

**Paunawa mula sa Distrito ng Tottori tungkol sa Bagong uri ng Influenza
~Mula Agosto 6, kami po ay magpapalit ng sistema na bibigyang diin upang pigilin ang
paglawak ng maramihang pagkahawa~**

Sa kasalukuyan, ang Influenza(A/H1N1) ay patuloy na lumalawak sa bawat sulok ng mundo. Marami sa mga nahawa ay hindi mabigat ang karamdaman, ito ay para lamang pang karaniwang Influenza na nagagamot sa pamamagitan ng pagpapagaling sa loob ng tahanan, ngunit ito ay patuloy na nagdudulot ng pagkahawa maging sa pagpasok ng buwang Agosto hanggang sa kasalukuyan.

Dahil dito, wala ng kabuluhan na alamin pa kung sino ang taong nahawa upang mapigilan ang pagkalat ng sakit. Kaya' t ang distrito ay maglulunsad ng sistema na magtutuon sa pagpigil ng maramihang pagkahawa sa pamamagitan ng indibidwal na pag-iingat upang lalong mas mapadali ang pagdiskubre sa maaaring dahilan nito, at ng lalo pang mapag-ibayo ang pagsusmikap na mapigil ang pagkalat ng sakit. Dagdag pa rito, lalo ring pagtitibayin ang pakikipag-ugnayan lalo na para sa mga taong maaaring lumubha ang karamdaman.

【Bagong sistema ipatutupad sa pagpigil ng paglawak ng maramihang pagkahawa】

Simula ngayon, ating gagawin ang mga susunod na hakbang para sa Influenza A/H1N1.

- ① Ang mga taong hinihinalang nahawa ay ituturing bilang pasyente na may A/H1N1 ng mga ospital o klinika. Sila ay papayuhan na magpagalingsa loob ng kanilang tahanan.
- ② Papakiusapan ang pamilya o kasama sa trabaho ng taong (itinuring) na may A/H1N1 sa pamamagitan niya, na magpatingin ng kalusugan at huwag munang lumabas ng tahanan kung hindi importante ang lakad.
- ③ Sa mga paaralan at Health centers, karaniwan na higit pa sa sampung katao ang naririto, kapag nagkaroon ng pagkahawa sa ilan sa mga taong ito, mangyari lamang na idulog ang sitwasyon sa tanggapan ng tagapangalagang pangkalusugan(Fukushihokenkyoku).
- ④ Para sa mga taong may sariling negosyo, tagapangasiwa ng mga okasyon/ mga establisamyento na pinupuntahan ng mga tao, kami ay nakikiusap na lalo pa ninyong pagbutihin ang pamamaraan kung paano maiwasan ang pagkahawa ng sakit sa maraming tao.
- ⑤ Sa pamamagitan ng mga seminar at iba' t ibang klase ng anunsyo, aming pinag-iibayo ang pananawagan ukol sa pagpigil ng paglawak ng sakit.
- ⑥ Aming pinagbuti ang panawagan lalo na sa mga taong may posibilidad na lumala ang dahil sa dati nilang karamdaman at sa mga nagdadalang tao.
- ⑦ Pinagtibay din naming ang pagpigil sa malawakang pagkalat ng sakit sa pamamagitan ng pakikipag ugnayan at pakikipag tulungan sa mga kalapit-distrito.



Para naman sa mga mamamayan ng distrito, ang pag-gagamot sa Influenza (A/H1N1) ay halos katulad din ng paraan sa ordinaryong Influenza. Ang inyong pagdulog ay tatanggapin ng wasto kaya kami po ay nakikiusap na lalo pa nating pagbutihan ang pag-iingat upang maiwasan ang pagkahawa sa sakit na ito habang patuloy na maging mahinahon sa mga pagtugon batay sa mga wastong impormasyon.

Bilang karagdagan, aming ipapatupad ang henetikong pagsusuri(Genetic testing) sa maramihang pagkahawa at sa taong mao-ospital dahil sa malalang kaso ng Influenza(A/H1n1) lamang.

【Pakiusap sa taong magpapatingin sa ospital o klinika】

Kapag ang isang taong may sakit na A/H1N1 ay biglaang pumunta sa ospital o iba pang tanggapang gaya nito, maaaring ang kanyang karamdaman ay makahawa sa ibang taong naghihintay sa loob ng silid-hintayan.

Kung mayroong nararamdaman na sinat o suliranin sa respiratoryo (ubo, pananakit ng lalamunan, sipon at iba pa) , Mangyari lamang na tumawag muna sa **inyong manggagamot o di kaya' y sa Sogo hatsu netsu sodan center upang kumonsulta . Dito ay inyong malalaman kung saan ang mga ospital/ klinika na gumagamot sa kaso ng Influenza(A/H1N1) (mga kaisang Out-patient medical centers)**



Ang mga taong may dati ng karamdaman at nagdadalang tao ay dapat munang tumawag sa kanilang manggagamot upang itanong ang tamang paraan kung paano sila magpapatingin. (Reference)Tottori ken Gairai kyouryoku iryou kikan

<http://www.pref.tottori.lg.jp/dd.aspx?menuid=102717>

Umaasa kami sa inyong pakikipag tulungan para sa sarling kapakanan ng mga taong may karamdaman at upang hindi na lumawak pa ang pagkalat nito sa inyong lugar.

(1) Pag-ingatan ang mga sumusunod kung ikaw ay magpapakonsulta

- Tumawag muna sa ospital o klinika bago magpatingin.
- Magsuot ng mask sa pagpunta.
- Iwasan ang makisalamuha sa ibang tao.
- Kahit na nabigyan ng reseta ng gamot mula sa ospital o klinika, tumawag muna sa botika at magsuot ng mask bago pumuta dito.

(2) Kung napatunayan na ikaw ay may Influenza(A/H1N1)

- Kung sa ospital o klinika, ikaw ay nasuri na nahawa o hinihinalang nahawa ng sakit, mangyari lamang na iyong pakiusapan ang mga taong iyong nakasalamuha sa bahay, eskuwela, trabaho at iba pa, na sila ay magpatingin din ng kalusugan o di kaya' y umiwas munang lumabas ng tahanan kung hindi importante ang lakad. Mangyari din na agad sa sabihin sa kinauukulan sa iyong eskuwela o trabaho ang tungkol sa resulta ng iyong pagsusuri.

(3) Gawing puspusan ang pag-iingat upang hindi mahawa

Sa pag-iingat sa Influenza(A/H1N1) , mabuti ang pag huhugas ng kamay at pagmumumog katulad din ng sa ordinaryong influenza.

- Kapag may mga sintomas ng pag-ubo, pagbahin at iba pa, sikapang sundin ang 「ugali sa pag-ubo」

(Agosto 5, 2009)

Ang [ugali sa pag-ubo] . . .

* Magsuot ng mask kung nakakaramdam ng pag-ubo o pagbahin

* Kung walang mask . . .

- takpan ng panyo , tisyu o iba pa ang bibig at ilong, lumayo ng 1 metro, at iiwas ang mukha sa ibang tao kapag uubo o babahin.
- Itapon ang ginamit na tisyu sa basurahang may takip
- Kung walang tisyu, maaaring gamitin ang manggas ng damit sa pagtakip sa bibig upang maiwasan g mawisikan ang iba.



(4) Maaaring tumawag para sa mga katanungan

Walang aasiste sa wikang tagalog.

① Para sa wikang Ingles

Tatanggap ng mga katanungan eksklusibo para sa wikang Ingles

Tanggapan	Telepono	Paraan	Oras
Tottori ken Kokusai kouryu zaidan	0857-31-5953	Mayroong interpreter at kinatawan ng tanggapan na direktang sasagot sa inyong katanungan sa pamamagitan ng 3-way communication .	Mula 9 am hanggang 5 pm
Tottori ken kouryu suishinka	0857-24-5459	Maaari ninyong iparating ang inyong katanungan at ang kasagutan nito ay ipaparating din sa inyo.	

② Sogo hatsu netsu sodan center (Para lamang sa wikang Hapon)

Tanggapan	Telepono	Fax
Tobu Sogo jimusho Fukushi hoken kyoku (Tottori Hokensho)	0857-22-5100	0857-26-8143
Chuubu Sogo jimusho Fukushi hoken kyoku (Kurayoshi Hokensho)	0858-22-7006	Kencho kenko seisakuka (Health policy section)
Seibu Sogo jimusho Fukushi hoken kyoku (YonagoHokensho)	0859-31-5800	

* (Para sa may kapansanan sa pandinig, tumatanggap po kami ng konsultasyon sa pamamagitan ng FAX)

(Basahin ang likurang pahina)

(Agosto 5, 2009)

Maaari ninyong basahin ang pinakabagong impormasyon sa Homepage ng Tottori na「Torinet」.

Torinet「Hakbang ng Distrito ng Tottori ukol sa A/H1N1」

URL: <http://www.pref.tottori.lg.jp/influenza/>

Distrito ng Tottori