நோய்கள்	காரணம்	அறிகுறிகள்	தடுப்பு / கை வைத்தியம்	அபாய குறிகள் (மருத்துவரிடம் செல்லவும்)
வயிற்றுபோக்கு(பேதி)	பாக்டீரியா மற்றும் வைரஸ் போன்ற கிருமிகளால் உண்டாகும். மாசுபற்றிய உணவினால் பரவக்கூடும். இது தொற்றும் அபாயம் உண்டு.	அளவுக்கு மீறிய வயிற்றுபோக்கு தலை சுற்றல் மற்றும் குமட்டல் வாந்தி எடுத்தல் காய்ச்சல் நீர்போக்கு	உப்பு நிறைந்த உணவு உண்ணவும். பால் பண்டங்களை உண்ண வேண்டாம் வேக வைத்த காய்கறிகளை உண்ணவும் கைகளில் திறந்த காயம் உடையவர்கள் சமைக்க வேண்டாம்	மலத்தில் ரத்தம் மலத்தில் சீழ். அளவுக்கு மீறி வாந்தி எடுத்தல்.அதனால் நீர் அருந்த முடியாமை. நீர்போக்கு (தலை சுற்றுதல் மற்றும் மஞ்சளான சிறுநீர் கழித்தல் நீர்போக்கிற்கான அ றிகுறிகள்) அதிகமான தலை சுற்றல் மற்றும் குமட்டல் குழந்தைகள் மற்றும் முதியோரில் அளவுக்கு மீறிய வயிற்றுப்போக்கு ஒரு வாரத்துக்கு மேல் தொடர்ந்த வயிற்றுப்போக்கு
காலரா	மலத்தில் உள்ள கிருமிகள் குடிநீரில் கலப்பதால் பரவும் நோய். கழிவரையை உபயோகித்த பின்	நீரை போன்ற மலம் கழித்தல் அதிகமான	அனைத்து சமயங்களிலும் வெந்நீரே அருந்தவும்	உடலில் நீரிழப்பு 5-10 லிட்டர்ருக்கு மேலானால் உயிருக்கு

	கைகளை நன்றாக கழுவாமையால் உணவில் பரவக்கூடும் மாசு பற்ற நீரிலிருந்து வரும் மீன் மற்றும் எறால் வகைகள் மூலம் கிருமிகள் பரவக்கூடும்	வயிற்றுப்போக்கு அளவுக்கு மீறிய நீர் இழப்பு	பாலை அருந்தும் முன்பு நன்றாக கொதிக்க வைக்கவும் உணவை சுடச்சுட உண்ணவும். ஆறிய உணவில் கிருமிகள் வர வாய்ப்பு உண்டு மீன் மற்றும் கறுவாடு போன்ற பண்டங்களை உண்ணாதீர். பச்சை காய்கறிகள் மற்றும் பழங்களை உண்ணாதீர். நாளில் 3 அ ல்லது 4 லிட்டர் சர்க்கரை மற்றும் உப்பு நிறைந்த பானங்களை அருந்தவும். 8 ஸ்பூன் சர்க்கரை மற்றும் 1 ஸ்பூன் உப்பு நிறைந்த பானங்களை	ஆபத்து அளவுக்கு மீறிய வயிற்றுப்போக்கு மற்றும் வாந்தி

			அடிக்கடி அருந்தவும்.	
மலேரியா (மலை ஜுரம்)	கோசுக் கடியால் பரவும் வியாதி	காய்ச்சல் மற்றும் உடல் நடுக்கம் உடலின் வெப்ப நிலை மிக அதிகமாக இருக்கும் உடல் வலி மூட்டு மற்றும் தசை வலி தலை சுற்றல் மற்றும் குமட்டல் வாந்தி எடுத்தல் வயிற்றுப்பே ாக்கு	தண்ணீரை தேங்க விடாதீர்கள் தேங்கிய நீரில் பூச்சி கொல்லி மருந்து தெளிக்கவும் உடலின் திறந்த பாகங்களில் ஓடோமாஸ் போன்ற கொசு மருந்து தடவவும் கொசு வலைகளை பயண்படுத்து ங்கள்	48 மணி நேரத்துக்குள் சிகிச்சை செய்யாவிட்டால் உயிருக்கு ஆபத்து
டைப்பாயிடு (விஷ ஜுரம்)		மிக அதிகமான காய்ச்சல் சில சமயங்களில் வியர்வை பசியின்மை இருமல் மற்றும் தலைவலி மலச்சிக்கல் நினைவு இழப்பு	வயிற்றுப்போ க்கு மற்றும் மலேரியாவிற் கு மேற் கொண்ட சிகி ச்சைகளை மேற்கௌ்ளவு ம்	உடனடியாக மருத்துவரை அணுகவும்

டேங்கு ஜுரம்		மிக அதிகமான காய்ச்சல் தலைவலி உடல் வலி மூட்டு மற்றும் தசை வலி உடலில் சிகப்பு கட்டிகள்	வயிற்றுப்போக்கு மற்றும் மலேரியாவிற்கு மேற் கொண்ட சிகிச்சைகளை மேற்கொள்ளவும் உணவு மற்றும் குடிநீரை மூடி வைக்கவும்	உடனடியாக மருத்துவரை அணுகவும். 48 மணி நேரத்துக்குள் சிகிச்சை செய்யாவிட்டால் உயிருக்கு ஆபத்து
காற்று குழாய் நோய்கள்		சாதாரண காய்ச்சல் மற்றும் ஜலதோஷம் அளவுக்கு மீறிய இருமல் மற்றும் தலைவலி நிமோனியா (நுரையீரல் ஜுரம்) ஆனால் மார்பு மற்றும் தோள் வலி ஏற்படும்	சின்ன அறைகளில் கூட்டம் கூடாதீர்	நிமோனியாவாக (நுரையீரல் ஜுரம்) இருந்தால் உடனடியாக மருத்துவரை அணுகவும்.

சவங்களால் ஏற்படக்கூடிய அபாயங்கள்

சவங்களை கையாளும் நிவாரண உதவியாளர்கள் ரத்தத்தால் தொற்றும் நோய் கொள்ளும் அபாயம் உண்டு.

1) எலும்பு , ரத்தம், மற்றும் ஊசி போன்றவை மூலம் ஹெச்.ஐ.வி மற்றும் ஹெப்படைடிஸ் பீ போன்ற கிருமிகள் தொற்றும் அபாயம் உண்டு
2) காலரா போன்ற வயிறு மற்றும் குடல் வியாதிகள் சவம் குடிநீரை மாசு படுத்துவதால் ஏற்படக்கூடும்

நிவாரண உதவியாளர்கள் இவற்றை மனதில் கொண்டு சரியான விதிகளை பின்பற்றி சவங்களை அடக்கம் செய்ய வேண்டும் .

பாதுகாப்பு விதிகள்

1) சவங்களை அடக்கம் செய்யும் சுடுகாடு/ மயானம் குடிநீர் பிறப்பு இடங்களிலிருந்து மற்றும் ஊற்றுகளிருந்து 30 மீட்டர் தொலைவில் அமைக்கப் படவேண்டும்.
2) ஊற்று மற்றும் கிணற்றின் நீர் நிலையிலிருந்து 1.5 மீட்டருக்கு மேல் அடக்கமிடங்கள் தோண்டப் படவேண்டும்.
3) சவங்களை கையாளும் அனைத்து நேரங்களிலும் கையுறைகளை அணிய வேண்டும்
4) உபயோகப்படுத்தப்பட்ட கையுறைகளை மறுபடி உபயோகிக்காமல் சரியாக தூக்கி எறிய வேண்டும்.
5) சவக்கிடங்குகளை உபயோகிக்கவும்.
6) பிணங்களை கையாண்ட பிறகு கைகளை பலமுறை டேட்டால் போன்ற கிருமி கொல்லும் சோப்பால் கழுவவும்.
7) வாகனங்கள் மற்றும் சாதனங்களை பிளீச்சிங் பவுடரால் அலம்பவும்
8) நிவாரண உதவியாளர்களுக்கு ஹெப்படைடிஸ் பீ தடுப்பு ஊசி போட வேண்டும்