

শেত্ৰ প্ৰবাহ (Cold wave) ত কৰিবলগীয়া আৰু নকৰিবলগীয়া কাৰ্যসমূহ

আগতিয়াকৈ কৰিবলগীয়া কাৰ্যসমূহ

- প্ৰয়োজনীয় গৰম কাপোৰ লগত ৰাখিব।
- জৰুৰীকালীন সামগ্ৰীসমূহ সাজু কৰি ৰাখিব।

সময়ত কৰিবলগীয়া কাৰ্যসমূহ

- যিমান দূৰ সম্ভৱ ঘৰৰ ভিতৰত থাকিবলৈ চেষ্টা কৰক। শীতল বতাহৰ পৰা ৰক্ষা পাবলৈ পৰাপক্ষত যাত্ৰা কমকৈ কৰিব।
- দেহটো শুকান কৰি ৰাখিব। যদি তিতি যায়, দেহৰ তাপমাত্ৰা বজাই ৰাখিবলৈ অতিশীঘ্ৰেই কাপোৰ সলাই পেলাব।
- হাত মোজাতকৈ মিটেনচ (mittens) ব্যৱহাৰ কৰিব। মিটেনচে (mittens) বেছি উম প্ৰদান কৰে।
- বতৰৰ সবিশেষ জানিবলৈ ৰেডিঅ' শুনক, টিভি চাওক, বাতৰি কাকত পঢ়ক।
- নিয়মীয়াকৈ গৰম পানী খাব।
- জ্যেষ্ঠ আৰু শিশু সকলৰ যত্ন ল'ব।
- প্ৰয়োজনীয় পানী জমা কৰি ৰাখিব কাৰণ শীতৰ প্ৰকোপত পাইপৰ পানী বৰফ হৈ যাব পাৰে।

হাইপ'থাৰমিয়া (শৰীৰৰ তাপমাত্ৰা কমি যোৱা)ৰ ক্ষেত্ৰত

- ব্যক্তিজনক গৰম ঠাইলৈ স্থানান্তৰ কৰিব আৰু কাপোৰ সলাই দিব।
- শৰীৰটো গৰম কৰি ৰাখিবলৈ কম্বল অথবা গৰম কাপোৰ ব্যৱহাৰ কৰিব।
- শৰীৰৰ তাপমাত্ৰা বঢ়াবলৈ গৰম পানীয় বস্তু খোৱাব।
- গা বেছি বেয়া হ'লে চিকিৎসকৰ কাষ চাপিব।

নকৰিবলগীয়া কামসমূহ

- হিম বিক্ষত অংশত মালিচ নকৰিব। ই বেছি ক্ষতি কৰিব পাৰে।
- শৰীৰত কঁপনি উঠিলে আওকান নকৰিব। শৰীৰৰ তাপমাত্ৰা কমি অহাৰ ই এটা গুৰুত্বপূৰ্ণ প্ৰাথমিক লক্ষণ। কঁপনি উঠাৰ লগে লগেই ঘৰৰ ভিতৰত থাকিবলৈ যত্ন কৰক।

শৈত্য প্ৰবাহ (Cold wave) ত কৃষিৰ পথাৰত কৰিবলগীয়া কামসমূহ

- কৃষিৰ পথাৰত সঘনাই পাতলীয়া জলসিঞ্চন প্ৰয়োগ কৰিব। শস্যডবা শীতৰ প্ৰকোপৰ পৰা ৰক্ষা কৰিবলৈ আবেলি সময়ত স্পীংকলাৰ জলসিঞ্চন ব্যৱহাৰ কৰিব।
- কুমলীয়া শাক-পাচলি বা ফলসমূহ খেৰ,পলিথিন চীট বা বস্তাৰে ঢাকি ৰাখিব।
- ধানৰ কঠিয়াতলি সমূহ ৰাতি পলিথিন চীটেৰে ঢাকি ৰাখিব আৰু দিনৰ ভাগত আঁতৰাই দিব। আবেলি সময়ত ধানৰ কঠিয়াতলি সমূহত জলসিঞ্চনৰ ব্যৱস্থা কৰিব আৰু ৰাতিপুৱা পানী উলিয়াই দিব।
- শীত সংবেদনশীল শস্যসমূহ যেনে- সৰিয়হ, ৰাজমা আৰু বুট আদিক শীতল টোৰ পৰা বচাবলৈ পনীয়া ছালফিউৰিক এচিডৰ ১.০ লিটাৰ ১০০০ লিটাৰ পানীৰ লগত মিহলি কৰি বা ৫০০ গ্ৰাম থায়'ইউৰিয়া ১০০০ লিটাৰ পানীৰ লগত মিহলি কৰি স্প্ৰে কৰিব।
- যদি আপোনাৰ অঞ্চলটো শীতল টোৰ কবলত পৰা ৰ প্ৰবণতা আছে তেন্তে বতাহ/আশ্ৰয় ৰোধী শস্য কৰক।
- গছৰ আক্ৰান্ত অংশ ফেব্ৰুৱাৰী বা মাৰ্চৰ প্ৰথম সপ্তাহত ডলি দিব আৰু আক্ৰান্ত অংশত কপাৰ ভেকুৰ নাশক ঔষধ স্প্ৰে কৰাৰ লগতে জলসিঞ্চন আৰু পোষক সাৰৰ যোগান ধৰিব।

শৈত্য প্ৰবাহ (Cold wave) ত কৃষিৰ পথাৰত নকৰিবলগীয়া কামসমূহ

- ঠাণ্ডা বতৰত মাটিত পোষক দ্ৰব্যৰ প্ৰয়োগ নকৰিব। ঠাণ্ডা বতৰত গছৰ শিপাই পোষক দ্ৰব্যৰ শোষণ কৰিব নোৱাৰে।
- মাটিডোখৰ টিলা কৰি নাৰাখিব। টিলা পৃষ্ঠই তলৰ মাটিখিনিৰ তাপ অধিক কমাই দিয়ে।

শৈত্য প্ৰবাহ (Cold wave) ত পশুধনত কৰিবলগীয়া কামসমূহ

- গৰু-গাই সমূহ নিশাৰ ভাগত গোহালিত ৰাখিব আৰু শুকান আস্তৰণৰ (Bedding) ব্যৱস্থা কৰিব।
- খাদ্যত প্ৰটিন আৰু মিনাৰেলৰ মাত্ৰা বৃদ্ধি কৰিব যাতে পশুসমূহ স্বাস্থ্যৱান হৈ থাকে।
- পশুসমূহক নিয়মিতভাৱে মিনাৰেল মিশ্ৰণ আৰু নিমখ দিয়াৰ লগতে ঘেহুৰ দানা, গুৰ যোগান ধৰিব।
- ব্ৰইলাৰ কুকুৰা পোৱালিক অতিমাত্ৰা ঠাণ্ডাৰ পৰা পৰিত্ৰাণ পাবলৈ তাপ/উম (ক্ৰডিং)ৰ ব্যৱস্থা কৰক।

শৈত্য প্ৰবাহ (Cold wave) ত পশুধনত নকৰিবলগীয়া কামসমূহ

- গৰু-ছাগলীসমূহক ৰাতিপুৱা পথাৰত চৰিবলৈ এৰি নিদিব।
- গৰু-ছাগলীসমূহক নিশাভাগত মুকলি ঠাইত নাৰাখিব।