



Public Health
Agency

WASH

SARAMPU

Sintomas no tratamentu

Sarampu ne'e mak moras tanba virus no hada'et duni ne'ebé bele halo la konfortu tebtebes no dalaruma kauza ba komplikasaun grave sira. Vasinasaun sarampu, kaxumba no rubéola (MMR) ne'e mak efikas duni ba proteje ema sira husi kona sarampu (no mós ba kaxumba no rubéola).

Kualkér ema bele kona sarampu ne'e sé sira seidauk simu vasina ka sira seidauk kona sarampu ne'e, maski buat ne'e dalaruma kona ba labarik nurak sira.

Infesaun ne'e baibain lakon iha loron 7 to'o 10.



Sintomas sarampu

Sintomas sarampu komesa dezenvolve pelomenus iha loron 10, maibe bele lalais liutan hanesan loron 7 ka naruk liutan hanesan to'o loron 21, depois Ita kona infesaun ne'e. Sira ne'e bele inklui:

- sintomas hanesan gripe, hanesan inus metin, fani no mear;
- moras, matan mean ne'ebé bele sai sensitivu ba luz;
- isin ho temperatura aas (isin-manas), ho temperatura bele to'o 40°C (104°F);
- hena mutin kulabu kiikoan iha parte laran husi hasan.

Depois loron hirak liuba, kulit ho kór mean hanesan iritasaun sei mosu. Ida ne'e baibain sei inisiu komesa husi ulun ka kakorok leten, molok divulga ba parte isin seluk.

Bainhira ba konsulta ba Ita nia GP

Ita tenke kontaktu kedas Ita nia GP sekuandu Ita ka Ita nia oan kona sarampu.

Ita tenke telefone molok Ita ba konsulta tanba Ita nia GP sirurjia karik tenke prepara buat ruma atu redus risku infesaun ne'e da'et ba ema sira seluk

Sarampu ne'e grave ka lae?

Sarampu ne'e kauza husi virus mak bele daet no nia sei hamosu kulit iritasaun no isin-manas. Ida ne'e mós bele sai grave.

Sarampu bele halo la konfortavel, maibe baibain nia sei passa maisoumenus iha loron 7 to'o 10 sein kauza problema liutan. Labarik ida mak kona sarampu sei tenke toba iha kama leten to'o loron lima no karik bele la ba eskola to'o loron sanulu. Adultu sira provalmente sei moras iha tempu kleur liutan.

Maibe, ida ne'e bele sai grave ho komplikasaun mak potensial ba ameasa vida ba ema hirak. Iha labarik ida husi kada labarik nain 15 ho sarampu ne'ebé sei dezenvolve ba komplikasaun grave liutan. Sira ne'e inklui infesaun ba tilun no hirus matan, konvulsaun, diarreia, ensefalite (infesaun ba kakutak), no defeitu ba kakutak. Sarampu bele oho.

Kuandu Ita kona ona sarampu, Ita nia isin sei dezenvolve resistensia (imunidade) ba virus ne'e no possibilidade boot ita sei la kona fali.



Oinsá COVID-19 ne'e bele da'et?

Virus sarampu kontein iha miliaun turuk kiikoan mak sai husi inus no ibun kuandu ema ida mak kona infesaun ona ne'e mear ka fani.

Ita bele kona sarampu lalais ho dada iis ba turuk sira ne'e, sekuandu turuk sira ne'e monu ona ba sasaan ruma nia leten, depois kaer fali parte leten sasaan ne'e no tau Ita nia liman besik Ita nia inus ka ibun. Virus ne'e bele sobrevive iha oras hirak nia laran.

Ema sira mak kona sarampu ne'e bele hada'et desde husi sintomas sira dezenvolve ona to'o loron hat depoisde kulit primeiru mak mean hanesan iritasaun ne'e mosu ona.

Oinsá bele prevene sarampu ne'e?

Sarampu ne'e bele prevene ho simu vasina sarampu, kaxumba no rubéola (MMR).

Vasina ne'e sei fó ho doze rua nu'udar parte husi programa vasinasaun labarik nian.

Doze primeiru sei fó depois Ita nia oan tinan ida ona no doze segundu sei fó iha idade tinan 3 no fulan 4, molok Ita nia oan komesa tama ba eskola.

Adultu sira no labarik sira ho tinan boot bele simu vasina ne'e iha kualkér idade sé sira seidauk simu vasinasaun ne'e tomak. Husu ba Ita nia GP kona-ba vasinasaun ne'e.

Tratamentu ba sarampu

La iha tratamentu spesifiku ba sarampu, maibe kondisaun ne'e baibain sei aumenta diak iha loron 7 to'o 10. Ita nia GP sei sujere ba Ita atu deskansa iha uma to'o Ita sente di'ak ona.

Hadook an husi fatin servisu ka eskola menus liu durante loron hat kuandu kulit mean tanba sarampu ne'e mosu ona, hodi redus hada'et infesaun ne'e.

Ita mós tenke evita halo kontaktu ho ema sira ne'ebé vulnerável ba infesaun ne'e, hanesan labarik nurak sira, inan isin-rua no ema sira ho sistema imunidade fraku hela.

Halakon sintomas

Sé sintomas sarampu ne'e halo Ita sente la konfortu ka ba Ita nia oan, iha buat balun Ita bele halo atu kuida sira ne'e kuandu Ita hein ba Ita nia isin luta ho virus ida ne'e.

Kontrola isin manas no halakon moras

Parasetamol ka ibuprofen bele uza atu redus isin ho temperatura aas (isin-manas) no halakon moras ka sente siin sa'ida deit bainhira Ita-nia oan sente la konfortu.

Parasetamol xarope bele uza ba labarik nurak sira. Keta fó aspirin ba labarik tinan 16 ba kraik.

Ko'alia ho Ita nia farmasitiku sé Ita la hatene ai-moruk ida ne'ebé mak di'ak ba Ita nia oan.

Hemu bee barak

Sé Ita nia oan isin manas, asegura sira hemu bee barak tanba sira iha risku kona dehidrasaun.

Mantein hidatadu mós bele ajuda redus sente la konfortu iha kakorok tanba mear.





Kuida matan moras

Ita bele hamós neineik foer kiikoan iha Ita nia oan sira nia kakusan ka fulun matan ho uza kabas mak hoban ona iha bee laran.

Taka kurtina ka loke ahi kiikoan bele ajuda kuandu lampada halo oan sira nia matan sente moras.

Kuisa sintomas hanesan gripe

Kuandu Ita-nia oan iha sintoman hanesan gripe, hanesan inus metin ka mear, iha buat balun mak Ita bele halo atu ajuda oan sira sente konfortavel. Por ezemplu, Ita bele tau toalla bokon iha radiadór manas atu halo ár sai bokon, ne'ebé ida ne'e bele hakalma Ita-nia oan mak mear.

Hemu bee manas, liuliu ba bee mak kontein ho limaun ka bani-been, bele mós ajuda halo relaksa dalan ár nian, haknabeen muku, no halakon mear. Labele fó bani-been ba bebe fulan 12 ba kraik.

Tau-matan ba sintomas husi moras sériu

Sé Ita ka Ita-nia oan kona sarampu, Ita tenke tau-matan ba sintomas sa'ida deit husi komplikasaun sériu ne'ebé dalaruma bele dezenvolve. Sintomas husi problema sériu liutan, inklui:

- iis badak;
- moras los iha hirus-matan ne'ebé aumenta aat durante dada iis;
- mear raan;
- sente dukur;
- konfuzaan;
- ataka (konvulsaun).

Ba unidade emergjensia nian ka kontaktu 999 atu bolu ambulânsia kuandu Ita ka Ita-nia oan hetan ona sintomas sira ne'e.





Public Health Agency

Public Health Agency

12-22 Linenhall Street, Belfast BT2 8BS.

Tel: 0300 555 0114 (local rate).

www.publichealth.hscni.net

www.nidirect.gov.uk

Find us on:



YouTube

Publikasaun ida ne'e adapta ona husi informasaun orijinalmente dezenvolve husi Ajênsia Seguransa ba Saúde iha Reinu Unidu no uza baze ba Open Government License v 3.0

Ba informasaun liutan, kontaktu Ita-nia GP sirurjia loka ka hare ba: www.nhs.uk/mmr