



ACCÉSSS

Alliance des Communautés Culturelles pour
l'Égalité dans la Santé et les Services Sociaux

Mga Impeksiyon ng Pneumococci — Ano ang Dapat Kong Malaman?

Ang mga impeksiyon ng pneumococci ay dulot ng isang bakterya na tinatawag na *Streptococcus pneumoniae*, na kilala rin bilang pneumococcus. Ang mga impeksiyong ito ay maaaring magdulot ng iba't ibang sakit: pneumonia, otitis, meningitis, sepsis, at iba pang impeksiyon ng mga itaas na daanan ng hangin.

Narito ang mga bagay na kailangan mong malaman tungkol sa mga impeksiyon ng pneumococcus at kung paano protektahan ang iyong sarili:

Pagpapakalat: Ang mga impeksiyon ng pneumococcus ay karaniwang kumakalat sa pamamagitan ng mga patak na lumalabas kapag ang isang tao ay umuubo o bumabahin. Ang pneumococcus ay maaari ding matagpuan sa lalamunan ng isang malusog na tao nang hindi nagdulot ng sakit, ngunit maaari itong maipasa sa ibang tao.

Sintomas: Ang mga sintomas ng mga impeksiyon ng pneumococcus ay nag-iiba depende sa uri ng impeksiyon. Ang mga karaniwang sintomas ay kinabibilangan ng lagnat, ubo, hirap sa paghinga, paninigas ng leeg (kung may meningitis), pagkalito, malubhang sakit ng ulo, at mga pantal.

Mga Grupong Nanganganib: Ang ilang mga tao ay mas mataas ang panganib na magkaroon ng mga impeksiyon ng pneumococcus, kabilang ang mga sanggol, matatanda, mga naninigarilyo, mga taong may mga malalang sakit sa baga at cardiovascular, mga taong may mahina ang immune system, at mga walang gumaganang spleen.

Paggamot: Ang mga impeksiyon ng pneumococcus ay maaaring gamutin gamit ang antibiotics, ngunit mahalaga na kumonsulta sa isang doktor agad kapag lumitaw ang mga sintomas para sa maagang diagnosis at paggamot.

Ano ang Maaari Kong Gawin upang Maiwasan ang Impeksiyon?

Ang pagbabakuna ay ang pangunahing hakbang sa pag-iwas sa mga impeksiyon ng pneumococcus. Ang mga bakuna laban sa pneumococcus ay inirerekomenda para sa mga sanggol, bata, matatanda, at mga nakatatanda, lalo na sa mga nasa mataas na panganib. Kumonsulta sa iyong doktor o parmasyutiko upang malaman kung aling bakuna ang pinaka-angkop para sa iyo.

Ang regular na paghuhugas ng kamay at pag-iwas sa paghawak sa mukha ay maaari ring magpababa ng panganib ng pagkakaroon at pagpapakalat ng mga impeksiyon sa daanan ng hangin, kabilang ang mga impeksiyon ng pneumococcus.

Bukod dito, mahalaga na iwasan ang malapit na pakikisalamuha sa mga may sakit at takpan ang iyong bibig at ilong kapag ikaw ay umuubo o bumabahin.

Sa kabuuan, upang maprotektahan ang iyong sarili mula sa mga impeksiyon ng pneumococcus, tiyakin na panatilihin ang magandang kalinisan, iwasan ang pakikisalamuha sa mga may sakit, sundin ang mga rekomendasyon para sa pagbabakuna, at kumonsulta sa doktor kung ikaw ay may sintomas.