



Paano ko maiiwasan ang pagkuha ng Hantavirus?

Protektahan Ang Iyong Sarili Sa Hantavirus



1 Kilalanin Ang Iyong Panganib

Ang mga taong nagtatrabaho, naglalaro, o nakatira malapit sa mga daga ay maaaring mas mataas ang panganib. Ang mga aktibidad na maaaring maglagay sa tao sa panganib ay ang:

- Pagpasok ng mga kubol, kabin, kamalig, o iba pang mga gusali kung saan nakatira ang mga ligaw na daga



- Paglilinis o pagtatrabaho sa isang kubol o kabin na isinara o tinarangkahan
- Pagwawalis o paggamit ng bentilador sa loob
- Paghawak ng buhay o patay na mga ligaw na daga
- Paglilinis ng ihi ng daga, mga dumi at mga pugad nang walang suot na respireytor

Mga Sintomas

Ang mga unang sintomas ay karaniwang namumuo ng 1-8 linggo pagkatapos ng pagkakalantad sa Hantavirus

- Malubhang sakit ng kalamnan
- Panginginig, lagnat pagkapagod
- Sakit ng ulo o pagkahilo
- Pagduduwal, pagsusuka, o sakit ng tiyan
- Paghihirap sa paghinga o pag-ubo



Kung sa tingin mo ay maaaring nakalantad ka sa Hantavirus, agad na makipag-ugnay sa iyong doktor.



2 Pigilan ang Hantavirus

- Buksan ang mga bintana at pintuan ng isang potensyal na kontaminadong silid nang hindi bababa sa 2 oras upang pahanginan bago maglinis
- Huwag mag-vacuum, magwalis o magpunas ng alikabok, sa halip ay dapat na:

Gumamit ng basang paraan ng paglilinis:

1. Magsuot ng latex o goma na guwantes, takip sa mukha na mask at proteksyon sa mata



2. Pagwilig ng mga kontaminadong bagay at mga ibabaw na may pangpaputi at solusyon ng tubig (1 1/2 tasa ng pagpapaputi sa 1 galon ng tubig). Hayaang magbabad sa loob ng 15 minuto.



3. Pagkatapos, ipunin ang basura sa isang plastik na bag. Banlawan ang mga guwantes sa solusyon ng pagpapaputi at itapon sa plastic na bag ng basura.



4. Itali ang bag ng basura at ilagay ito sa pangalawang bag ng basura. Talian ang pangalawang bag ng basura at itapon sa basurahan. Hugasan ang mga kamay gamit ang sabon at tubig.



3 Protektahan Ang Iyong Tahanan

Ang isa sa mga pinakamahasag na paraan ng pagpigil sa pagkalantad sa Hantavirus ay ang paghinto sa pagpasok ng mga daga sa tahanan o mga kabin

Kilalanin ang mga Palatandaan ng Aktibidad

- Buhay o patay na daga
- Mga pugad
- Mga dumi at mantsa ng ihi
- Mga butas at marka ng pagngatngat



Alisin ang Habitasyon at mga Pang-akit

- Agad na alisin ang hindi na kain na pagkain ng alagang hayop araw-araw
- Panatilihin na may mahigpit na takip ang basurahan at magtapon lingguhan
- Gupitin ang damo at mga palumpong sa loob ng 100 talampakan ang lapit sa mga gusali
- Itaas ang mga imbak na kahoy nang hindi bababa sa 1 talampakan mula sa lupa



Harangan ang mga Punto ng Pasukan

- Takpan ng caulk ang lahat ng mga butas na maaaring daanan ng daga (kasing-laki ng sentimo) o lumalapad na foam
- Ipa-ayos ng mga butas gamit ang 1/4 pulgada 18-22 kapal na mesh na alambre

Bitag

- ilagay ang mga bitag sa daga sa mga lugar kung saan ang mga daga ay pumapasok sa bahay
- Gumamit ng spring-load "snap" na mga bitag sa kahabaan ng mga baseboards



Ano ang hantavirus?

Ang Hantaviruses ay isang pangkat ng mga virus na dinadala ng ilang mga ligaw na daga. Ang ilang mga hantaviruses ay maaaring maging sanhi ng malubhang sakit sa бага (Hantavirus Pulmonary Syndrome) at kamatayan sa tao. Ang Hantavirus ay maaaring makahawa sa sinuman na nalantad sa ihi, laway o dumi ng mga nahawaang mga daga. Mga 35% ng mga taong nasuri na may Hantavirus sa California ay namatay.

Transmisyon

Ang impeksiyon ay nangyayari kapag ang mga mikroskopikong butil ng mga dumi o ihi ng daga ay lumilipad sa hangin o nasisinghot. Ito ay maaaring mangyari kapag nagwawalis ang dumi ng mga ligaw na daga.



Ang virus ay

hindi kumalat mula sa tao sa tao.



Ang Vector

Sa California, ang usang-daga (deer mouse) (*Peromyscus maniculatus*) ay ang pangunahing tagapagdala ng Hantavirus.

Ang mga usang-daga ay matatagpuan sa mga kanayunan o rural na lugar, tulad ng disyerto at bundok. Ang mga usang-daga na nahawaan ay mukhang normal at malusog. Ang mga dagang-bahay ay hindi nagdadala ng hantavirus.



PIGILAN ANG HANTAVIRUS

County ng San Diego



Programa ng Kontrol
ng Vector

Pigilan

...

Protektahan

...

Bawasan Ang Iyong
Panganib

Para sa karagdagang impormasyon
bisitahin kami online sa SDvector.com



COUNTY NG SAN DIEGO
Departamento ng Kapaligirang Kalusugan
at Kalidad

Programa ng Kontrol ng Vector

5570 Overland Avenue, Suite 102
San Diego, CA 92123
(858) 694-2888



Takip na Larawan at kortesiyang ID 1. Phil Myers, animaldiversity.org at
2. Whatiguana, Wikimedia Commons



Hantavirus

Iwasan • Protektahan



Usa
Daga



Californiang
Daga



COUNTY NG SAN DIEGO
Departamento ng Kapaligirang Kalusugan
at Kalidad

Programa ng Kontrol ng Vector

WWW.SDVECTOR.COM

WWW.SDVECTOR.COM

WWW.SDVECTOR.COM