PAUNAWA
UKOL SA INFLUENZA A (H1N1) VIRUS

Kamakailan lang ay may naiulat na mga kumpirmadong kaso ng mga taong nahawaan ng Infuenza A (H1N1) sa Mexico at iba pang mga bansa.

Ang Influenza A (H1N1) virus, na naunang natuklasan na kumakalat sa mga baboy, ay napatunayang lumalaganap na rin sa tao. Sa kasalukuyan, nagkaroon na ng seryosong paglaganap (outbreak) ng virus sa iilang bansa.

Ang sintomas ng Influenza A (H1N1) virus ay ang mga sumusunod:

- mistulang ordinaryong lagnat o trangkaso;
- panghihina;
- kawalan ng ganang kumain;
- pag-ubo;
- ang ibang nahawaan ng Influenza A (H1N1) virus ay maaaring makaranas ng:
  - baradong ilong;
  - namamagang lalamunan;
  - pagkahilo;
  - pagsusuka; at
  - pagtatae.

Ang Influenza A"H1N1 virus" ay maaaring kumalat sa pamamagitan ng paglaganap ng ordinaryong trangkaso, sa pag-ubo o pagbahing ng isang taong mayroong virus. Maaari ding makuha ito ng tao sa paghawak ng mga bagay na nabahidan ng virus karugtong ng paghawak o paghipo nito ng kanyang ilong o bibig.

Nararapat na ang taong mayroong sintomas ng trangkaso ay magsuot ng N95 mask at kumonsulta kaagad sa doktor. Kung ikaw ay nalantad sa mga may sakit o napadpad sa mga lugar na naapektuhan, nararapat na sabihin sa doktor ang mga detalye ng mga lugar na iyong napuntahan at mga tao kung kanino ka nakipag-ugnayan. Ang mga doktor sa kasalukuyan ay nagrereseta ng antiviral agents na maaaring makabawas sa paglala ng Influenza A (H1N1) virus.

Ang lahat ay pwedeng makaiwas sa Influenza A H1N1 virus sa pamamagitan ng mainam na paglilinis ng mga kamay kahit saan man kayo naroroon, o paggamit ng pamahid sa kamay na alcohol-based. Iwasan ang paghawak sa bibig, ilong at mga mata. Hugasan kaagad ang mga kamay ng sabon kung ito ay nabahiran ng sipon, laway o plema. Takpan ang ilong at bibig kung umuubo o bumabahing. Huwag dumura sa lugar na pampubliko. Gumamit ng tisyu kung may sipon at itapon ito sa basurahang may takip.

Iwasan ang pagbiyahe sa mga naapektuhang lugar. Kung hindi maiiwasan ang pagbibyahe, siguraduhing magsuot ng N95 mask at huwag dumikit sa mga taong naapektuhan. Kaagad na kumonsulta sa doktor sa iyong pagbabalik kung makaramdam ng sintomas ng trangkaso.