

# Mag-ingat sa Lamok (Aedes) !

## Mag-ingat lalo na ang mga uuwi sa kanilang sariling bansa.

Kamakailan ay dumarami ang bagong panganak na mikrosepali sa Brazil na inaakalang ito ay may kaugnayan sa pagka-impeksyon sa zika virus. Bilang karagdagan, makalipas ang 70 taon, nitong 2014 ng tag-init ay lumaganap ang dengue fever sa Japan.

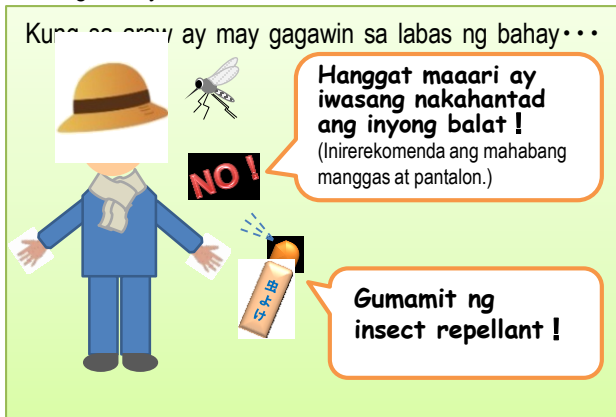
Upang maiwasan ang mga impeksyong ito, mahalaga hindi lang ang pagpigil sa pagdami nito kundi gayundin ang hindi makagat ng lamok na aedes. **Kailangan ang higit na pag-iingat kung pupunta sa lugar na kung saan ito ay lagapan tulad ng Brazil, Pilipinas at iba pa.**

### Katangian ng Zika Virus Infection • Dengue Fever (Marso 15, 2016)

	Zika Virus Infection	Dengue Fever
Sintomas	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Sinat, pantal, pamumula ng mata, pananakit ng kalamnan, pananakit ng kasukasuan, karamdaman atpb.</li> <li>✓ panahon ng inkubasyon 2~12 na araw (kadalasan ay 2~7 na araw)</li> <li>✓ 80 % ng naimpeksyon ay walang sintomas</li> <li>✓ Ang naimpeksyong buntis ay maaari rin na naimpeksyon ang sanggol at may potensyal na magkaroon ng congenital disorder o birth defect tulad ng mikrosepali.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Biglaang pagkakaroon ng lagnat, sakit ng ulo, pananakit ng mata, pananakit ng kalamnan, pananakit ng kasukasuan, pantal atpb.</li> <li>✓ panahon ng inkubasyon 2~15 na araw (kadalasan ay 3~7 na araw)</li> <li>✓ Hindi nagkasakit ang karamihan sa naimpeksyon.</li> <li>✓ Kapag ito ay lumala, magkaroon ng sintomas ng pagdurugo at hindi nalapatan ng angkop na medikasyon, ito ay maaaring mauwi sa nakamamatay na kondisyon.</li> </ul>
Laganap na Lugar	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Africa, Central South America, Asia Pacific Area</li> <li>✓ Partikular, nitong nakaraang taon ay malawak na lumaganap sa Central South America</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Buong area ng tropical at subtropical</li> </ul>
Vector Mosquito	Aedes Aegypti • Aedes Albopictus (Dito sa Japan ay Aedes Albopictus)	
Gamot	Wala pang espesyal na therapeutic drug kundi panlunas lang sa sintomas. (Medyo mabuti ang paggaling.)	
Bakuna	Hindi pa natutuklasan.	

### Paano ito maiiwasan ?

Aktibo ang lamok na aedes sa araw at madalas na nangangagat sa halamanan at lilim ng puno. Kaya hanggat maaari ay iwasang nakahantad ang inyong balat at gumamit ng insect repellent sa oras na may gagawin sa labas ng bahay.



### Ano ang dapat gawin kung nakagat ng lamok sa laganap na lugar ?

Hindi lahat ng lamok ay may virus kaya hindi dapat labis na mag-alala dahil lang sa nakagat ng lamok.

Sa mga nag-aalala at may sintomas tulad ng lagnat, makipag-ugnayan sa quarantine office pagbalik sa Japan.

Kung may pag-aalala matapos na makauwi o makabalik ng bansa, mangyaring makipag-ugayan sa pinakamalapit na health center.

#### **Para sa mga buntis at may posibilidad na buntis**

Kung buntis at posibleng buntis, makabubuting iwasang maglakbay sa lugar na laganap ang impeksyon ng zika virus.

#### **Para sa mga kalalaking bumalik ng bansa mula sa laganap na lugar**

Tinutukoy na sa pamamagitan ng pakikipagtalik ay may panganib na mahawa. Kaya ang mga kalalaking bumalik ng bansa mula sa lugar na laganap ang impeksyon ng zika virus, may sintomas man o wala ay pinakiki-usapang gumamit ng condom sa oras ng pakikipagtalik lalo na kung ang partner ay buntis.

Public Health Center	Telephone No.	Address	Remarks
Gifu Public Health Center	058-380-3002	Kakamigahara Shi Kana Fudougaoka 1-1	✖Maaari ang interpretasyon (Portuguese, Tagalog, Chinese at English) sa telepono sa bawat public health center. Portuguese sa Seino Prefectural Office at nagpapadala naman ng interpreter sa wikang Portuguese at Tagalog ang Kamo Regional Branch Office.
Seino Public Health Center	0584-73-1111	Ogaki Shi Ezaki Cho 422-3	
Seki Public Health Center	0575-33-4011	Mino Shi Ikushi 1612-2	
Chuno Public Health Center	0574-25-3111	Minokamo Shi Kobi Cho Shimo Kobi Owaki 2610-1	
Tono Public Health Center	0572-23-1111	Tajimi Shi Ueno Cho 5-68-1	
Ena Public Health Center	0573-26-1111	Ena Shi Osashima Cho Shoge Ushiroda 1067-71	
Hida Public Health Center	0577-33-1111	Takayama Shi Kamiokamoto Machi 7-468	

## Paano maaaring maimpeksiyon ?

Lumalaganap ang alinman sa dengue fever at impeksiyon ng zika virus dahil sa pagsipsip ng aedes (aedes albopictus at aedes aegypti) ng dugo ng taong naimpeksiyon ng virus na nagpaparami sa virus sa loob ng katawan nito at pangangagat ng lamok na ito sa ibang tao.



## Posible ba na maimpeksiyon ng zika virus sa Japan ?

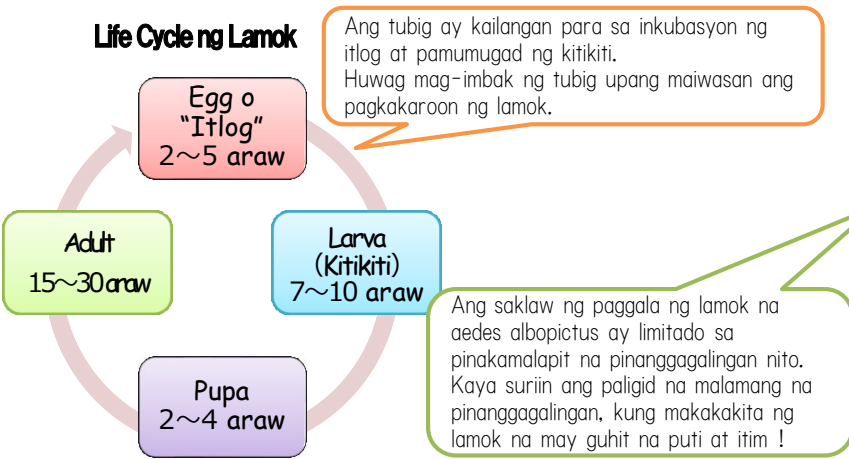
Ang pagkalat ng virus ng aedes albopictus ay dahil sa pamumugad nito sa mga rehiyon sa Japan, maging sa kabuuang area ng Gifu Ken ay kinukumpirma ang pamumungad nito (walang namumungad na aedes aegypti sa Japan).

Bagaman walang ulat sa Japan ng pagka-impeksiyon ng zika virus, posible ang pagkaimpeksiyon kung nakagat ng aedes albopictus na nakasipsip ng dugo ng taong nasa Japan na naimpeksiyon sa laganap na lugar (taong umuwi sa Japan at mga bisitang foreigner).

## Pigilan ang pagdami ng lamok sa paligid !

Nangingitlog ang aedes albopictus sa naimbak na tubig-ulan sa mga walang laman na lata at kaunting imbak ng tubig. Kaya kung maiiwasan ang pagkakaroon ng naimbak na tubig ay maaaring mabawasan ang pagdami ng lamok.

### Life Cycle ng Lamok



### ◆ Aedes Albopictus ◆

Aktibo mula sa bandang kalagitnaan ng Mayo hanggang bandang katapusan ng Oktubre. Masigla sa paninipsip ng dugo lalo na sa araw sa parke, hardin, sementeryo atbp. Ang adult ay namamatay sa panahon ng taglagas dahil sa pagbaba ng temperatura, subalit ang itlog ay nananatili kahit sa taglamig. Makikilala ito sa pamamagitan ng isang puting guhit sa likod at guhit-guhit na itim at puti sa dulo ng mga paa.



## Mayroon bang garitong bagay sa inyo ?



Lumang timba, pandilig na hantad sa ulan .



Walang laman na bote, lata, pet bottle na pinabayaan sa labas ng bahay.

### Point

Nagiging dahilan ng pagkakaroon ng aedes albopictus kahit na kaunting imbak ng tubig .

- Itapon ang mga hindi kailangan na naimbak na tubig.
- Palitan o linisan ng hindi bababa sa 1 beses sa isang linggo ang hindi agad maitapon na tubig.



Nakainam na tubig sa lumang gulong.



Platito ng Paso



Yupi sa takip ng manhole.



Drainage o agusan ng tubig-ulan

