



# PAGIWAS SA PAGKALAT NG DENGUE

## Hanapin at puksain

1. Itapon ang mga lumang gulong.
2. Patagin at takpan ang mga butas sa bakuran.
3. Pulutin ang mga bunot ng piyog, bote lata. Itapon ng maayos o nararapat.
4. Itaob ang mga Bangka upang hindi maka salo ng tugi ulan.
5. Itapon ang tubig sa mga gamit pang-laba at gamit ng mga alagang hayop araw-araw at palitan ang tubig sa plorera isang beses, isang linggo.
6. Linisan at takpan ng maayos ang mga lalagyan ng tubig.

## Mga dapat gawin upang ma proteksyon ang sarili

1. Gumamit ng pang-harang sa mga pintuan at bintana.
2. Gumamit ng mga produktong pantaboy sa insekto ( lamok). Lalo na sa lugar na manaming lamok. Ulitin ang payalagay nito ng naayon sa paliwanag ng produkto.
3. Mag-suot ng mahahabang kasuotan, pantalon medyas at sapatos sa mga lugar na maraming lamok o habang nag- lilinis ng kabahayan.

## Mga dapat gawin upang ma proteksyon ang sarili

1. Ikaw o ang sinuman sa inyong pamilya na may lagnat na ng higit sa dalawang araw, kapag mayroon ng “ rashes” sa inyong balat. Ang Malalang kaso ng Dengue ay maaaring mauwi sa pag-durugo, shock at maaari ring ikamatay.
2. Iwasan ang pagbibigay ng gamot sa sarili, lalo na ang mga gamot katulad ng aspirin, motrin o ibuprofen. Kapag ikaw ay nag positibo sa dengue. Asahan ang malalang komplikasyon, Kay a komunsulta sa ating ospital ng maaaga upang buhay ay maisalba.
3. Asahan ang malalang komplikasyon, Kay a komunsulta sa ating ospital ng maaaga upang buhay ay maisalba.

## SINTOMAS NG DENGUE

1. Biglaang pagkakaroon ng mataas na lagnat na tumatagal ng dalawa hanggang pitong araw.
2. Masakit na kalamnan, kasukasan, at likod ng mata.
3. Panghihina.
4. Namumulang mga butlig o maliliit na patse sa balat.
5. Pagdurugo ng ilong kapag nagsimulang bumaba ang lagnat.
6. Sakit ng tiyan.
7. Sukang kulay kape.
8. Maitim na dumi.

## DAILY OPERATION HOURS OF PRIVATE CLINICS

### BELAU MEDICAL (YANO) CLINIC

DAY is 8:00AM - 11:00AM

NIGHT is 5:00PM - 8:00PM

\*closed on weekends\*

### PFMS (KUARTEI) CLINIC

8:00AM - 4:00PM

\*closed on weekends\*

### FAMILY SURGICAL (EMAIS) CLINIC

8:00AM - 4:00PM

\*closed on weekends\*

### CAMP KATUU IN AIRAI

Mondays: 10AM-12PM

Tuesdays & Thursdays: 3PM-5PM

Wednesdays & Fridays: 8AM-10AM

\*closed on weekends\*



#fightthebite

Para sa karagdagang impormasyon sa lamok-makitid ang isip sakit, mangyaring makipag-ugnay sa **MOH maki-pagkapwa Disease Unit sa 488-2450**. Para sa karagdagang mga tip sa kung paano upang itigil ang pag-aanak ng mga lamok at maiwasan ang impeksyon, mangyaring makipag-ugnay sa **MOH Division ng Environmental Health, Vector Control at Prevention Program sa 488-6073 o 488-6345**.