

## Pagtugon sa mga Alalahanin Tungkol sa Tigdas para sa mga Pang-Edukasyong Kapilligiran

### 1. Bakit mas marami ang mga kaso ng tigdas sa balita kamakailan?

Karamihan sa mga tao sa Amerika ay protektado laban sa tigdas sa pamamagitan ng pagbabakuna. Maaaring mas maraming kaso ang nakikita ng Amerika kaysa dati dahil mas maraming tao ang naglalakbay at naglakbay papunta o mula sa mga lugar kung saan mas karaniwan ang tigdas.

### 2. Ang tigdas ba ay nagdudulot ng panganib sa kalusugan sa mga pang-edukasyong kapilligiran?

Ang tigdas ay isang malubhang sakit na madaling kumalat at mabilis. Siyam sa sampung tao na hindi pa nabakunahan ng tigdas o hindi pa naimpeksyon dati ay magkakaroon ng tigdas kung sila ay malantad sa virus. Ito ay isang virus na lumulutang sa hangin at kumakalat sa hangin at sa mga ibabaw pagkatapos huminga ang isang taong may impeksyon, magsalita, bumahin, o umubo. Ang pagkakaroon ng tigdas ay isang malubhang panganib sa kalusugan para sa mga mag-aaral at kawani na hindi kailanman nagkaroon ng impeksyon o ng kanilang [bakuna sa Tigdas, Beke, at Rubella \[Measles Mumps, and Rubella \(MMR\)\] o MMR at varicella \(MMRV\)](#). Sa mga kampus kung saan may mataas na bilang ng mga hindi pa nabakunahang mga mag-aaral at kawani, ang tigdas ay maaaring kumalat nang napakadali at makahawa ng malalaking grupo ng mga tao, na nagreresulta sa mga pagkakahospital at malubhang sakit sa mga taong walang dating imyunidad sa sakit.

### 3. Ano ang mga sintomas ng Tigdas?

- Mataas na Lagnat (101 ° F o mas mataas)
- Ubo
- Sipon
- Mapula, naluluhang mga mata
- Pantal na nagsisimula sa mukha at kumakalat sa natitirang ibang bahagi ng katawan

Ang tigdas ay maaaring magdulot ng komplikasyon, tulad ng impeksyon sa tainga at pagtatae. Maaari rin itong magdulot ng malubhang sakit, tulad ng pulmonya, encephalitis (pamamaga sa paligid ng utak), at maging kamatayan.

### 4. Ano ang dapat naming gawin kung may Tigdas sa kampus?

#### Sundin ang mga patnubay na lito kapag ang mga mag-aaral o kawani...

<b>Ibukod</b>	<p>Ang mga kawani, estudyante, o bisita na nakumpirma o <u>pinaghihinalang may tigdas ay</u> kailangang ibukod agad mula sa kampus at maaaring bumalik pagkatapos ng 4 na araw mula nang magsimula ang kanilang pantal. Tandaan: ang araw ng pagsisimula ng pantal ay araw 0.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ang mga menor-de-edad na alam o hinihinalang may kaso ng tigdas Ay dapat ilagay sa isang pribadong kwarto na sarado ang pinto hanggang sa makuha sila ng magulang/tagapag-alaga.</li> <li>• Ang mga kawani at mga batang 2 taong gulang pataas ay dapat magsuot ng maayos ang pagiging kasya na maskara.</li> </ul>
<b>Iulat</b>	<p>Ang tigdas ay isang iniuulat na sakit na dapat iulat kaagad kapag may hinala:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lunes-Biyernes 8:30 ng umaga – 5:00 ng hapon, tumawag sa (213) 351-7880 para sa nasa tungkulin (on duty) na Epidemiologist</li> <li>• Pagkatapos ng oras ng trabaho, tumawag sa (213) 974-1234 at pindutin ang 8 para sa Opisyal na Namamahala na nasa Tungkulin [Administrative Officer on Duty (AOD)]</li> </ul>



#### Mga Pangunahing Mensahe:

- Ang tigdas ay isang virus na naninirahan sa ilong at lalamunan. Ito ay lubhang nakakahawa at madaling kumalat sa hangin kapag ang isang naimpeksyong tao ay nagsasalita, humihinga, umuubo, o bumabahin.
- Ang tigdas ay isang panganib sa kalusugan para sa mga mag-aaral o kawani na hindi pa kailanman nagkaroon ng tigdas o ang MMR o bakuna sa MMRV.
- Ang pagbabakuna ang pinakamainam na paraan upang mapigilan ang pagkakaroon at pagkalat ng tigdas.
- Ang Pamublikong Kalusugan ay gumagawa ng mga hakbang upang mapigilan ang pagkalat ng tigdas sa Los Angeles County ngunit kailangan ng iyong tulong.

#### Saan Pupunta para sa Karagdagang Impormasyon?

**Mga Iskedyul ng Pagbabakuna**  
<https://www.cdc.gov/vaccines/schedules/>

**Tigdas**  
<http://ph.lacounty.gov/ip/diseases/measles/index.htm>

**Mga Kinakailangang Bakuna para sa Pagpasok sa Paaralan?**  
<http://www.shotsforschool.org/>

## Sanggunian sa Tigdas para sa mga Paaralan at mga Pangangalaga sa Bata

### 5. Paano mapigilan ang pagkalat ng Tigdas?

Sundin ang mga mungkahi na ito upang mapanatiling malusog ang iyong komunidad na pang-edukasyon:

#### **Sabihin sa mga estudyante, kawani, at bisita na manatiling napapanahon sa kanilang mga bakuna sa MMR o MMRV.**

Ang pagpapabakuna ang pinakamainam na paraan upang hindi magkaroon at magkalat ng tigdas. Dapat magpabakuna ng bakuna sa MMR ang mga tao kung hindi pa sila nababakunahan o hindi nila alam kung nabakunahan na sila ng bakuna sa MMR dati.

**Sabihin sa mga Indibidwal na tawagan ang kanilang doktor.** Ang mga taong hindi alam ang kanilang katayuan sa pagbabakuna sa tigdas o maaaring nagkaroon ng kontak sa isang taong may tigdas ay dapat tumawag sa kanilang doktor upang masuri para sa imyunidad sa tigdas o para mabakunahan ng bakunang naglalaman ng tigdas. Kung may sakit sila, dapat tumawag muna sila sa opisina ng doktor bago pumunta doon para maging handa ang mga kawani at makapag-ingat para mapigilan ang pagkalat.

**Sabihin sa mga kawani na alamin ang mga palatandaan ng tigdas.** Dapat maging pamilyar ang mga tauhan sa kampus sa mga sintomas ng tigdas upang matukoy nila ang mga estudyante o iba pang miyembro ng mga kawani na maaaring magkasakit at agad silang ibukod at kontakin ang kagawaran ng pampublikong kalusugan para sa patnubay; tingnan ang seksyon na "Iulat" sa pahina 1.

**Sabihin sa mga estudyante at kawani na manatili sa bahay kapag sila ay may sakit.** Ang pananatili sa bahay kabilang ang pagtatakip ng ubo at pagbahin gamit ang manggas o tisyu, madalas na paghuhugas ng kamay gamit ang sabon at tubig, at hindi paghawak sa iyong mga mata, ilong, o bibig, ay nakakatulong na mapigilan ang mga tao na magkaroon at magkalat ng mga sakit.

### 6. Saan pwedeng magpabakuna ang mga pamilya?

Ang mga indibidwal ay maaaring tumawag sa kanilang doktor upang magpabakuna ng bakunang MMR o MMRV, na maaaring bayaran ng kanilang seguro (insurance). Maaari rin silang magpabakuna sa botika o sa isang klinika na nag-aalok ng mga bakuna na walang gastos o mura. Kung ang mga indibidwal ay walang seguro sa kalusugan (health insurance), o regular na nagkakaloob ng pangangalagang pangkalusugan (healthcare provider), maaari silang bumisita sa <http://publichealth.lacounty.gov/ip/clinics.htm> o tumawag sa 2-1-1 para sa listahan ng mga klinika ng bakuna na mura o walang gastos.

### 7. Paano natin matutugunan ang mga alalahanin tungkol sa Tigdas sa ating komunidad?

Bigyang diin na ang tigdas ay maaaring mapigilan ng bakuna sa MMR o MMRV. Dapat siguraduhin ng lahat na napapanahon ang kanilang immunisasyon, na makakatulong na maprotektahan ang kanilang sarili, ang kanilang mga mahal sa buhay, at ang kanilang komunidad.

Ipaalam sa mga pamilya na ang Kagawaran ng Pampublikong Kalusugan ng Los Angeles County ay nagtatrabaho para mapigilan ang mga tao na magkaroon at magkalat ng sakit sa pamamagitan ng:

- Pag-iimbestiga sa lahat ng kaso ng tigdas sa county upang magkaloob ng pamamahala sa kaso at matukoy kung sino ang nalantad sa taong may impeksyon.
- Pagtukoy, pag-alam sa katayuan ng imyunidad sa sakit, at pagsubaybay sa mga sintomas sa mga taong maaaring nagkaroon ng kontak sa taong may tigdas para mapigilan ang higit pang pagkalat ng sakit.
- Pagtuturo sa mga nagkakaloob ng pangangalagang pangkalusugan (health care provider) hinggil sa mga sintomas, dayagnosis, at pag-uulat ng tigdas.
- Paggawa ng mga hakbang sa kaligtasan, tulad ng pagbibigay ng bakuna sa MMR o MMRV at/o paghihigpit sa paglahok sa paaralan o trabaho, para sa mga taong hindi pa nababakunahan na maaaring nagkaroon ng kontak sa tigdas.

