବସ୍ଥିତ ଢଙ୍ଗରେ ରଖିବା, ଘରର ମଇଳାକୁ ଏଣେତେଣେ ନ ପକାଇ ଏଥିପାଇଁ ଅଳିଆ ଦାନୀର ବ୍ୟବହାର କରିବା, ପୋଷାକପତ୍ର ଓ ଲୁଗାପଟା ଆଦିକୁ ସବୁବେଳେ ପରିଷ୍କାର ରଖିବା, ବର୍ଜ୍ୟଜଳ ନିଷ୍କାଷନ ପାଇଁ ଉପଯୁକ୍ତ ନାଳୀର ବ୍ୟବହାର କରିବା । ଘର ଚାରିପଟେ କୌଣସି ଯାଗାରେ ବି ଜଳ ଜମିବାକୁ ନଦେବା ।

ହାତ ଧୋଇବା : ହାତ ଧୋଇବା ହେଉଛି ହାତର ସ୍ୱଚ୍ଛତା । ସାବୁନ୍‌ରେ ଅନ୍ୟୁନ ୨୦ସେକେଣ୍ଡ ଧରି ହାତ ଧୋଇବା ଉଚିତ୍ । ବାହାରୁ ଆସିଲେ, ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ପୂର୍ବରୁ ଓ ପରେ, ମଳମୂତ୍ର ତ୍ୟାଗ ପରେ କିମ୍ବା ମଇଳା ପଦାର୍ଥ ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆସିଲେ ହାତ ଧୋଇବା ନିତ୍ୟାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । ହାତ ଧୋଇବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରରେ ଜୀବାଣୁ ଜନିତ ସଂକ୍ରମିତ ରୋଗକୁ ପ୍ରତିରୋଧ କରାଯାଇପାରେ

ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା ଜନିତ ସ୍ୱଚ୍ଛତା : କାଶ ଏବଂ ଛିଙ୍କିବା ସମୟରେ ସଠିକ୍ ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା ଏବଂ ହାତର ସ୍ୱଚ୍ଛତା ଶୀତ ଋତୁରେ ଓ ସଂକ୍ରମଣ ସମୟରେ ପାଥେଜେନ୍ (ଜୀବାଣୁ) ବିସ୍ତାରକୁ ହ୍ରାସ କରିଥାଏ । କାଶ ଏବଂ ଛିଙ୍କିବା ସମୟରେ ଟିସୁ କିମ୍ବା ରୁମାଲର ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ କିମ୍ବା ନିଜ କାନ୍ଧପାଖକୁ ମୁହଁ ନେଇ କାଶନ୍ତୁ ।

ଖାଦ୍ୟ ସ୍ୱଚ୍ଛତା : ଖାଦ୍ୟ ନିରାପତ୍ତା ଏକ ବୈଜ୍ଞାନିକ ପଦ୍ଧତି ଯାହା ଖାଦ୍ୟ ପରିଚାଳନା, ପ୍ରସ୍ତୁତି ଏବଂ ସଂରକ୍ଷଣକୁ ବୁଝାଏ, ଏବଂ ଏହା ଖାଦ୍ୟ ଦ୍ୱାରା ହେଉଥିବା ରୋଗକୁ ରୋକିଥାଏ । ସଦାସର୍ବଦା ଗରମ / ତଟକା ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ଉଚିତ୍ । ବାସି, ପଚାସଢ଼ା, ଫିମ୍ପିଯୁକ୍ତ ଓ ମାଛି ବସିଥିବା ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ଉଚିତ୍ ନୁହେଁ ।

ରନ୍ଧନ ସ୍ୱଚ୍ଛତା : ରନ୍ଧନ ସ୍ୱଚ୍ଛତା ଖାଦ୍ୟ ପରିଚାଳନା ଏବଂ ରନ୍ଧନ ଅଭ୍ୟାସ ସହିତ ଜଡିତ, ଯାହା ଖାଦ୍ୟ ଦୂଷିତକୁ ରୋକିଥାଏ, ଖାଦ୍ୟ ବିଷାକ୍ତତାକୁ ରୋକିଥାଏ ଏବଂ ଖାଇବା ପାଇଁ ନିରାପଦ ଉପାୟ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ କରେ । ନିୟମିତ ରନ୍ଧାଯାଉଥିବା ବାସନକୁସନ ଗୁଡ଼ିକୁ ସଫା ରଖିବା, ରୋଷେଇ ଘରକୁ ପରିଷ୍କାର ପରିଛନ୍ନ ରଖିବା ଓ ଖାଦ୍ୟପଦାର୍ଥଗୁଡ଼ିକୁ ଘୋଡ଼ାଇ ରଖିବା ଉଚିତ୍ ।