

Pencegahan Rubela (Campak Jerman)

(Bahasa Indonesia version)

Pag-Iwas ng Rubella (Tigdas-Hangin)

(Tagalog version)

วิธีการป้องกันโรคหัด (หัดเยอรมัน)

(Thai version)

Prevention of Rubella (German Measles)



- Menerima vaksin yang mengandung rubela
Tumanggap ng bakuna na naglalaman ng rubella.

รับวัคซีนเชื้อหัดเยอรมัน

Receive rubella-containing vaccine

- Di bawah Program Imunisasi Masa Kanak-kanak Hong Kong, anak-anak akan menerima dua dosis vaksin Rubella

Sa ilalim ng Programa ng Pagbabakuna sa Pagkabata sa Hong Kong, ang mga bata ay tumatanggap ng dalawang dosis na kurso ng pagbabakuna laban sa tigdas-hangin

ภายใต้ โครงการฉีดวัคซีนในวัยเด็กของฮ่องกง เด็ก ๆ จะได้รับวัคซีนป้องกันโรคหัดเยอรมันสองครั้ง

Under the Hong Kong Childhood Immunisation Programme, children receive a two-dose course of rubella vaccination

- Wanita berusia subur yang belum diimunisasi perlu memeriksakan status imunitasnya sebelum merencanakan kehamilan dan mendapatkan vaksin rubella jika perlu

Dapat suriin ng mga kababaihan na nasa edad na ng panganganak na hindi nabakunahan ang estado ng kanilang resistensya bago magplanong magbuntis at tumanggap ng bakuna na may rubella kung kinakailangan

สตรีในวัยเจริญพันธุ์ที่ยังไม่ได้รับวัคซีน ควรตรวจสอบสถานะของภูมิคุ้มกันก่อนการวางแผนตั้งครรภ์

และเข้ารับวัคซีนที่เกี่ยวข้องกับหัดเยอรมัน หากมีความจำเป็น

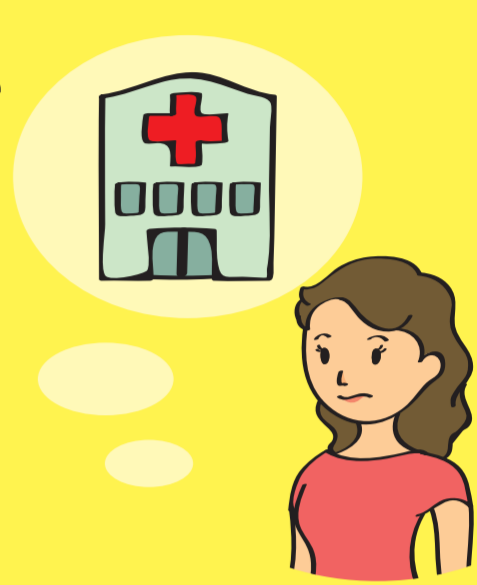
Women of childbearing age who are not immunised should check their immune status before planning for pregnancy and receive rubella-containing vaccine if necessary

- Memakan waktu sekitar dua minggu setelah vaksinasi dilakukan untuk mengembangkan kekebalan terhadap rubela.

Aabot ng dalawang linggo pagkatapos ng pagbabakuna para sa pagpapaunlad ng kaligtasan laban sa rubella.

ใช้เวลาประมาณ สองสัปดาห์ หลังจากได้รับวัคซีน ภูมิคุ้มกันจึงจะพัฒนาจนสามารถต่อต้านเชื้อหัดเยอรมันได้

Takes about two weeks after vaccination for development of immunity against rubella



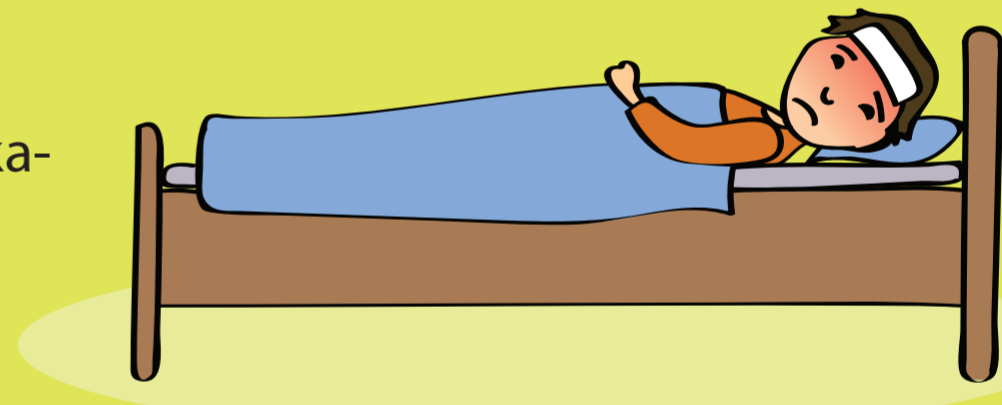
- Sebaiknya tinggal di rumah selama 7 hari sejak munculnya ruam dan hindari kontak dengan wanita hamil dan wanita yang sedang mempersiapkan kehamilan.

Kailangang manatili sa bahay ng 7 araw mula sa paglitaw ng pantal at maiwasan ang pakikipag-ugnay sa mga buntis na kababaihan at mga kababaihan na naghahanda para sa pagbubuntis.

ควรพักผ่อนอยู่บ้านเป็นเวลา 7 วัน หากมีอาการผื่นคันขึ้นตามตัว

และหลีกเลี่ยงการสัมผัสกับหญิงตั้งครรภ์ และหญิงที่อยู่ในวัยเจริญพันธุ์

Should stay at home for 7 days from the appearance of rash and avoid contact with pregnant women and women preparing for pregnancy



- Jaga kebersihan tangan.

Panatilihing malinis ang mga kamay.

ล้างมือให้สะอาด

Keep hands clean

- Tutupi hidung dan mulut dengan tisu saat bersin atau batuk.

Protektahan ang ilong at bibig gamit ang tissue paper kapag bumabahin o umuubo.

ปิดจมูกและปากด้วยกระดาษทิชชูเมื่อมีอาการจามหรือไอ

Cover nose and mouth with tissue paper when sneezing or coughing

- Bersihkan dan disinfeksi benda-benda yang sering disentuh seperti mebel dan mainan.

Linisin at disimpektahin ang madalas na hinawakan na mga bagay tulad ng mga kasangkapan at mga laruan.

ล้างและฆ่าเชื้อวัสดุที่ถูกสัมผัสอยู่บ่อยๆ เช่น เฟอร์นิเจอร์ และ ของเล่น

Clean and disinfect frequently touched objects such as furniture and toys

- Konsultasikan dengan dokter segera jika mengalami gejala rubela.

Kumonsulta agad sa mga doktor kung may mga sintomas ng rubella

เข้าพบแพทย์ทันทีหากอาการโรคหัดเยอรมันกำเริบ

Consult doctors promptly if develop symptoms of rubella



衛生防護中心
Centre for Health Protection



衛生防護中心網站
Centre for Health Protection Website

www.chp.gov.hk



衛生防護中心 Facebook 專頁
Centre for Health Protection Facebook Fanpage

fb.com/CentreforHealthProtection



衛生署
Department of Health

衛生署二十四小時健康教育熱線
24-Hour Health Education Hotline of the Department of Health

2833 0111