

Pagsiklab ng Tigdas – Utos ng Opisyal ng Kalusugan

1. Ano ang tigdas?

Ang tigdas ay isang lubhang nakakahawang sakit na dulot ng isang virus na naninirahan sa ilong at lalamunan ng mga taong naimpeksyon. Ang mga sintomas ng tigdas ay kinabibilangan ng:

- Lagnat (101 °F o mas mataas)
- Ubo
- Sipon
- Namumulang naluluhang mga mata
- Pantal ng mapupulang batik. Ang ilan ay bahagyang namamantal. Karaniwang nagsisimula sa mukha o kung saan nagsimula magkaroon ng buhok (hairline) at kumakalat sa ibang bahagi ng katawan.

Ang tigdas ay maaaring humantong sa malubhang karamdaman, pagkakahospital, at maging kamatayan. Kabilang sa mga malalang karamdaman ang:

- Pagtatae
- Impeksyon sa Tainga
- Pinsala sa Utak
- Pagkabingi
- Pulmonya

Ang mga buntis, sanggol, maliliit na bata, at mga taong may huminag sistema ng imyunidad ay nasa pinakamataas na panganib ng malubhang karamdaman. Walang lunas sa tigdas.

2. Paano kumakalat ang tigdas?

Ang tigdas ay madaling kumakalat sa pamamagitan ng hangin kapag ang isang may impeksyong tao ay nagsasalita, humihinga, umuubo o bumabahin. Siyam sa 10 katao na hindi pa nabakunahan para sa tigdas ang magkakaroon ng tigdas kung sila ay malantad sa virus. Maaari kang magkaroon ng tigdas kung malalanhap mo ang parehong hangin ng isang taong may tigdas, kahit na hanggang sa dalawang oras pagkatapos na ang tao ay umalis sa lugar. Maaari ring kumalat ang tigdas bago pa man magkaroon ng mga sintomas ang taong may impeksyon.

3. Sino ang Opisyal ng Kalusugan?

Ang Opisyal ng Kalusugan ay isang manggagamot, na hinirang ng County Board of Supervisors, na nagpapatupad ng mga batas at gumagawa ng aksyon upang maprotektahan ang komunidad at mapigilan ang sakit o pinsala. Ang mga tagapagpatupad ng batas ay maaaring makipagtulungan sa Opisyal ng Kalusugan, kung kinakailangan, upang ipatupad ang mga Utos na inilabas.

4. Bakit ako nakakatanggap ng Utos ng Opisyal ng Kalusugan?

Tumatanggap ka ng Utos ng Opisyal ng Kalusugan dahil nakasalamuha mo o nalantad ka sa isang taong nadayagnos na may tigdas at hindi ka nagbigay ng kinakailangang katibayan ng imyunidad sa sakit sa tigdas (ibig sabihin, ang mga dokumentasyon na natanggap mo ay nangangailangan ng dosis ng bakuna sa tigdas o resulta ng pagsusuri ng dugo na nagpapakita na ikaw ay may imyunidad) sa Kagawaran ng Pamublikong Kalusugan. Kaya, ikaw ay nasa panganib na magkaroon ng tigdas at ikalat ito sa iba.



Mga Pangunahing Punto

- Madaling kumalat ang tigdas sa pamamagitan ng hangin kapag umubo o bumahin ang taong may impeksyon.
- Ang tigdas ay isang panganib sa kalusugan para sa mga mag-aaral at kawani na hindi kailanman nagkaroon ng tigdas o hindi nakatanggap ng mga inirerekomendang dosis ng bakuna sa tigdas.
- Ang pagsunod sa mga pag-iingat sa Utos ng Opisyal ng Kalusugan ay maaaring makapigil sa pagkalat ng tigdas.

Para sa mas marami pang Impormasyon:

Tigdas

www.cdc.gov/measles/index.html

Mga Mura o Walang Gastos na Bakunang mga Klinika

www.publichealth.lacounty.gov/chs

o idayal ang 2-1-1

Mga Iskedyul ng Pagbabakuna

www.cdc.gov/vaccines/schedules

Pagsiklab ng Tigdas – Utos ng Opisyal ng Kalusugan

5. Ano ang kinakailangan kong gawin ayon sa Utos ng Opisyal ng Kalusugan?

Ang Utos ng Opisyal ng Kalusugan ay isang naaayon sa batas utos, na nangangailangan na mahigpit mong sundin ang isang hanay ng mga pag-iingat upang maprotektahan ang iyong sarili at mabawasan ang pagkakataon na ikaw ay makapagkalat ng tigdas sa iba. Kabilang sa utos ang numero ng telepono ng Nars ng Pampublikong Kalusugan para matawagan mo ng kahit anumang mga katanungan na may kaugnayan sa utos na ito. Hanggang sa ikaw ay nakalaya na mulas sa Utos:

- Manatili sa bahay/sa iyong tirahan at limitahan ang iyong pagkilos. Hindi ka maaaring pumasok sa paaralan o magtrabaho sa labas ng iyong tahanan/tirahan. Iwasan ang anumang pampublikong lugar kung saan maaari kang makasalamuha ng maraming tao, kabilang ang mga silid-aralan, mga bulwagan ng pag-aaral, mga silid-aklatan, mga lugar ng pagsamba, sinehan, mga tindahan ng groseri, mga sentro ng pamilihan, gym, mga kaganapan sa labas, at mga kaganapan sa palakasan.
- Kung mayroon kang anumang mga tipanan (appointment) na kinakailangan mong umalis sa iyong tahanan/tirahan, tulad ng mga tipanan sa doktor, dentista, at mga may kaugnayan sa paaralan, ipaalam sa Narse ng Pampublikong Kalusugan. Kung kinakailangan mo na bumisita sa doktor, tawagan ang doktor bago pumunta sa opisina at ipaalam sa kanila na nagkaroon ka ng kontak sa virus ng tigdas, upang maaari silang makagawa ng mga pag-iingat sa pagkontrol ng impeksiyon upang mabawasan ang tsansa ng pagkalat ng tigdas.
- Huwag gumamit ng pampubliko o komersyal na transportasyon, tulad ng mga bus, subway, tren, taxi, inuupahang pinagsasamahang sasakyan (ride share), o eroplano.
- Huwag mong pabisitahin ang sinuman sa iyo sa iyong tahanan/tirahan maliban kung sila ay nasasla na at inaprubahan ng mga kawani ng Pampublikong Kalusugan at may imyunidad na sa tigdas.
- Kung balak mong lumipat sa ibang kwarto/tirahan, manyaring ipaalam sa Nars ng Pampublikong Kalusugan.
- Gumawa ng mga hakbang upang mapigilan ang pagkalat ng mga mikrobyo na maaaring maging sanhi ng tigdas, tulad ng laging pagtatakip sa iyong bibig at ilong ng tisyu kapag bumabahin o umuubo.
- Kung mayroon kang mga sintomas ng tigdas, tulad ng lagnat, ubo, sipon, mapulang mata, at/o pantal, tawagan ang Nars ng Pampublikong Kalusugan sa numero ng telepono na nakalista sa Utos ng Opisyal ng Kalusugan.
- Makipagtulungan sa aming mga kawani ng Pampublikong Kalusugan, na magbabahagi ng impormasyon, sasagutin ang iyong mga katanungan, tulungan kang sundin ang mga pag-iingat na ito, at subaybayan ang iyong pagsunod.

6. Gaano ko katagal kinakailangang sundin ang Utos ng Opisyal ng Kalusugan?

Ang Utos ng Opisyal ng Kalusugan ay mananatili hanggang 1) Magbigay ka ng dokumentasyon na natanggap mo ang kinakailangang bilang ng dosis ng bakuna sa tigdas (MMR), o 2) Nagsumite ka ng mga resulta ng isang pagsusuri ng dugo na nagpapakita na ikaw ay may imyunidad sa tigdas, o 3) Naabot mo na ang katapusan ng panahon ng paglililimlim (incubation). Sa mga kasong ito, makakatanggap ka ng isang abiso na nagpapalaya sa iyo mula sa Utos.

7. Ano ang dapat kong gawin kung hindi maganda ang aking pakiramdam o magkaroon ng mga sintomas na maaaring may kaugnayan sa tigdas?

Kung hindi maganda ang iyong pakiramdam o kung mayroon kang anumang mga sintomas na maaaring may kaugnayan sa tigdas, tulad ng lagnat, ubo, sipon, mapulang mata, at/o pantal, tawagan agad ang Narse ng Pampublikong Kalusugan. Tutulungan ka ng Nars na magpasya kung dapat kang humingi ng medikal na pangangalaga. Kung kailangan mo ngang magpatingin sa doktor, tawagan ang doktor bago pumunta sa opisina at ipaalam sa opisina na ikaw ay nalantad sa virus ng tigdas, upang makagawa sila ng mga hakbang upang mabawasan ang tsansa ng pagkalat ng tigdas.

