



ACCÉSSS

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

Ang tigdas ay isang sakit na dulot ng isang virus at ito ay napaka nakakahawa. Kadalasan, ang mga bata ang tinatamaan nito, ngunit maaari rin itong makaapekto sa mga buntis na kababaihan at mga taong may mahina na immune system.

Paano kumakalat ang tigdas?

Ang tigdas ay madaling kumalat sa pamamagitan ng mga patak ng laway kapag ang isang taong nahawahan ay umuubo o bumabahing. Maaari ring kumalat ang virus sa pamamagitan ng paghawak sa mga nahawaang ibabaw, at pagkatapos ay paghawak sa bibig, ilong, o mata. Ang isang buntis na nahawahan ay maaaring ipasa ang virus sa kanyang sanggol bago ang kapanganakan. Ang virus na ito ay napaka nakakahawa: isang taong nahawahan ay maaaring magpalipat nito sa 18 pang ibang tao sa kanyang paligid.

Ano ang mga palatandaan?

Ang pangunahing mga palatandaan ng tigdas ay mataas na lagnat (higit sa 38°C-100.4 °F), tuyong ubo, sipon, pulang mata na may luha, at labis na pagkapagod. Dalawang katangi-tanging palatandaan ng tigdas ay ang mga pulang batik na una sa mukha bago kumalat sa iba pang bahagi ng katawan, at maliliit na puting tuldok sa loob ng bibig. Para sa isang buntis, ang pagkakaroon ng tigdas ay maaaring magdulot ng malubhang komplikasyon para sa kanya at sa hinaharap na sanggol.

Sino ang mga taong nasa panganib?

Ang ilang mga tao ay mas mataas ang panganib para sa malubhang komplikasyon na may kaugnayan sa tigdas, tulad ng mga bata na wala pang 5 taong gulang na hindi nabakunahan, mga taong may mahina na immune system, at mga buntis na kababaihan.

Paano maiwasan ang tigdas?

Ang pinakamahasag na pag-iwas sa tigdas ay ang pagbabakuna. Ang bakunang ito ay karaniwang ibinibigay sa mga bata mula sa kanilang unang taon ng buhay, kasabay ng mga bakuna laban sa mumps at rubella. Maaaring mabakunahan din ang mga adult na hindi nabakunahan. Kung ang isang tao ay nahawahan, mahalaga na ihiwalay siya upang maiwasan ang pagkalat ng virus at tiyaking siya ay umiinom ng sapat na tubig. Ang pagpapanatili ng magandang kalinisan, tulad ng madalas na paghuhugas ng kamay, paglilinis ng mga ibabaw, at pag-iwas sa pagbabahagi ng mga bagay, ay tumutulong din sa pag-iwas sa pagkalat.