Edwin M Lee
Mayor

San Francisco Department of Public Health
Barbara A Garcia, MPA
Director of Health
Tomás J. Aragón, MD, DrPH
Health Officer

**Communicable Disease Control & Prevention** **sfdph.org/cdcp** **Tel (415) 554-2830 Fax (415) 554-2848**

# Madalas na mga Tinatanong tungkol sa Impeksyon ng Shigella (Shigollosis) [Shigella Infection (Shigellosis) Frequently Asked Questions]

**Ano ang impeksyon ng Shigella (Shigellosis)?**
Ang impeksyon ng Shigella (Shigellosis) ay labis na nakakahawang pagtatae na sanhi ng Shigella bacteria.

**Sino ang maaaring makakuha nito?**
Sinuman ay maaaring makakuha ng Shigellosis. Kabilang sa mga tao na may mas mataas na panganib para makakuha ng impeksyon ng Shigella:

- Mga tao na naninirahan sa siksikan na mga kondisyon, lalo na kung kulang sila sa paggamit ng mga pasilidad sa tubig (washing facilities)
- Mga lalaki na nakikipagtalik sa kapwa lalaki
- Mga bata na nasa mga lugar ng pangangalagang pambata
- Mga tao na naglalakbay sa umuunlad na mga bansa

**Ano ang mga sintoma ng impeksyon ng Shigella?**
Ang pangunahing sintoma ay pagtatae na may kasamang tubig, dugo, o pareho. Madalas nakakaranas ng lagnat, sakit ng tiyan, at pagduwal. Hindi karaniwan ang pagsusuka.

Nagkakasakit ang mga tao ng 12 hanggang 96 oras pagkaraang pumasok sa katawan ang Shigella bacteria, at ang mga sintoma ay karaniwang nagtatagal ng 4 hanggang 7 araw. Kung minsan ang Shigellosis ay nagiging sanhi ng mga kombulsyon, impeksyon sa dugo (bloodstream infection), o arthritis. Sa ilang mga tao, lalo na ang mga bata, nakatatanda, o immunocompromised na mga tao, maaaring mangyari ang matinding pagtatae at nagiging sanhi ng pagkatuyo na maaaring mangailangan ng pagkapasok sa ospital.

**Paano kumakalat ang impeksyon ng Shigella?**
Ang Shigella ay labis na nakakahawa at madaling kumakalat. Ang mga tao na may impeksyon ay may Shigella bacteria sa kanilang tae (feces/stool) habang sila ay maysakit at hanggang isang linggo o higit pa pagkatapos. Kumakalat ang impeksyon kapag ang tae mula sa isang tao ay nakakapasok sa bibig ng isa pang tao. Ang dami ng nahawang tae (infected feces) na kailangan para ilipat ang sakit ay napakaliit at maaaring hindi makita ng mata lamang. Mga halimbawa:

- Sa hindi alam na pagkababad sa nahawang tae o mga bagay na may nahawang tae sa mga ito
    - Paggamit ng maruming mga kasangkapan, tasa at iba pang mga pinggan
    - Pagbahagi ng personal na mga gamit sa nahawang tao, gaya ng mga sigarilyo at pipa
- Sa seksuwal na kontak
    - Sa pamamagitan ng kontak ng bibig sa puwit (tinatawag kung minsan na rimming)

  - Sa pamamagitan ng pagkakaroon ng tae (feces) sa inyong mga daliri at pagkatapos ay mahipo nito ang inyong bibig
  - Sa pamamagitan ng paglalagay ng kontaminadong mga bagay tulad ng mga sex toy sa inyong bibig
- Mula sa kontaminadong pagkain o tubig
  - Kapag mahina ang sanitasyon at kalinisan
  - Sa umuunlad na mga bansang walang sapat na paggamot sa tubig na iniinom
  - Sa mga lugar ng libangan gaya ng mga lawa, pool, at mga water park play fountain

**Paano maiiwasan ang impeksyon ng Shigella**?

Hugasan ang mga kamay nang madalas gamit ang sabon at tubig, lalo na pagkatapos gumamit ng banyo at bago kumain, uminom, o manigarilyo. Kung wala kayong sabon at tubig, gumamit ng alcohol-based hand sanitizer na may alcohol na hindi bababa sa 60%. Para malinis na mabuti ang inyong mga kamay:

- **Basain** ang inyong mga kamay ng malinis, tumutulong tubig (mainit-init o malamig), isara ang gripo, at magsabon.
- **Pabulain** ang inyong mga kamay sa pamamagitan ng pagkuskos nito kasama ng sabon. Tiyakin na pabulain sa mga likod ng inyong mga kamay, sa pagitan ng inyong mga daliri, at sa ilalim ng inyong mga kuko.
- **Kuskusing mabuti** ang inyong mga kamay ng 20 segundo (ang haba ng panahon na kantahin ang "Happy Birthday" nang dalawang beses)
- **Banlawang** mabuti ang inyong mga kamay na nakasahod sa malinis, tumutulong tubig.
- **Patuyuin** ang inyong mga kamay sa pamamagitan ng malinis na tuwalya o pahanginan (air dry) ang mga ito.

Alamin ang mga paraan kung paano ang maliliit na mga butil na iyon ng tae (feces) ay maaaring pumasok sa inyong bibig, gaya ng pagkagat sa inyong mga kuko, o pagbabahagi ng mga tasa, bote, kasangkapan, plato, o iba pang kagamitan sa bahay.

Sa oras ng seksuwal na kontak, iwasan ang direktang kontak sa pagitan ng bibig at puwit (rimming). Gumamit ng dam, pambalot na plastik, o cut-open condom kung hindi ninyo maaaring iwasan ang bibig sa puwit na kontak. Kaagad pagkatapos ng sex, hugasang mabuti ang mga kamay at iba pang mga parte ng katawan o mga mga bagay na maaaring nakahawak sa tae.

**Ano ang ilan pang mahahalagang mga hakbang upang maiwasan ang impeksyon ng Shigella?**

- Ang mga bata ay dapat masubaybayan kapag naghuhugas ng mga kamay sa mga day care center at bahay.
- Ang mga bata na nagtatae ay dapat huwag papasukin sa day care hanggang mawala ang impeksyon.

Gayon din, tandaan na ang mga tao na may Shigellosis na nagtatrabaho sa paghahanda ng pagkain, pangangalaga ng mga pasyente o nakatatanda ay pinagbabawalang magtrabaho sa mga gawaing ito ng California Code of Regulations (Title 17, Section 2502) hanggang nagpamalas sila sa Health Department na wala na silang impeksyon.

**Kailan ako dapat humingi ng pagpapayong medikal?**
Kontakin ang inyong tagapagkaloob ng pangangalagang pangkalusugan kung nakakaranas kayo ng alinman sa sumusunod: matinding pagtatae o lusaw na tae, mga pulikat/sakit ng tiyan, o lagnat.

**Ano ang paggamot para sa impeksyon ng Shigella?**
Karamihan sa may impeksyon ng Shigella ay gumagaling pagkaraan ng ilang araw nang walang anumang medikal na paggamot. Kung kayo ay nagtatae, uminom ng maraming fluid para maiwasan ang pagkatuyo.

Kung nagsagawa ang inyong doktor ng stool test at nalaman na mayroon kayong Shigella, may posibilidad na gagamutin kayo ng antibiotics upang tulungan kayong mas mabilis na gumaling, at maiwasan ninyo ang pagkakalat ng impeksyon sa ibang tao.

**Para sa higit na impormasyon tungkol sa impeksyon ng Shigella, kontakin:**
Ang Communicable Disease Control Unit ng San Francisco Department of Public Health, www.sfcdcp.org o tawagan kami sa (415) 554-2830, Lunes – Biyernes, 8 am hanggang 5pm, maliban sa mga pista opisyal.

3/4/2015