

Factsheet sa Tigdas

Kung ano ang tigdas

Ang impeksiyon ng tigdas ay sanhi ng isang virus, at napakadaling kumakalat sa pagitan ng mga tao. Kapag nagsimula ang mga sintomas, maaaring sumama kaagad ang pakiramdam ng mga tao. Pwede kang magkatigdas anuman ang edad mo, pero kadalasang maliliit na bata ang nagkakatigdas.

Kung paano kumakalat ang tigdas

Magkakatigdas ka sa pamamagitan ng malapit na pakikipag-ugnayan sa taong may tigdas. Pwedeng nasa hangin ito kapag sila ay umuubo o bumahing, o sa pamamagitan ng paghawak sa mga bagay na naubuhan o nabahingan. Mabilis kumalat ang tigdas sa mga sambahayan at sa iba pang lugar kung saan maraming tao.

Maaari kang maprotektahan mula sa pagkakahawa ng tigdas kung nakatanggap ka ng 2 dosis ng bakuna sa tigdas, beke at rubella (MMR), o kung nagkaroon ka na ng impeksiyon noon.

Maaaring ikalat ng isang taong may tigdas ang impeksiyon sa loob ng 4 na araw bago siya nagkapantal hanggang 4 na araw matapos siyang magkapantal.

Mga sintomas ng tigdas

Karaniwang lumalabas ang mga sintomas ng tigdas sa pagitan ng 10 at 12 araw pagkatapos makuha ang impeksiyon. Minsan ay tumatagal ng hanggang 21 araw bago lumitaw ang anumang sintomas.

Karaniwang nagsisimula ang tigdas sa mga sintomas na parang sipon. Kabilang sa unang mga sintomas ng tigdas ay:

- mataas na temperatura
- sipon o baradong ilong
- pagbahing
- ubo
- namumula, nananakit, nagluluhang mga mata

May maliliit na puting spot ang maaaring lumitaw sa loob ng mga pisngi at sa likod ng mga labi makalipas ang ilang araw. Karaniwang tumatagal ng ilang araw ang mga spot na ito.

Karaniwang lumilitaw ang pantal 2 hanggang 4 na araw pagkatapos ng mga sintomas ng sipon. Nagsisimula ang pantal sa mukha at sa likod ng tainga bago kumalat sa iba pang bahagi ng katawan.

Minsan, ang mga spot ng tigdas ay bumubukol. Ito ay magsasama para makabuo ng namamagang pantal. Karaniwang hindi ito makati.

Ang pantal ay mukhang kayumanggi o pula sa puting balat. Maaaring mas mahirap makita sa kayumanggi at itim na balat.

Gaano ka seryoso ang tigdas?

Mga 1 sa 15 may tigdas ang maaaring lubhang sumama ang pakiramdam. Ang maliliit na bata, buntis at may mahinang immune system ay mas malamang na lubhang magkasakit.

Maaaring kabilang sa mas malubhang komplikasyon ng tigdas ang:

- impeksyon sa tainga
- impeksyon sa baga (pneumonia)
- pagtatae
- dehydration
- kombulsyon (hindi karaniwan)

Ang impeksyon ng tigdas sa pagbubuntis ay maaaring magdulot ng pagkalaglag o maagang pagsilang ng bata.

Pag-iwas sa tigdas

Ang pagpapabakuna ng MMR ang pinakamabisang paraan para maiwasan ang tigdas.

Karaniwang ibinibigay ang bakuna sa mga bata sa dalawang dosis. Ibinibigay ang unang dosis sa mga batang 12 buwang gulang, at ang pangalawang dosis ay ibinibigay pagkatapos nilang maging 3 taon at 4 na buwang gulang.

Kung natukoy na nagkaroon ng ugnayan sa isang taong may tigdas ang iyong anak, kung minsan maaaring irekomenda ng ang iyong doktor na ibigay ang MMR na bakuna nang mas maaga kaysa sa mga nakatakdang dosis na ito. Kung ibinigay ang isang dosis sa isang sanggol na wala pang 12 buwan, kailangan pa ring ibigay ang karaniwang 2 dosis ng MMR sa karaniwang mga panahon (na may minimum na 1 buwang agwat sa pagitan ng anumang dosis).

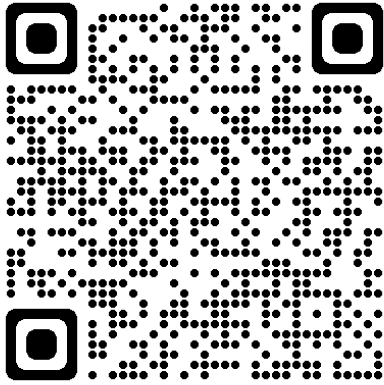
Kung ang isang tao ay may kulang na isang dosis ng bakuna o hindi siya sigurado kung siya ay nabakunahan na, maaaring ibigay ang bakuna sa anumang edad. Maaaring tingnan ng mga magulang at tagapag-alaga ang pulang aklat ng kanilang anak para sa talaan ng mga ito sa pagbabakuna.

Hindi dapat bakunahan ang mga buntis o may mahinang immune system. Kung sa tingin nila ay nagkaroon sila ng ugnayan sa isang taong may tigdas, dapat silang makipag-usap sa kanilang GP o midwife para sa karagdagang payo.

Para sa karagdagang impormasyon sa mga pagbabakuna sa MMR bisitahin ang:

<http://www.nhs.uk/conditions/vaccinations/mmr-vaccine>

O i-scan ang QR code:



Paglayo sa ibang tao kung masama ang pakiramdam mo at may tigdas ka

Ang nagkatigdas ay maaaring magkalat ng impeksiyon sa loob ng 4 na araw bago sila magkaroon ng pantal. Kapag siya ay nagkaroon ng pantal, maaari pa rin nilang maikalat ang impeksiyon sa loob ng isa pang 4 na araw.

Kung sinabihan ka ng isang propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan na maaaring may tigdas ka, dapat kang lumayo sa pangangalaga ng bata, paaralan o trabaho nang hindi bababa sa 4 na araw mula nang unang lumitaw ang iyong pantal. Maaari kang bumalik sa iyong mga normal na aktibidad pagkatapos ng 4 na araw kung maayos na ang pakiramdam mo at mababa na ang temperatura mo.

Paggamot sa mga taong may tigdas

Karaniwang magsisimulang gumaling ang tigdas sa loob ng mga isang linggo.

Makakatulong ang pagpapahinga at pag-inom ng maraming likido, tulad ng tubig, upang maiwasan ang dehydration.

Minsan, ang tigdas ay magdudulot ng iba pang sakit. Pwede kang bigyan ng antibiotic para gamutin ito.

Kung sinabihan ka ng isang propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan na maaaring may tigdas ka at sa tingin niya ay nagkakaroon ito ng mas malubhang epekto sa kalusugan mo o ng iyong anak, dapat kang makipag-ugnayan sa iyong GP.

Available ang higit pang impormasyon sa tigdas sa:

<http://www.nhs.uk/conditions/measles>

O i-scan ang QR code:

