DENGUE

Ang dengue ay isang sakit na dulot ng isang virus na kumakalat sa mga tao sa pamamagitan ng kagat ng may impeksyong lamok. Karaniwan ito sa tropikal at subtropikal na klima tulad ng Caribbean (kabilang ang Puerto Rico), Sentral at Timog Amerika, Timog-silangang Asya, at mga isla ng Pasipiko. Malamang amgkaroon ka ng sakit na ito kapag bumisita ka sa mga lugar na ito. Dahil ang mga uri ng lamok na nagkakalat ng dengue ay karaniwan sa maraming lugar sa Amerika, posible ang lokal na pagkalat. Karamihan sa mga pagsiklab sa kontinental ng Amerika ay medyo maliit at limitado.

PAANOITO KUMAKALAT?

Ang mga virus ng dengue ay kumakalat sa mga tao sa pamamagitan ng mga kagat ng mga may impeksyong lamok na Aedes aegypti o Aedes albopictus. Ang mga lamok na ito ay karaniwang nangingitlog sa naipong tubig na matatagpuan sa maliliit na lalagyan. Mas gusto ng mga lamok na ito na kagatin ang mga tao, at manirahan sa loob at labas malapit sa mga tao. Kumakagat sila anumang oras ng araw at gabi. Ang dengue virus ay HINDI kumakalat mula sa tao patungo sa iba.

ANOANGMGASINTOMAS?

Halos isa sa apat na tao na may dengue ang magkakaroon ng mga sintomas. Ang mga sintomas ay karaniwang lumilitaw sa loob ng 5-7 araw. Ang pinakakaraniwang sintomas ay lagnat at isa o higit pa sa mga sumusunod: pananakit ng ulo, pagkahilo at pagsusuka, pantal, pananakit ng kalamnan, kasukasuan o buto at pananakit ng mata (karaniwan sa likod ng mga mata). Ang mga sintomas ng dengue ay karaniwang tumatagal ng 2–7 araw. Karamihan sa mga tao ay gumagaling pagkatapos ng halos isang linggo. Halos isa sa 20 mga tao na may dengue ang maaaring magkaroon ng malubhang sakit na maaaring magdulot ng banta sa buhay.

MGA PANGUNAHING PUNTOS

- Ang dengue ay isang sakit na kumakalat sa mga tao mula sa kagat ng may impeksyong lamok.
- Walang gamot para gamutin ang sakit na ito.
- Ang pinakamahusay na paraan para mapigilan ang pagkakaroon ng dengue ay ang pag-iwas sa kagat ng lamok, lalo na kapag bumibisita sa mga lugar na alam na may ganitong sakit.
- Ang mga lamok na ito ay nangangagat sa araw at sa gabi at naninirahan sa loob at labas.
- Gumamit ng pangtaboy ng insekto, magsuot ng mahabang manggas na kamiseta at pantalon, at gumawa ng mga hakbang upang makontrol ang mga lamok sa loob at labas ng bahay.

Kadalasang Katanungang mga Itinatanong (FAQ)

DENGUE

PAANO ITO GINAGAMOT?

Walang mga partikular na gamot para gamutin ang sakit na ito. May mga gamot na makakatulong sa lagnat at pananakit. Mayroong bakuna para sa dengue, ngunit HINDI ito aprubado para gamitin sa mga naglalakbay sa Amerika na bumibisita lamang ngunit hindi nakatira sa mga lugar kung saan karaniwan ang dengue.

PAANO MO MAPIPIGILAN ANG PAGKAKAROON NG SAKIT NA ITO?

Ang pinakamahusay na paraan upang mapigilan ang pagkakaroon ng dengue ay ang pag-iwas sa kagat ng lamok, lalo na kapag bumibisita sa mga lugar na alam na may ganitong sakit. Gumamit ng pangtaboy ng insekto na nakarehistro sa Ahensya ng Nagpoprotekta sa Kapaligiran [Environmental Protection Agency (EPA)] at magsuot ng mahabang manggas na kamiseta at mahabang pantalon o damit na espesyal na inayos upang maiwasan ang kagat ng lamok. Kontrolin ang mga lamok sa loob at labas ng iyong tahanan sa pamamagitan ng paggamit ng mga pangsalang tabing (screen) sa mga bintana at pintuan. Ang mga lamok ay nangingitlog sa tubig; takpan, o itapon ang mga bagay na maaaring pag-ipunan ng tubig, tulad ng mga balde, paso, lawa (pool), o lalagyan ng basura.

PARA SA MAS MARAMI PANG IMPORMASYON:

Kagawaran ng Pampublikong Kalusugan ng Los Angeles County
publichealth.lacounty.gov/acd/VectorDengue.htm

Mga Sentro para sa Pagkontrol at Pagpigil ng Sakit
[Centers for Disease Control and Prevention (CDC)] cdc.gov/dengue/

Para sa mga tanong o para makahanap ng malapit na klinika o doktor, tawagang ang Linya ng Impormasyon ng Pampublikong Kalusugan sa 833-540-0473. Bukas araw-araw simula 8 ng umaga hanggang 8 ng gabi ph.lacounty.gov

County of Los Angeles Public Health

(Tagalog/ Filipino)