목록

240408-홍역예방수칙_필리핀어 1
240408-홍역예방수칙_필리핀어2 2
240408-홍역예방수칙_필리핀어3 3
240408-홍역예방수칙_필리핀어4 4
240408-홍역예방수칙_필리핀어5 5
240408-홍역예방수칙_필리핀어6 6
240408-홍역예방수칙_필리핀어7 7

KDCA

Kung ikaw ay naghahanda para sa paglalakbay sa ibang bansa?

Mga gabay para maiwasan ang tigdas Alamin Kaagad, Nang Maagang Maiwasan!

KDCA

Kahulugan at sintomas ng tigdas

Ito ay isang sakit na kumakalat sa pamamagitan sa hangin at patak ng ubo o pagbabahing at iba pa, ito ay nailalarawan sa pagiging lubos na nakakahawa.

※ Kapag ang tao na walang sapat na kaligtasan sa sakit (immunity) ng tigdas at nakadikit sa isang pasyente, higit sa 90% sa kanila ang mahawahan.

angunahing sintomas ng tigdas

(panahon ng inkubasyon 7~21 araw)

Paunang yugto o Prodromal stage → **Yugto ng pagpantal o Eruptive stage** → **Yugto ng Paggaling o Convalescent stage**

Sa lubhang nakakahawa na panahon magkakaroon ng ubo, sipon, pamamaga at pangangati ng mata, maliliit na batik sa loob ng bibig atbp.

Lumalabas ang mga mapupulang pantal sa likod ng leeg, sa ilalim ng tainga, katawan, mga braso at binti, sa mga kamay.talampakan

Nawawala ang pantal, nag-iwan ng skin pigmentation

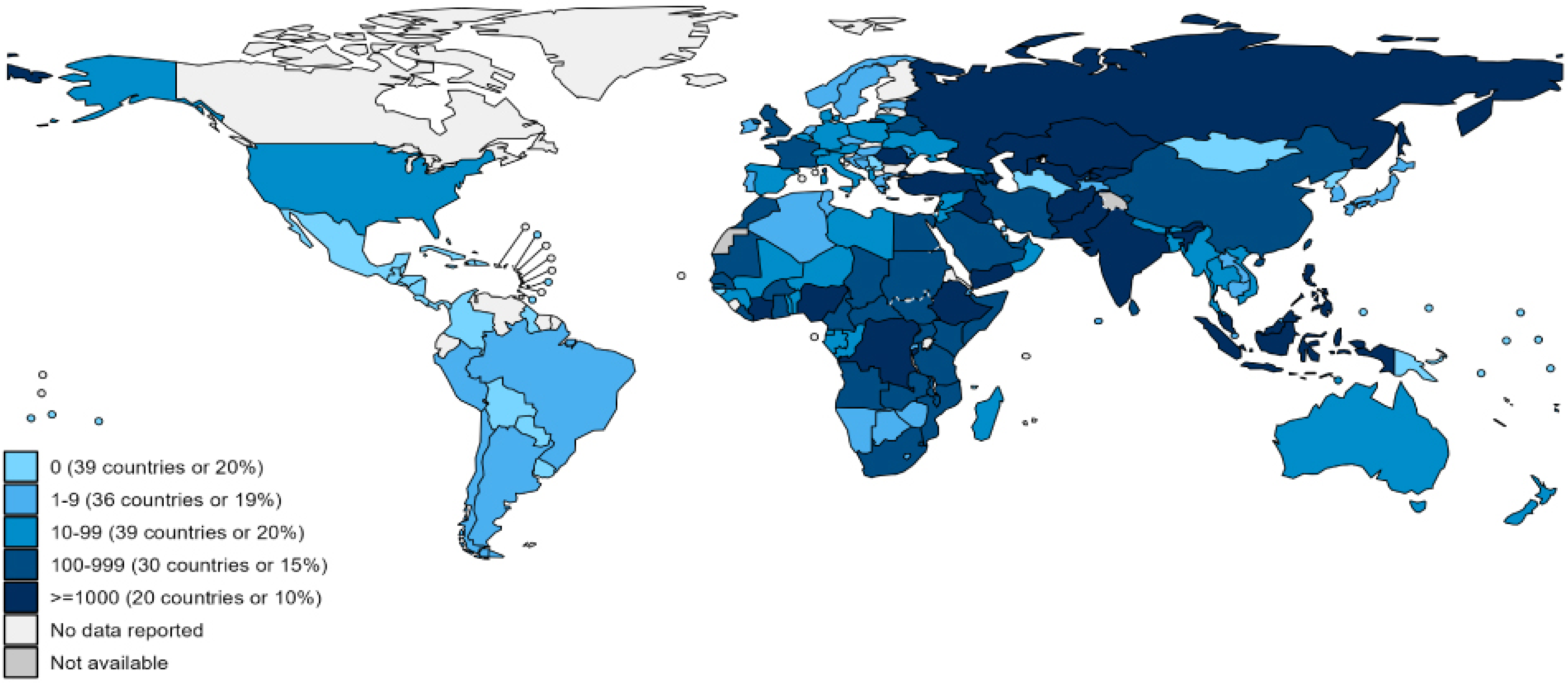
* Maaaring mangyari ang mga komplikasyon ng sakit sa paghinga tulad ng bronchopneumonia, krup o laringgotrakeyobronkitis, pagtatae, matinding pamamaga sa utak(acute encephalitis) atbp.

Mga bansang may mga pangunahing paglaganap ng tigdas

Ang bilang ng mga kaso ng tigdas ay tumataas* sa buong mundo, habang parami ng parami ang mga taong naglalakbay sa ibang bansa mas lalong tumataas ang mga posibilidad na magkaroon ng tigdas ang mga mamayan.

Mga Rehiyon na lumaganap ang mga pasyente ng tigdas

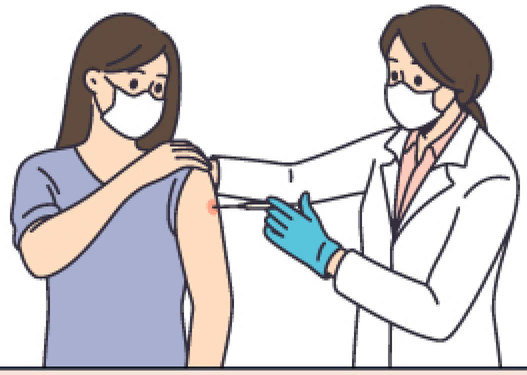
Mayroong mga paminsan-minsan na nangyayari na nakasentro
sa Europa·Gitnang Silangan.
Timog Silangang Asya at ang epidemya nito ay nagpapatuloy



* Sa taong 2023, ang bilang ng mga kaso ng tigdas sa buong mundo ay nasa humigit-kumulang 300,000 (Batay sa WHO 1.8 beses na mas mataas kay sa taong 2022)

KDCA

Mga gabay para maiwasan ang tigdas, kapag maglalakbay sa ibang bansa



Bago maglakbay

- Suriin kung nabakunahan na ba ng 2 dosis na bakuna para sa tigdas (MMR)
- Sa kasong hindi nabakunahan ng 2 dosis o hindi sigurado kung nabakunahan, 4~6 na linggo bago umalis pumunta sa medikal na institusyon at magpabakuna sa pagitan ng 4 na linggo ng 2 dosis

Nasa paglalakbay

- Sa mga matataong lugar, magsuot ng mask, maghugas ng kamay, sundin ang etika sa pag-ubo at iba pang mga tuntunin sa personal na kalinisan

Sa pagpasok ng bansa

- ung mayroong lagnat o pantal sa pagpasok ng bansa, ipagbigay-alam sa opisyal ng pagkukuwarantena

Pagkatapos makapasok sa bansa kung nilalagnat, may mga pantal at iba pang mga kahina-hinalang sintomas

Magsuot ng mask at bawasan ang makikipagdikit sa ibang tao, bumisita sa medikal na institusyon

(Iwasan ang paggamit ng pampublikong transportasyon)

Ipaalam sa mga medikal na kawani ang 'kasaysayan ng paglakbay sa ibang bansa'

KDCA

Iamin kaagad ang tungkol sa pagbabakuna ng tigdas

Mga pamantayan sa pagbabakuna ng tigdas ayon sa edad

Edad	Paraan ng pagbabakuna
0~5 buwan mula isinilang	hindi sasailalim sa pagbabakuna
6~11 buwan mula isinilang (pinabilis o pinaaga na pagbabakuna*) * Kapag hindi maiwasang mangyari na mabigo sa pagsunod sa karaniwang iskedyul ng pagba-bakuna, kapag kinakailangang mabilis makakuha ng kaligtasan sa sakit(immunity) ay naaangkop na magpabakuna	**1beses na pagbabakuna kapag bumibiyahe sa ibang bansa** * Ang pagbabakuna ng MMR bago ang 12 buwang gulang ay hindi kasama sa bilang ng pagbabakuna, kaya 2 dosis ang kinakailangang ipabakuna sa hinaharap alinsunod sa karaniwang iskedyul ng pagbabakuna
12~15 buwan mula isinilang (Tamang panahon ng pagbabakuna)	1 dosis
4~6 taong gulang (Tamang iskedyul ng pagbabakuna)	2 dosis
Tinedyer at Nasa hustong gulang*	※ Sa kaso ng walang katibayan ng kaligtasan sa sakit (immunity) Pagbabakuna ng 2 dosis(kahit 1 dosis) sa pagitan ng hindi bababa sa 4 na linggo

* Kung ipinanganak bago ng Enero 1, 1968 itinuturing na may natural na kaligtasan sa sakit(immunity)ng tigdas, kaya hindi na kailangan ng bakuna

※ Sa kaso ng walang katibayan ng kaligtasan sa sakit (immunity) ng tigdas

Ang mga taong dating walang rekord na nabakunahan at kailanman ay hindi nagkatigdas o ang mga isinilang pagkatapos ng Enero 1, 1968 na hindi kumpirmado kung may antibodies sa tigdas

KDCA

Bago maglakbay sa ibang bansa suriin muna ang mga panuntunan para sa pag-iwas ng tigdas at maligayang paglakbay!