

BUNTIS KA BA AT NAKATIRA SA POOK NA MAY ZIKA?



Ano ang alam natin tungkol sa Zika

- Ang Zika ay maaaring maipasa ng isang buntis sa kanyang anak sa sinapupunan.
- Ang impeksyon sa Zika sa panahon ng pagbubuntis ay magdudulot ng tiyak na mga depekto sa pagsilang.
- Ang Zika ay karamihang ikinakalat sa pamamagitan ng pagkagat ng nahawahang *Aedes species (Ae. aegypti at Ae. albopictus)* na lamok.

» Protektahan ang iyong sarili at ang iyong pamilya mula sa mga kagat ng lamok buong araw at gabi, sa loob o labas ka man.

- Walang bakuna o gamot upang mapigilan o gamutin ang Zika.
- Maaaring maipasa ang Zika sa pamamagitan ng pakikigpatalik ng isang taong may Zika sa kanyang kapareha.



Ano ang hindi natin alam tungkol sa Zika

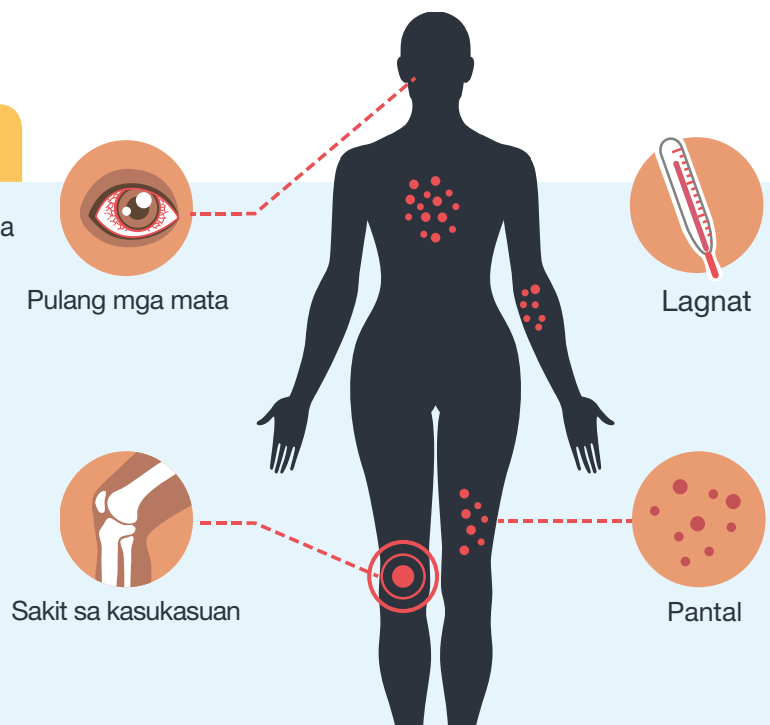
- Habang nagbubuntis, ang Zika ay maaaring makalikha ng pinsala sa bata sa sinapupunan.
- Paano malamang na ang impeksyon sa Zika ay makakaapekto sa iyong pagbubuntis.
- Kung ang iyong sanggol ay nagkaroon ng depekto sa pagsilang buhat sa impeksyon.

Mga Sintomas ng Zika

Karamihan sa mga tao na may Zika ay hindi alam na meron sila nito. Ang karamdaman ay karaniwang banayad na may mga sintomas na tumatagal ng ilang mga araw hanggang linggo.

Ang karaniwang mga sintomas ng Zika ay

- Lagnat
- Pantal
- Sakit sa Kasukasuan
- Pulang mga mata



U.S. Department of Health and Human Services
Centers for Disease Control and Prevention

Iminumungkahi ng CDC ang mga espesyal na pag-iingat para sa mga buntis na mga babae at mga babaeng nagbabalak mabuntis

Buntis Ka Ba?

Ang mga buntis na babae at ang kanilang mga kapareha ay kailangang mahigpit na sumunod sa mga hakbang upang mahaalangan ang mga kagat ng lamok.

Gumamit ng mga condom sa eksaktong paraan sa tuwing ikaw ay makikipagtalik sa panahon ng iyong pagbubuntis, o huwag munang makikipagtalik.

Kapag may nagsimulang sintomas ng Zika, makipagkita kaagad sa isang tagapagbigay ng tulong sa kalusugan para sa pagsusuri.

Ang mga buntis na babaeng naninirahan o madalas na pumupunta sa isang lugar na may Zika at walang mga sintomas ay kailangang masuri sa una at pangalawang trimester ng pagbubuntis.

Nagbabalak mabuntis?

Ang mga babaeng nagbabalak mabuntis at ang kanilang mga kapareha ay dapat na mahigpit na sumunod sa mga hakbang sa pag-iwas sa kagat ng mga lamok.

Makipag-ugnayan sa inyong tagapagbigay ng tulong sa kalusugan tungkol sa mga plano na magbuntis.



Ang Inyong Pinakamabuting Proteksyon: Umiwas sa Kagat ng mga Lamok

Pananamit

- Magsuot ng mga mahahabang manggas na damit at mahahabang pantalon.
- Lagyan ang mga damit at panggamit ng permethrin o bumili ng mga bagay na nilagyan ng permethrin.
 - » Ang mga nalagyan na damit ay mananatiling protektado pagkatapos ng makailang ulit na paglalaba. Tingnan ang impormasyon ng produkto upang malaman kung gaano tatagal ang proteksyon.
 - » Kapag, kayo mismo ang maglalagay sa mga gamit, sunding mabuti ang mga instruksyon sa produkto.
- HUWAG gamitin ang mga produktong may permethrin ng direkta sa balat. Ito ay para sa mga damit lamang.



Proteksyon sa Loob ng Bahay

- Manatili sa mga lugar na may air conditioner o na gumagamit ng mga screen sa bintana at pinto upang hindi makapasok ang mga lamok.
- Matulog sa ilalim ng kulambo kapag walang air conditioner o mga kuwartong may screen o kapag natutulog sa labas ng bahay.



Pantaboy

Gumamit ng rehistrado sa Environmental Protection Agency (EPA) - na pantaboy ng mga insekto. Kung gagamitin ayon sa inatas, ang mga pantaboy ng insekto na ito ay ligtas at mabisa para sa mga buntis at nagpapasusong mga ina.

- Palaging sundin ang mga tagubilin ng etiketa ng produkto.
- Ilapat muli katulad ng inaatas.
- Huwag iwiskang pantaboy sa balat sa ilalim ng damit.
- Kung gumagamit ka rin ng sunscreen, ilagay muna ang sunscreen bago ang pantaboyng lamok.

