

मैं आज अपने हाथ नहीं धोऊँगा
में
डॉ सेफ्टी





मैं आज अपने हाथ नहीं धोऊंगा
में
डॉ सेफ्टी

मैं आज अपने हाथ नहीं धोऊँगा

ISBN: 978-65-87107-59-2

संपादकीय बोर्ड: लैस जुंकेइरा, क्रिस्टीआने तवारेस,
टियागो डलसिन, हेलेन हैस्कल, हुसैन जाफरी,
रेजिना कामोगा।

चित्रांकन: पेड्रो डी लूना

एल्सेवियर फाउंडेशन: यलान स्केम, डोमिज़ियाना
फ्रांसेस्कॉन और महा रात्रम

प्रोजेक्ट मैनेजर: लैस जुंकेइरा

अधिक जानकारी प्राप्त करने के लिए कृपया संपर्क
करें:

एल्सेवियर फाउंडेशन

<https://elsevierfoundation.org/>

और

वर्ल्ड पेशेंट्स एलायंस

<https://www.worldpatientsalliance.org/>

चित्रकार से संपर्क करने के लिए कृपया लिखें:

Ilustrecomunicacao@gmail.com

क्या मुझे यह दवा लेनी चाहिए? © 2024 एल्सेवियर

फाउंडेशन और वर्ल्ड पेशेंट्स एलायंस द्वारा

प्रकाशित है और यह CC BY-NC-ND 4.0 लाइसेंस के

अंतर्गत लाइसेंस प्राप्त है।

इस लाइसेंस की एक प्रति देखने के लिए कृपया जाएँ:

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

एल्जेवियर फाउंडेशन और वर्ल्ड पेशेंट्स एलायंस ने मिलकर रोगी की सुरक्षा को समर्पित बच्चों की एक प्रेरणादायक पुस्तक श्रृंखला शुरू की है।

इस पहल का उद्देश्य विद्यालय के बच्चों को रोगी के सुरक्षा की बुनियादी अवधारणाओं और सिद्धांतों से परिचित कराकर उनकी स्वास्थ्य साक्षरता को बढ़ावा देना है।

युवा पाठकों को शिक्षित करके, श्रृंखला एक ऐसी पीढ़ी को विकसित करने की आकांक्षा रखती है जो सुरक्षित देखभाल को महत्व देती है और उसका अभ्यास करती है।

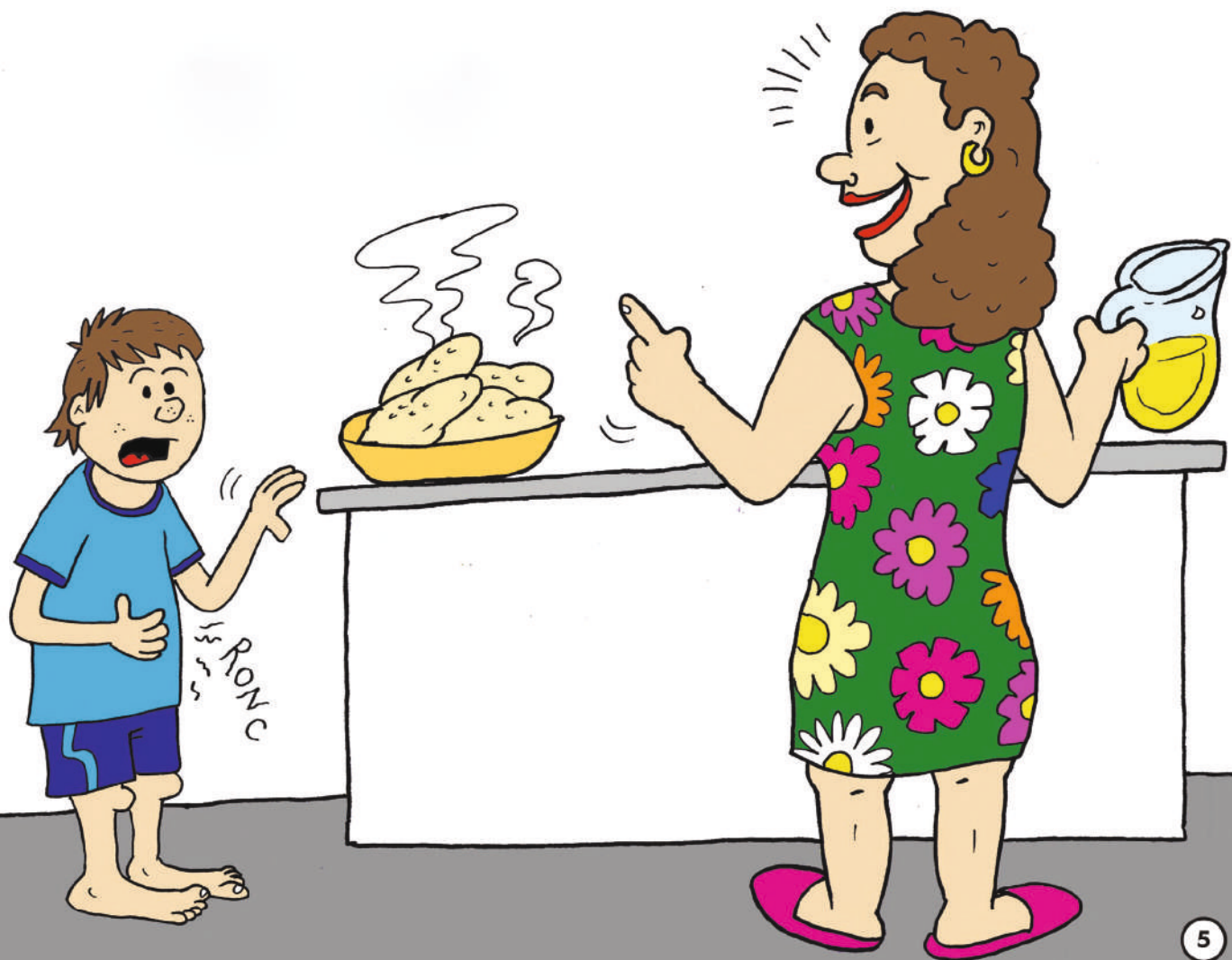
इसके अलावा, जब बच्चे अपने नए ज्ञान को अपने परिवारों के साथ साझा करते हैं, तो इस पहल से समुदायों पर एक स्थायी सकारात्मक प्रभाव पड़ने की उम्मीद है, जिससे व्यक्तियों को अपने दैनिक जीवन में रोगी की सुरक्षा को प्राथमिकता देने का सामर्थ्य मिलेगा।

यह लुकास है।

रात भर अच्छी नींद लेने के बाद वह अभी-अभी उठा है। शुभप्रभात, लुकास!



लुकास रसोई में जाता है, जहाँ उसकी माँ नाश्ता बना रही है। वह खाने के लिए हाथ बढ़ाता है लेकिन उसकी माँ उसे याद दिलाती है... लुकास, कृपया खाने से पहले अपने हाथ धो लो।



लुकास हाथ धोने की बात से खुश नहीं है... उसे समझ नहीं आता कि उसके घर में ऐसा नियम क्यों है। और उसने फैसला किया:

मैं आज अपने हाथ नहीं धोऊँगा!



लुकास अपना नाश्ता करता है और अपने दिन
की शुरूआत करता है...

वह कुत्ते को दुलारता है...



वह शौचालय जाता है...



वह अपने दोस्तों के साथ
फुटबॉल खेलता है...



और अब दोपहर के भोजन के
लिए घर जाने का समय है

खेल-कूद के बाद, लुकास को भूख लगी है! वह खाने के लिए टेबल पर बैठता है और अचानक डॉक्टर सेफ्टी आ जाती है!

लुकास, तुरंत रुक जाओ!



आप कौन हैं???

मैं डॉक्टर सेफ्टी हूँ और मुझे तुम्हें
सुरक्षित रखने में मदद करने के लिए यहाँ
भेजा गया है। कुछ बुरे कीटाणु हैं जो तुम्हारे
शरीर में घुसने का प्रयास कर रहे हैं!



लेकिन मैं कुछ भी नहीं देख सकता!

कहाँ?

कीटाणु कहाँ हैं?



अरे हाँ! मैं भूल गयी: तुम कीटाणु नहीं देख सकते! मुझे अपना सुपर शक्तिशाली विशेष आवर्धक लेंस लाने दो ताकि मैं तुम्हें कीटाणु दिखा सकूँ!



अरे नहीं! ये यहाँ कैसे

कीटाणु हर जगह रहते हैं, लुकास। और वे दिनभर में हमारे हाथों पर बैठ जाते हैं।

अरे नहीं! तो मैं अब बाहर
नहीं खेल सकता?आए? े

नहीं, लुकास! तुम्हें बस इतना करना है
कि खेल खत्म होने के बाद अपने हाथ
साबुन से धोने हैं। चलो मैं तुम्हें बताती
हूँ।



पहले अपना हाथ गीला करो।



अब उनपर थोड़ा सा साबुन लगाओ।

अब इसे 20 सेकेंड तक रगड़ो ।



मेरे साथ गाओ- "हाथ साफ़ करने में
खुशी हैं, हाथ साफ़ करने में खुशी हैं,
मुझे और डॉक्टर सेफ्टी को हाथ साफ़
करने में खुशी है !"



अब हम साबुन को धो लेते हैं और अपने हाथों को एक साफ़ तौलिये से पोंछ लेते हैं या फिर हम उन्हें हवा से भी सुखा सकते हैं! बस ध्यान रखें कि उन पर फूंक न मारें!



लुकास! चलो अब अपने हाथों को देखो।

धन्यवाद, डॉक्टर सेफ्टी!
मुझे नहीं पता था कि हाथ
धोना इतना ज़रूरी है...



हाँ, लुकास! हाथ धोना बहुत ज़रूरी है और यह तुम्हें कीटाणुओं से बचाता है।

तुम विशेष हो! इसके लिए तुम्हें यह बैच दिया जाता है! सेफ्टी लीग में तुम्हारा स्वागत है! सुरक्षित रहें!



अब तुम दूसरों को भी हाथ धोना सिखाकर सुरक्षित रहने में मदद कर सकते हो!



आप अपने हाथों को बार-बार धोकर खुद को और अपने प्रियजनों को स्वस्थ रहने में मदद कर सकते हैं, खासकर उन जरूरी चीज़ों में जब आपको कीटाणु लगने और फैलने की संभावना होती है:

खाने से पहले और बाद में

खाना बनाने से पहले, खाना बनाते समय और बाद में

घाव का इलाज करने से पहले और बाद में

शौचालय का उपयोग करने के बाद

नाक साफ करने, खांसने या छींकने के बाद

किसी जानवर, पशु के चारे या पशु के मल को छूने के बाद

कचरा छूने के बाद और जब भी आपके हाथ गंदे हों!

लुकास की तरह बनें और आज ही किसी को हाथ धोना सिखाएँ! आइये इसे आजमाएं!



लुकास एक बहुत ही सक्रिय लड़का है जो सोचता है कि वह सब कुछ जानता है, जिसमें हाथ धोना भी शामिल है। जितना वह सोचता है उसे डॉक्टर सेप्टी से हाथ धोने के अतिरिक्त और भी बहुत कुछ ज्ञात होने वाला है! लुकास और डॉक्टर सेप्टी के साथ इस के ज्ञान को जाने और जानें कि बीमारियों को रोकने के लिए हमारे दैनिक जीवन में सही तरीके से हाथ धोना कितना महत्वपूर्ण है।

और आप क्या सोचते हैं?
क्या आप अपने हाथ सही तरीके
से धोते हैं?

