శుక్రవారం ఫ్రైడే డ్రైడే పాటించాలి

ఎంపీడీఓ గంగుల సంతోష్ కుమార్

భీమ్ గల్, బతుకమ్మ :వర్షాకాలం నేపథ్యంలో పరిసరాలు పరిశుభ్రంగా ఉంచుకోవాలని అందులో భాగంగా ప్రతి శుక్రవారం ఫ్రైడే డ్రై డే ను పాటించాలని ఎంపీడీవో సంతోష్ కుమార్ అన్నారు. శుక్రవారం మండలంలోని పల్లికొండ గ్రామంలో నిర్వహించిన ఫ్రైడే డ్రైడే కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న ఆయన గ్రామంలోని రోడ్లను,మురికి కాలువలను పరిశీలించి పిచ్చి మొక్కలు తొలగించి పరిశుభ్రంగా ఉంచాలని సూచించారు. జిపి పాలకవర్గం,పంచాయతీ కార్యదర్శి ఏఎన్ఎం ఆశా కార్యకర్తలు, అంగన్వాడి టీచర్లు, వివోఏ మహిళా సంఘ ప్రతినిధులు కలిసి రెండు మూడు టీములుగా గ్రామంలో ప్రతి ఇంటిని సందర్శించి ఇళ్లలో నిలువ ఉన్న నీటిని పారబోయించాలని ఇంటి పరిసరాలు పరిశుభ్రంగా ఉంచుకునే విధంగా ప్రజలకు అవగాహన కల్పించాలని తెలిపారు. గ్రామ పరిశుభ్రత, వ్యక్తిగత పరిశుభ్రత పాటిస్తూ అంటు రోగాల బారిన పడకుండా తగు చర్యలు తీసుకోవాలని ఎంపీడీవో పిలుపునిచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో సర్పంచు మనుష,ఉపసర్పంచ్, వార్డు మెంబర్లు, పంచాయతీ కార్యదర్శి,వివిధ శాఖల సిబ్బంది, గ్రామపంచాయతీ సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

డ్రంక్ అండ్ డ్రైవ్ కేసులో ఒకరికి పదిరోజులు జైలు శిక్ష..

రుద్రూర్, బతుకమ్మ :రుద్రూర్ మండల పరిధిలో పోలీసులు వాహనాల తనిఖీలు నిర్వహిస్తుండగా రుద్రూర్ గ్రామానికి చెందిన పెంట శ్రీను అను వ్యక్తి మద్యం సేవించి వాహనాన్ని నడుపుతుండగా పోలీసులకు పట్టుబడటంతో ఆ వ్యక్తిని శుక్రవారం గౌరవ స్పెషల్ సెకండ్ క్లాస్ మెజిస్ట్రేట్ వద్ద హాజరుపరచగా, ఆ వ్యక్తికి మెజిస్ట్రేట్ 10 రోజులు జైలు శిక్ష విధించినట్లు ఎస్సై మనోజ్ కుమార్ తెలిపారు.

హత్య కేసులో నిందితుడికి

10 సంవత్సరాలు

కఠిన కారాగారా జైలు శిక్ష

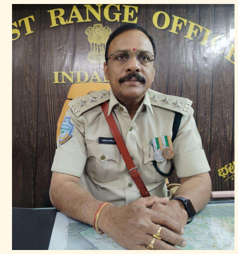
పదివేల రూపాయలు జరిమానా

నిజామాబాద్ క్రైం, బతుకమ్మ :మెండోరా పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలో నమోదైన హత్య కేసులో నేరం రుజువు కావడంతో నిందితుడికి 10 సంవత్సరాల కఠిన కారాగార శిక్షతో పాటు రూ.10 వేలు జరిమానా విధిస్తూ నిజామాబాద్ 1వ అదనపు జిల్లా సెషన్స్ కోర్టు తీర్పు వెలువరించింది. పోలీసులు తెలిపిన వివరాల ప్రకారం మెండోరా మండలం దూద్‌గావ్ గ్రామానికి చెందిన ఫిర్యాదిదారు భాగ్యవతి నివాసానికి ఎదురుగా నిందితుడు బుచ్చన్న ఇంటి ముందు ఉన్న వేపచెట్టు విషయంలో గత నాలుగు సంవత్సరాలుగా వివాదాలు కొనసాగుతున్నాయి. ఈ క్రమంలో జూన్ 2, 2022 న ఉదయం ఫిర్యాదిదారి కుమారుడు వసంత్‌తో నిందితుడు గొడవకు దిగాడు. చంపాలనే ఉద్దేశంతో అతని తలను పట్టుకుని గోడకు మూడుసార్లు బలంగా కొట్టడంతో తీవ్ర గాయాలయ్యాయి. ఆ గాయాలకు చికిత్స పొందుతూ బాధితుడు అనంతరం మరణించాడు. అంత్యక్రియల అనంతరం బంధువులు జరిగిన విషయాన్ని తెలుసుకొని అదే రోజు మెండోరా పోలీస్ స్టేషన్‌లో ఫిర్యాదు చేయగా కేసు నమోదు చేశారు. అప్పటి సీఐ గోవర్ధన్ రెడ్డి దర్యాప్తు చేపట్టి నిందితుడిని అరెస్ట్ చేసి, సమగ్ర ఆధారాలను సేకరించి కోర్టులో చార్జ్ షీట్ దాఖలు చేశారు. విచారణలో ప్రాసిక్యూషన్ సమర్పించిన సాక్ష్యాధారాలు, సాక్షుల వాంగ్మూలాల ఆధారంగా నేరం రుజువైంది.

1 వ అదనపు జిల్లా సెషన్స్ కోర్టు, నిజామాబాద్ హరీష్ సమర్థవంతంగా వాదనలు విని వాటిని పరిగణనలోకి తీసుకొని నేరము రుజువయినందున నిందితుడు బుచ్చన్నకు 10 సంవత్సరాల కఠిన కారాగార శిక్ష, రూ.10 వేలు జరిమానా, జరిమానా చెల్లించని పక్షంలో మరో మూడు నెలల సాధారణ జైలు శిక్ష విధిస్తూ తీర్పు వెలువరించింది. ఈ కేసులో నేరస్థుడికి శిక్ష పడడానికి కృషి చేసినటువంటి బి.గోవర్ధన్ రెడ్డి సిఐ ఆర్మూర్ రూరల్ (అప్పటి), జాన్ రెడ్డి, ఆర్మూర్ రూరల్ సి.ఐ (ఇప్పటి) అదనపు పబ్లిక్ ప్రాసిక్యూటర్ జి.నర్సింహా రెడ్డి, కోర్టు లైజనింగ్ ఆఫీసర్ గోవింద్ ఎస్సై, సిహెచ్ మురళి ధర్ రాజు ఏఎస్ఐ, కోర్టు డ్యూటీ ఆఫీసర్స్ ఎం.విషన్ గౌడ్ కానిస్టేబుల్, ఎన్.లక్ష్మణ్ కానిస్టేబుల్, ఎస్.రాజు కానిస్టేబుల్ లను నిజామాబాద్ పోలీస్ కమిషనర్ అభినందిస్తూ ప్రశంసించారు.

అటవిశాఖ అధికారులపై దాడి కేసులో న్యాయం గెలిచింది...

ఇందల్వాయి రేంజ్ అధికారి రవి మోహన్ బట్ వెల్లడి



ఇందల్వాయి, బతుకమ్మ :తెలంగాణ రాష్ట్రంలోని వివిధ జిల్లాలలో అటవిశాఖ అధికారులపై విచక్షణ రహితంగా దాడులు చేస్తూ ప్రభుత్వానికి చెందిన అటవిశాఖ భూమిని కబ్జా చేయడానికి ప్రయత్నించగా ఆయా ప్రాంతాల్లో అధికారులు అడ్డుకోవడానికి ప్రయత్నించగా కొమరం భీం జిల్లా ఆసిఫాబాద్ ఆటవి రేంజ్ అధికారి చోలే అనిత పై మాజీ ఎమ్మెల్యే కోనేరు కోనప్ప సోదరుడు కొమరం భీం జిల్లా పరిషత్ వైస్ చైర్మన్ కోనేరు కృష్ణారావుకు ఆరు నెలల జైలు శిక్ష విధించడం పై ఇందల్వాయి ఆటవి రేంజ్ అధికారి రవి మోహన్ బట్ హర్షం వ్యక్తం చేశారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన విలేకరులతో మాట్లాడుతూ ఎప్పటికైనా న్యాయం గెలుస్తుందని నమ్మకంతోనే అటవిశాఖ అధికారులతో పాటు ప్రభుత్వ ఉద్యోగులు పనిచేస్తున్నారని గుర్తు చేశారు. ఎమ్మెల్యే స్థాయిలో ఉండి ఆసిఫాబాద్ ఎఫ్ఆర్ఓ అనిత పై దాడి చేయడం ఆయన అభివర్ణించారు. చట్టం ముందు అందరూ సమానులని ఈ చర్య తేటతెల్లం చేసిందన్నారు. ఈ సంఘటనతో రాష్ట్రంలోని ఆటవిశాఖ అధికారులపై దాడులు చేయడానికి భయపడే పరిస్థితి డిపార్ట్మెంట్ సృష్టించిందని ఆయన అభివర్ణించారు. ప్రతి ఒక్కరు భారత రాజ్యాంగాన్ని గౌరవించి మెసలుకోవాలని ఇందల్వాయి ఆటవిశాఖ అధికారి రవి మోహన్ బట్ వెల్లడించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఇందల్వాయి బీట్ అధికారులు, సెక్షన్ అధికారులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నేడు ఇందల్వాయి గ్రామంలో శ్రీ జగన్నాథ రథయాత్ర

ప్రభుత్వం నుండి అనుమతి

ప్రతి ఒక్కరు హాజరుకావాలని విజ్ఞప్తి

ఇందల్వాయి, బతుకమ్మ :ఇందల్వాయి మండలంలో శుక్రవారం జరిగే శ్రీ జగన్నాథ్ రథయాత్ర కార్యక్రమాన్ని దిగ్విజయం చేయించడానికి ప్రతి ఒక్కరు కృషి చేయాలని హిందూ బంధువులు విజ్ఞప్తి చేశారు. భక్తులందరూ మధ్యాహ్నం రెండు గంటలకు ఇందల్వాయి శ్రీ లక్ష్మీ నరసింహ స్వామి ఆలయం నుండి అతి పురాతన ఆలయమైన శ్రీ రామచంద్ర ఆలయానికి జగన్నాథ రథయాత్ర చేరుకుంటుందని అందరూ ఈ రథయాత్రలో భాగస్వాములు కావాలని సర్పంచ్ లోకని గంగమని గంగారం, ఉపసర్పంచ్ శ్రీనివాస్ గౌడ్, కాంగ్రెస్ పార్టీ సీనియర్ నాయకులు మోత్కూర్ నవీన్ గౌడ్ తెలిపారు. మతాలకు అడుగునంగా ప్రతి ఒక్కరు నడుచుకోవాలని హితవు పలికారు. స్వామివారి కృప కటక్షాలను అందుకొని శ్రీ సీతారామచంద్ర స్వామి ఆలయంలో ప్రత్యేక పూజలు అందుకొని అనంతరం ఇందల్వాయి గ్రామంలోని శ్రీ గంగపుత్ర కళ్యాణ మండపంలో నిర్వహించే బహిరంగ సభను విజయవంతం చేయాలని భక్తులకు సూచించారు. అనంతరం అక్కడే అన్న ప్రసాద కార్యక్రమం ఉంటుందని నిర్వాహకులు తెలిపారు.

పేదల అభివృద్ధే కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వ లక్ష్యం

ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ రేకులపల్లి భూపతిరెడ్డి

ఇందల్వాయి, బతుకమ్మ :పేదల సంక్షేమమే కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వ ప్రధాన లక్ష్యమని నిజామాబాద్ రూరల్ ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ రేకులపల్లి భూపతిరెడ్డి అన్నారు. శనివారం నిజామాబాద్‌లోని ఎమ్మెల్యే క్యాంపు కార్యాలయంలో నిర్వహించిన కార్యక్రమంలో ఆయన కల్యాణ లక్ష్మి, షాదీ ముబారక్ పథకాల లబ్ధిదారులకు చెక్కులను పంపిణీ చేశారు. అలాగే నూతన ఇందిరమ్మ ఇళ్ల నిర్మాణానికి సంబంధించిన మంజూరు పత్రాలను లబ్ధిదారులకు అందజేశారు. ఇందల్వాయి తాండ గ్రామానికి చెందిన మూడు కుటుంబాలకు కల్యాణ లక్ష్మి చెక్కులను ఎమ్మెల్యే తన చేతుల మీదుగా అందించారు. అదేవిధంగా ఇందల్వాయి తాండకు మరో నాలుగు నూతన ఇందిరమ్మ ఇళ్ల నిర్మాణానికి సంబంధించిన ప్రొసీడింగ్ కాపీలను అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా లబ్ధిదారులు ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ రేకులపల్లి భూపతిరెడ్డికి కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. ప్రభుత్వ పథకాలు అర్హులైన పేద కుటుంబాలకు చేరేలా చర్యలు తీసుకుంటున్నామని ఎమ్మెల్యే పేర్కొన్నారు. ఈ కార్యక్రమానికి కాంగ్రెస్ పార్టీ ఇందల్వాయి మండల అధ్యక్షుడు చింతల కిషన్, సర్పంచుల ఫోరం మండల అధ్యక్షుడు బాదావత్ సుదర్శన్ నాయక్ ఆధ్వర్యం వహించారు. కార్యక్రమంలో ఇందల్వాయి సర్పంచ్ లోకని గంగామణి గంగారం, ఎన్‌డీసీసీబీ మాజీ డైరెక్టర్ కోరట్పల్లి ఆనంద్, మాజీ మండల అధ్యక్షుడు నవీన్ గౌడ్, రాజు, పలువురు గ్రామాల సర్పంచులు, ఉప సర్పంచులు, కాంగ్రెస్ పార్టీ సీనియర్ నాయకులు, కార్యకర్తలు, లబ్ధిదారులు పాల్గొన్నారు.

వర్షాకాలంలో పిల్లల ఆరోగ్యం పట్ల జాగ్రత్త.. ఈ సూచనలు పాటిస్తే సురక్షితంగా ఉండవచ్చు..

వర్షాకాలం పిల్లలకు ఎంతో ఇష్టమైన సీజన్ అయినప్పటికీ, ఇదే సమయంలో అనేక అంటువ్యాధుల ముప్పు కూడా పెరుగుతుంది. అధిక తేమ, నిల్వ నీరు, కలుషిత ఆహారం, కలుషిత తాగునీరు, ఎక్కువసేపు ఇంట్లో గడపడం వంటి కారణాల వల్ల వైరస్‌లు, బ్యాక్టీరియా, ఫంగస్‌లు, దోమలు వేగంగా వ్యాపిస్తాయి. ఫలితంగా వైరల్ జ్వరం, శ్వాసకోశ ఇన్‌ఫెక్షన్లు, డయేరియా, డెంగ్యూ, చికున్‌గున్యా, కళ్ల కలక (కంజంక్టివైటిస్), చర్మ వ్యాధులతో బాధపడే చిన్నారుల సంఖ్య వర్షాకాలంలో పెరుగుతుందని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. పిల్లల్లో రోగనిరోధక శక్తి పూర్తిగా అభివృద్ధి చెందకపోవడం వల్ల వారు ఇలాంటి ఇన్‌ఫెక్షన్లకు త్వరగా గురవుతుంటారు. పాఠశాలలు, డే కేర్ కేంద్రాలు, ఆట వస్తువులు, బహిరంగ ప్రదేశాల ద్వారా సూక్ష్మక్రిములు సులభంగా వ్యాపిస్తాయి. అందువల్ల వ్యక్తిగత పరిశుభ్రత, సురక్షితమైన ఆహారం, స్వచ్ఛమైన తాగునీరు, దోమల నియంత్రణ, వయస్సుకు తగిన టీకాలు వేయించుకోవడం ద్వారా చాలా వరకు వర్షాకాల వ్యాధులను నివారించవచ్చని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

తేమ, నీరు నిల్వ లేకుండా చూడాలి..

వర్షాకాలంలో వాతావరణంలో తేమ అధికంగా ఉండటంతో వైరస్‌లు, బ్యాక్టీరియా ఎక్కువసేపు జీవించే అవకాశం ఉంటుంది. కుండీలు, టైర్లు, బకెట్లు, నిర్మాణ ప్రదేశాలు వంటి చోట్ల నిలిచిపోయే నీటిలో దోమలు వేగంగా పెరిగి డెంగ్యూ, చికున్‌గున్యా వంటి వ్యాధులను వ్యాప్తి చేస్తాయి.

భారీ వర్షాల కారణంగా తాగునీరు కలుషితం కావడంతో డయేరియా, గ్యాస్ట్రో ఎంటరైటిస్, టైఫాయిడ్, హెపటైటిస్-ఎ వంటి వ్యాధుల ప్రమాదం పెరుగుతుంది. తడి దుస్తులు, తడి చెప్పులు ఎక్కువసేపు ధరించడం వల్ల ఫంగల్ ఇన్‌ఫెక్షన్లు వచ్చే అవకాశం కూడా అధికమవుతుంది. వర్షాకాలంలో పిల్లల్లో ఎక్కువగా కనిపించే వ్యాధుల్లో జలుబు, ఇన్‌ఫ్లుయెంజా వంటి శ్వాసకోశ వైరల్ ఇన్‌ఫెక్షన్లు ప్రధానమైనవి. జ్వరం, దగ్గు, గొంతు నొప్పి, ముక్కు కారడం, అలసట వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి.

కలుషిత ఆహారం లేదా నీటి వల్ల డయేరియా, గ్యాస్ట్రో ఎంటరైటిస్, టైఫాయిడ్, హెపటైటిస్-ఎ వచ్చే ప్రమాదం ఉంటుంది. చిన్నారుల్లో డీహైడ్రేషన్ త్వరగా వచ్చే అవకాశం ఉండటంతో వెంటనే ద్రవాలు ఇవ్వడం అవసరం.

దోమల నుంచి రక్షణ..

డెంగ్యూ, చికున్‌గున్యా వంటి దోమల ద్వారా వ్యాపించే వ్యాధులు కూడా ఈ కాలంలో ఎక్కువగా కనిపిస్తాయి. అధిక జ్వరం, తీవ్రమైన ఒళ్లునొప్పులు, తలనొప్పి, చర్మంపై దద్దుర్లు, తీవ్రమైన అలసట వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. కొన్నిసార్లు డెంగ్యూ తీవ్రరూపం దాల్చి ఆసుపత్రిలో చికిత్స అవసరమవుతుంది. తడి దుస్తులు, తడి చెప్పులు ఎక్కువసేపు ధరించడం వల్ల ఫంగల్ ఇన్‌ఫెక్షన్లు, అథ్లెట్స్ ఫుట్, చర్మ దద్దుర్లు, బ్యాక్టీరియా ఇన్‌ఫెక్షన్లు వచ్చే అవకాశం ఉంటుంది.

అలాగే పాఠశాలలకు వెళ్లే పిల్లల్లో కంజంక్టివైటిస్ కూడా సులభంగా వ్యాపిస్తుంది. వర్షాకాలంలో పిల్లలను ఆరోగ్యంగా ఉంచేందుకు తరచూ చేతులను సబ్బుతో కడుక్కునే అలవాటు చేయాలి. ముఖ్యంగా భోజనం చేసే ముందు, మరుగుదొడ్డి ఉపయోగించిన తర్వాత, బయట ఆడుకుని వచ్చిన తర్వాత, దగ్గిన లేదా తుమ్మిన తర్వాత చేతులు శుభ్రం చేసుకోవాలి. ఇలా చేయడం ద్వారా డయేరియా, శ్వాసకోశ ఇన్‌ఫెక్షన్ల ప్రమాదాన్ని గణనీయంగా తగ్గించవచ్చని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

తాగునీటి విషయంలో..

పిల్లలకు ఎల్లప్పుడూ మరిగించి చల్లార్చిన లేదా ఫిల్టర్ చేసిన తాగునీరు మాత్రమే ఇవ్వాలి. నీటిని నిల్వ చేసే పాత్రలు శుభ్రంగా, మూతపెట్టి ఉంచాలి. డయేరియా వచ్చినప్పుడు డీహైడ్రేషన్ రాకుండా వెంటనే ఓఆర్ఎస్ (గ్లూకో) ద్రావణం ఇవ్వాలి.

వర్షాకాలంలో బయట లభించే ఆహారం, మూతలేని వీధి ఆహారం, ముందుగా కోసి ఉంచిన పండ్లు, ఎక్కువసేపు నిల్వ చేసిన ఆహారాన్ని పిల్లలకు ఇవ్వకపోవడం మంచిది. ఇంట్లో తాజాగా వండిన ఆహారం, బాగా కడిగిన పండ్లు, కూరగాయలే సురక్షితమైన ఎంపిక. ఇంటి పరిసరాల్లో నీరు నిల్వ ఉండకుండా ప్రతి వారం కూలర్లు, బకెట్లు, పూల కుండీలు, టైర్లు, టెర్రస్‌లను శుభ్రం చేయాలి. పిల్లలకు పూర్తి చేతుల దుస్తులు వేయించడం, దోమతెరలు లేదా పిల్లలకు అనువైన దోమల నివారణ లోషన్లు ఉపయోగించడం ద్వారా డెంగ్యూ వంటి వ్యాధులను నివారించవచ్చు. వర్షంలో తడిసిన వెంటనే పిల్లల దుస్తులు, చెప్పులు మార్చాలి. ముఖ్యంగా కాళ్ల వేళ్ల మధ్య భాగాన్ని పూర్తిగా తుడిచి పొడిగా ఉంచాలి. వర్షపు నీరు లేదా వరద నీటిలో చెప్పులు లేకుండా నడవకుండా జాగ్రత్త పడాలి.

అన్ని టీకాలు తప్పనిసరి..

పిల్లలకు వయస్సుకు అనుగుణంగా అన్ని టీకాలు తప్పనిసరిగా వేయించాలి. అవసరమైతే వైద్యుల సూచన మేరకు సీజనల్ ఫ్లూ వ్యాక్సిన్ కూడా వేయించుకోవచ్చు. ముఖ్యంగా దీర్ఘకాలిక ఆరోగ్య సమస్యలు ఉన్న పిల్లలకు ఇది ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది. రోగనిరోధక శక్తిని మెరుగుపర్చేందుకు ఉసిరి, జామ, నారింజ వంటి విటమిన్-సీ అధికంగా ఉండే పండ్లు, గుడ్లు, పప్పులు, పాలు, తక్కువ కొవ్వు ఉన్న మాంసాహారం, ఆకుకూరలు, నట్స్, విత్తనాలు, తగినంత నీరు ఆహారంలో భాగం చేయాలి. శిశువులకు తల్లిపాలు ఇవ్వడం కొనసాగించాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. తల్లిపాలల్లో ఉండే యాంటీబాడీలు చిన్నారులను అనేక ఇన్‌ఫెక్షన్ల నుంచి రక్షించడంలో సహాయపడతాయి. పిల్లలకు 48 నుంచి 72 గంటలకు మించి జ్వరం కొనసాగినా, శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది, నిరంతర వాంతులు, తీవ్రమైన డయేరియా లేదా మలంలో రక్తం, మూత్రం తగ్గిపోవడం, డీహైడ్రేషన్ లక్షణాలు, అధిక నిద్రమత్తు, అయోమయం, జ్వరంతో పాటు దద్దుర్లు, చిగుళ్లు లేదా ముక్కు నుంచి రక్తస్రావం, తీవ్రమైన కడుపునొప్పి వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తే వెంటనే వైద్యులను సంప్రదించాలని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు.

ముందే చికిత్సను ప్రారంభిస్తే..

ముఖ్యంగా డెంగ్యూ వంటి వ్యాధుల్లో ముందస్తుగా చికిత్స ప్రారంభిస్తే తీవ్రమైన సమస్యలను నివారించే అవకాశం ఉంటుంది. వర్షాకాలంలో కొన్ని సాధారణ జాగ్రత్తలు పాటించడం ద్వారా పిల్లలను చాలా వరకు వైరల్, దోమల ద్వారా వ్యాపించే, నీటి ద్వారా సంక్రమించే, ఫంగల్ ఇన్‌ఫెక్షన్ల నుంచి రక్షించవచ్చు. పరిశుభ్రత, సురక్షితమైన ఆహారం, స్వచ్ఛమైన తాగునీరు, దోమల నియంత్రణ, సమతుల ఆహారం, అవసరమైనప్పుడు వెంటనే వైద్యులను సంప్రదించడం వంటి అలవాట్లను కుటుంబంలో భాగం చేస్తే పిల్లలు ఆరోగ్యంగా, సురక్షితంగా వర్షాకాలాన్ని ఆస్వాదించగలుగుతారు.