Infeksi Virus Zika

(Bahasa Indonesia Version)

การติดเชื้อไวรัสซิกา

(Thai Version)

Impersyon ng Zika Virus

(Tagalog Version)

衞生防護中心網站 www.chp.gov.hk

Centre for Health Protection website www.chp.gov.hk

Untuk informasi kesehatan lebih lanjut, silakan Kunjungi situs web Pusat Perlindungan Kesehatan www.chp.gov.hk

สำหรับข้อมูลสุขภาพเพิ่มเติมโปรด ไปที่เว็บไซต์ www.chp.gov.hk ของศูนย์คุ้มครองสุขภาพ

Para sa karagdagang impormasyon sa kalusugan, mangyaring Bisitahin ang Website ng Proteksyon ng Sentro para sa Kalusugan www.chp.gov.hk

版本日期：二零二四年一月三日
Version date : 3 January 2024

衞生防護中心
Centre for Health Protection

衞生署
Department of Health

Infeksi Virus Zika

Agen penyebab
Infeksi virus Zika adalah penyakit yang ditularkan oleh nyamuk dan disebabkan oleh virus Zika.

Fitur klinis
Sebagian besar orang yang terinfeksi virus Zika tidak menunjukkan gejala. Untuk pasien yang menunjukkan gejala, umumnya mereka mengalami ruam kulit, demam, konjungtivitis, nyeri otot atau sendi, malaise dan sakit kepala. Gejala-gejala ini umumnya ringan dan biasanya berlangsung selama 2 - 7 hari.

Infeksi virus Zika selama kehamilan merupakan penyebab mikrosefali dan mal formasi bawaan lainnya pada bayi. Mal formasi bawaan dapat terjadi setelah infeksi yang menunjukkan gejala atau infeksi yang tidak menunjukkan gejala. Infeksi Zika selama kehamilan juga dapat menyebabkan komplikasi seperti keguguran, janin meninggal di dalam kandungan, dan kelahiran prematur. Infeksi virus Zika juga dapat menyebabkan sindrom Guillain-Barré, neuropati, dan mielitis.

Cara penularan
Virus Zika terutama ditularkan ke manusia melalui gigitan nyamuk *Aedes* yang terinfeksi. *Aedes aegypti*, yang saat ini tidak ditemukan di Hong Kong, dianggap sebagai vektor yang paling penting Spesies nyamuk *Aedes* lainnya seperti *Aedes albopictus*, yang umum ditemukan di Hong Kong, juga dianggap sebagai potensi vektor.
Virus Zika juga dapat ditularkan dari ibu ke janin selama kehamilan, serta melalui kontak seksual, transfusi darah dan produk darah, dan mungkin melalui transplantasi organ.

Masa inkubasi
Masa inkubasi infeksi virus Zika bervariasi antara 3-14 hari.

Pengelolaan
Tidak ada pengobatan spesifik untuk infeksi virus Zika. Meredakan gejala dan mencegah dehidrasi adalah pengobatan andalan. Jika gejala bertambah parah, pasien harus mencari perawatan medis dansaran dokter.

Pencegahan
Saat ini, belum ada vaksin efektif untuk infeksi virus Zika. Tindakan pencegahan terbaik adalah menghindari gigitan nyamuk dan mencegah perkembangbiakan nyamuk. Masyarakat juga disarankan untuk mengambil tindakan pencegahan untuk menghindari penularan virus Zika secara seksual.

Pencegahan gigitan nyamuk
1. Kenakan atasan lengan panjang dan celana panjang longgar dan berwarna terang.
2. Serta gunakan obat pengusir serangga yang mengandung DEET pada bagian tubuh dan pakaian yang terbuka.
   - Wanita hamil dan anak-anak berusia 6 bulan atau lebih dapat menggunakan obat nyamuk yang mengandung DEET.
3. Lakukan tindakan pencegahan tambahan saat melakukan aktivitas luar ruangan:
   - Hindari menggunakan kosmetik atau produk perawatan kulit berpewangi
   - Gunakan kembali obat nyamuk sesuai petunjuk

Pencegahan penyebaran nyamuk
1. Cegah akumulasi air tergenang
   - Ganti air dalam vas seminggu sekali
   - Hindari menggunakan piringan di bawah pot bunga
   - Tutup wadah penyimpan air dengan rapat
   - Pastikan wadah tetesan air AC bebas dari air tergenang
   - Letakkan semua kaleng dan botol bekas dalam tong sampah berpenutup

2. Kendalikan vektor dan potensi penyakit
   - Simpan makanan dan buang sampah dengan benar

Untuk informasi lebih lanjut mengenai pengendalian dan pencegahan pembiakan nyamuk, silahkan kunjungi situs web Departemen Higienitas Makanan dan Lingkungan (FEDH) di **http://www.fehd.gov.hk/english/pestcontrol/handbook_prev_mos_breeding.html**

Saran untuk pelancong
1. Ambil langkah-langkah untuk menghindari gigitan nyamuk. Untuk anak-anak yang melakukan perjalanan ke negara-negara atau daerah di mana penyakit yang ditularkan oleh nyamuk bersifat endemik atau epidemi dan di mana paparan mungkin terjadi, anak-anak yang berusia 2 bulan atau lebih dapat menggunakan pengusir serangga yang mengandung DEET dengan konsentrasi DEET hingga 30%. Untuk rincian tentang penggunaan pengusir serangga dan poin-poin penting yang harus diperhatikan, silakan lihat **'Tips untuk Menggunakan Pengusir Serangga'(https://www.chp.gov.hk/files/pdf/tips_for_using_insect_repellents_bahasa_indonesia.pdf)**.
2. Jika Anda akan pergi ke **daerah dengan transmisi virus Zika yang aktif (https://www.chp.gov.hk/en/features/43209.html)**, terutama jika Anda memiliki gangguan kekebalan atau penyakit kronis yang parah, atau jika Anda berencana untuk hamil atau pasangan seksual laki-laki Anda, sebaiknya atur konsultasi dengan seorang dokter setidaknya 6 minggu sebelum perjalanan, dan ambil langkah-langkah pencegahan tambahan untuk menghindari gigitan nyamuk.
3. Jika Anda melakukan perjalanan di daerah pedesaan dengan transmisi virus Zika yang aktif, bawalah jaring tidur portabel dan oleskan permethrin (insektisida) padanya. Permethrin sebaiknya TIDAK dioleskan ke kulit. Segera cari perhatian medis jika merasa tidak sehat.
4. Para pelancong yang kembali dari daerah-daerah dengan transmisi aktif sebaiknya menggunakan pengusir serangga setidaknya selama 21 hari setelah tiba di Hong Kong. Jika merasa tidak sehat, misalnya mengalami demam, segera cari nasihat medis dan berikan rincian perjalanan kepada dokter.

Pencegahan penularan seksual
1. Semua pelancong sebaiknya mempraktikkan seks aman (termasuk penggunaan kondom yang benar dan konsisten) atau menahan diri dari aktivitas seksual selama melakukan perjalanan ke daerah-daerah dengan transmisi aktif.
2. Pria dan wanita yang kembali dari daerah-daerah dengan transmisi aktif sebaiknya mempraktikkan seks aman atau menahan diri dari aktivitas seksual selama setidaknya 3 bulan dan 2 bulan berturut-turut setelah kembali.

Nasihat untuk wanita hamil:
1. Wanita hamil harus mewaspadai risiko penularan jika bepergian ke daerah dengan penularan aktif.
2. Wanita hamil dianjurkan untuk menggunakan pengusir serangga yang mengandung DEET selama melakukan perjalanan ke daerah dengan transmisi aktif.
3. Pasangan seksual dari wanita hamil yang tinggal di daerah dengan transmisi aktif atau yang kembali dari daerah tersebut sebaiknya mempraktikkan seks aman atau menahan diri dari aktivitas seksual selama seluruh masa kehamilan.
4. Wanita hamil yang kembali dari daerah dengan transmisi aktif dianjurkan untuk:
   - Hadiri pemeriksaan antenatal secara teratur dan informasikan kepada dokter yang merawat tentang riwayat perjalanan baru-baru ini.
   - Amati gejala infeksi virus Zika dan segera cari nasihat medis jika merasa tidak sehat;
   - Oleskan pengusir serangga setidaknya selama 21 hari setelah tiba di Hong Kong.

3 Januari 2024 (3 January 2024)

การติดเชื้อไวรัสซิกา

สาเหตุที่ก่อให้เกิดโรค
การติดเชื้อไวรัสซิกา เป็นโรคที่เกิดจากวงจรการแพร่เชื้อไวรัสที่ติดต่อจากยุงซึ่งทำให้เกิดไวรัสซิกา

ลักษณะ และอาการของโรค
คนส่วนใหญ่ที่ติดเชื้อไวรัสซิกาจะไม่แสดงอาการ . สำหรับผู้ป่วยที่มีอาการ มักมีอาการผื่นที่ผิวหนัง มีไข้ ตาแดง อักเสบ ปวดกล้ามเนื้อหรือข้อ ไม่สบายตัว และปวดศีรษะ อาการเหล่านี้มักไม่รุนแรงและมักเป็นเป็นเวลา 2-7 วัน

การติดเชื้อไวรัสซิก้าระหว่างการตั้งครรภ์เป็นสาเหตุของการเกิดโรคหัวเล็กและผิดปกติกับลูกในทารก การเกิดความผิดปกติแต่กำเนิดสามารถเกิดขึ้นหลังจากการติดเชื้อที่มีอาการและไม่มีอาการตามมาได้ทั้งคู่ การติดเชื้อซิก้าระหว่างการตั้งครรภ์ยังสามารถเป็นสาเหตุของปัญหาเช่นการสูญเสียทารกในครรภ์ การเสียชีวิตขณะเกิดและการคลอดก่อนกำหนดเวลาได้เช่นกัน

การติดเชื้อไวรัสซิก้ายังสามารถเป็นสาเหตุของภาวะกัยแรงบาร์เร์ ภาวะประสาทอักเสบ และภาวะประสาทกระเสียว ได้ด้วย

วิธีการแพร่กระจาย
ไวรัสซิกาส่วนใหญ่แพร่กระจายไปสู่คนผ่านการกัดของยุงลายที่ติดเชื้อ *ยุงลาย ยุงไซ้เหลือง* ซึ่งปัจจุบันถือว่าไม่พบพาหะที่สามารถแพร่เชื้อไวรัสโรคซิกาไปสู่คนได้ใน *ยุงลาย* สายพันธุ์อื่น ๆ เช่น *ยุงลาย อัลโบพิคทัส* ที่พบได้ทั่วไปในฮ่องกงนั้นถือว่าเป็นพาหะที่มีศักยภาพในการ แพร่เชื้อด้วยเช่นกัน
ไวรัสซิกายังสามารถแพร่เชื้อจากมารดาสู่ทารกในครรภ์ได้ในระหว่างตั้งครรภ์ รวมทั้งผ่านการติดต่อทางเพศ การถ่ายเลือดและผลิตภัณฑ์จากเลือด และอาจผ่านการปลูกถ่ายอวัยวะ

ระยะฟักตัว
ระยะฟักตัวของการติดเชื้อไวรัสซิกาอยู่ระหว่าง 3 – 14 วัน

การจัดการ
ไม่มียารักษาโรคเฉพาะสำหรับการติดเชื้อไวรัสซิกา การรักษาอาการและป้องกันการขาดน้ำเป็นส่วนสำคัญของการรักษา หากมีอาการแย่ลง ผู้ป่วยควรเข้ารับการรักษาทางการแพทย์ และขอคำแนะนำ

การป้องกัน
ในปัจจุบันยังไม่มีวัคซีนที่มีประสิทธิภาพในการรักษาการติดเชื้อไวรัสซิกา ในการป้องกันการติดเชื้อไวรัสซิกา ประชาชนควรป้องกันตนเองจากการถูกยุงกัด และช่วยป้องกันการแพร่พันธุ์ของยุง ประชาชนยังควรระมัดระวังต่อการแพร่เชื้อทางการมีเพศสัมพันธ์ของไวรัสซิกาด้วย

ป้องกันยุงกัด
1. สวมใส่เสื้อผ้าหลวม ๆ มีสีสว่าง เสื้อแขนยาว และกางเกงขายาว
2. ใช้ยาไล่แมลงที่มี DEET กับส่วนที่สัมผัสของร่างกายและเสื้อผ้า
   - หญิงตั้งครรภ์และเด็กอายุ 6 เดือนขึ้นไปสามารถใช้สารไล่ยุงที่มีสาร DEET ได้ครับ
3. ใช้มาตรการป้องกันเพิ่มเติมเมื่อทำกิจกรรมนอกอาคาร:
   - หลีกเลี่ยงการใช้เครื่อสำอางที่มีกลิ่นหอม หรือผลิตภัณฑ์ดูแลผิว
   - ทาสารป้องกันยุงอีกครั้งตามคำแนะนำ

ป้องกันการแพร่กระจายของยุงลาย
1. ป้องกันการสะสมของน้ำนิ่ง
   - เปลี่ยนน้ำในแจกันสัปดาห์ละครั้ง
   - หลีกเลี่ยงการใช้จานรองใต้กระถางดอกไม้
   - ปิดฝาภาชนะบรรจุน้ำให้แน่น
   - ตรวจสอบให้แน่ใจว่าถาดรองน้ำหยดของเครื่องปรับอากาศไม่มีน้ำนิ่ง
   - ใส่กระป๋องและขวดที่ใช้แล้วทั้งหมดลงในถังขยะที่มีฝาปิด

2. ควบคุมพาหะและแหล่งสะสมของโรค
   - เก็บอาหารและกำจัดขยะอย่างเหมาะสม

สำหรับข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับการควบคุมและป้องกันการเพาะพันธุ์ยุง โปรดเยี่ยมชมเว็บไซต์ของแผนกสุขอนามัยด้านอาหารและสิ่งแวดล้อม (FEHD) ที่
http://www.fehd.gov.hk/english/pestcontrol/handbook_prev_mos_breeding.html

คำแนะนำสำหรับนักเดินทาง
1. รับมาตรการเพื่อหลีกเลี่ยงการถูกกัดยุง สำหรับเด็กที่เดินทางไปยังประเทศหรือพื้นที่ที่มีโรคที่มีการแพร่ระบาดผ่านยุงหรือเป็นระบาดอยู่ และเมื่อมีโอกาสถูกกัดยุง เด็กอายุ 2 เดือนขึ้นไปสามารถใช้สารไล่ยุงที่มี DEET ที่มีความเข้มข้น DEET สูงสุด 30% ได้ครับ. สำหรับรายละเอียดเกี่ยวกับการใช้ยากันแมลงและประเด็นสำคัญที่ต้องปฏิบัติโปรดดูที่ **"คำแนะนำ ในการใช้ไล่แมลง" (https://www.chp.gov.hk/files/pdf/tips_for_using_insect_repellents_thai.pdf)**
2. หากคุณกำลังเดินทางไปยัง**พื้นที่ที่มีการระบาดของไวรัสซิกา (https://www.chp.gov.hk/en/features/43209.html)**และเฉพาะสำหรับบุคคลที่มีภูมิคุ้มกันน้อยหรือเจ็บป่วยเรื้อรังรุนแรง หรือหญิงที่วางแผนจะตั้งครรภ์หรือพร่ำน้ำชายของพวกเขา ควรจัดการรับปรึกษากับแพทย์อย่างน้อย 6 สัปดาห์ก่อนการเดินทาง และมีมาตรการป้องกันเพิ่มเติมเพื่อหลีกเลี่ยงการถูกกัดยุง.
3. หากคุณกำลังเดินทางในพื้นที่ชนบทที่มีการระบาดของไวรัสซิกา ควรพกมอสกี้เน็ตพกพาและใช้สารเคมีที่มีส่วนผสมของเพอร์เมทริน ทาไปบนเน็ตเพื่อป้องกันยุงได้ครับ. เรื่องของเพอร์เมทรินไม่ควรทาบนผิวหนัง หากรู้สึกไม่สบายควรพบแพทย์โดยเร็ว
4. นักเดินทางที่กลับมาจากพื้นที่ที่มีการระบาดแบบพิสุจน์ควรใช้สารไล่ยุงอย่างน้อย 21 วันหลังจากมาถึงฮ่องกง หากรู้สึกไม่สบาย เช่น มีไข้ ควรรีบปรึกษาหาคำปรึกษาทางการแพทย์และให้ข้อมูลเกี่ยวกับการเดินทางให้แพทย์ทราบโดยเร็ว

การป้องกันการแพร่เชื้อทางเพศ
1. นักเดินทางทุกคนควรปฏิบัติเพศที่ปลอดภัย (รวมถึงการใช้ถุงยางอย่างถูกต้องและสม่ำเสมอ) หรืองดกิจกรรมทางเพศในระหว่างการเดินทางไปยังพื้นที่ที่มีการระบาดแบบพิสุจน์
2. นักเดินทางชายและหญิงที่กลับมาจากพื้นที่ที่มีการระบาดแบบพิสุจน์ควรปฏิบัติเพศที่ปลอดภัยหรืองดกิจกรรมทางเพศอย่างน้อย 3 เดือนสำหรับชายและ 2 เดือนสำหรับหญิงหลังกลับมาครับ.

คำแนะนำสำหรับสตรีมีครรภ์
1. สตรีมีครรภ์ควรใส่ใจความเสี่ยงในการติดเชื้ออย่างใกล้ชิดหากเดินทางไปยังพื้นที่ที่มีการแพร่เชื้อ
2. คำแนะนำให้หญิงตั้งครรภ์ใช้สารไล่ยุงที่มี DEET ระหว่างการเดินทางไปยังพื้นที่ที่มีการระบาดของโรคเป็นอย่างดีครับ.
3. คู่รักทางเพศของหญิงตั้งครรภ์ที่อาศัยอยู่ในพื้นที่ที่มีการระบาดแบบพิสุจน์หรือกลับมาจากพื้นที่นั้นควรปฏิบัติเพศที่ปลอดภัยหรืองดกิจกรรมทางเพศตลอดระยะเวลาการตั้งครรภ์ครับ.
4. หญิงตั้งครรภ์ที่กลับมาจากพื้นที่ที่มีการระบาดแบบพิสุจน์ควรปฏิบัติตามคำแนะนำต่อไปนี้:
   - เข้ารับการตรวจครรภ์โดยเป็นประจำและแจ้งให้แพทย์ที่ดูแลรู้เกี่ยวกับประวัติการเดินทางล่าสุดของคุณครับ.
   - ตรวจสอบอาการของการติดเชื้อไวรัสซิกาและหากรู้สึกไม่สบายควรพบแพทย์โดยเร็วที่สุดครับ
   - ใช้สารไล่ยุงอย่างน้อย 21 วันหลังจากมาถึงฮ่องกงครับ

3 มกราคม 2024 (3 January 2024)

Impersyon ng Zika Virus

Mikrobyong Sanhi ng sakit
Ang impeksyon sa Zika virus ay isang sakit na dala ng lamok na sanhi ng Zika virus.

Mga klinikal na katangian
Karamihan sa mga taong nahawaan ng Zika virus ay walang sintomas. Para sa mga pasyenteng may mga sintomas, kadalasang nagkakaroon sila ng pantal sa balat, lagnat, conjunctivitis, pananakit ng kalamnan o kasukasuan at pananakit ng ulo. Ang mga sintomas na ito ay karaniwang banayad at karaniwang tumatagal ng 2 – 7 araw.
Ang impeksyon ng Zika virus sa panahon ng pagbubuntis ay sanhi ng microcephaly at iba pang congenital malformations sa sanggol. Maaaring mangyari ang mga congenital malformations kasunod ng parehong sintomas at asymptomatic na impeksyon. Ang impeksyon sa Zika sa pagbubuntis ay maaari ding magdulot ng mga komplikasyon tulad ng pagkawala ng fetus, panganganak ng patay at preterm na kapanganakan.
Ang impeksyon sa Zika virus ay maaari ding maging sanhi ng Guillain-Barré syndrome, neuropathy at myelitis.

Paraan ng Pagkahawa
Ang Zika virus ay pangunahing naikakalat sa tao sa pamamagitan ng kagat ng nahawaang lamok na *Aedes*. Ang *Aedes aegypti*, na kasalukuyang hindi matatagpuan sa Hong Kong, ay itinuturing na pinakamahalagang transmiter. Ang ibang mga uri ng lamok na *Aedes* tulad ng *Aedes albopictus* na karaniwang matatagpuan sa Hong Kong ay itinuturing na posibleng mga tagapagpakalat.
Ang Zika virus ay maaaring maipasa mula sa ina patungo sa sanggol sa loob ng tiyan, pati na rin sa pamamagitan ng pakikipagtalik, pag-a-transfuse ng dugo at mga produkto ng dugo, at posibleng sa pamamagitan ng transplantasyon ng organo.

Panahon ng Inkubasyon
Ang panahon ng inkubasyon sa Zika virus ay umaabot sa 3 - 14 araw.

Pamamahala
Walang tiyak na paggamot sa impeksyon ng Zika virus. Ang pangunahing layunin ng paggamot ay ang pagbibigay ginhawa sa mga sintomas at pag-iwas sa dehydration. Kapag ang mga sintomas ay lumalala, ang mga pasyente ay dapat humingi ng medikal na pangangalaga at payo.

Pag-iwas
Sa kasalukuyan, walang epektibong bakuna laban sa impeksyon ng Zika virus. Ang pinakamahusay na paraan ng pag-iwas ay upang maiwasan ang mga kagat ng lamok at pagpigil sa pagdami ng mga lamok. Ang publiko ay pinapayuhan din na magsagawa ng pag-iingat upang mapigilan ang sekswal na pagkalat ng Zika virus.

Pag-iwas sa kagat ng lamok
1. Magsuot ng maluwag, may mapupusyaw na kulay, at may mahabang manggas na pang-itaas at pantalon
2. Gumamit ng pantaboy ng insekto na naglalaman ng DEET sa nakalantad na mga bahagi ng katawan at damit.
   - Ang mga babaeng buntis at mga bata na 6 buwang gulang o mas matanda ay maaaring gumamit ng insect repellent na naglalaman ng DEET.
3. Gumawa ng karagdagang mga hakbang sa pag-iwas kapag nakikisali sa mga gawaing panlabas:
   - Iwasan ang paggamit ng mababangong mga pampaganda o mga produkto para sa pangangalaga sa balat
   - Maglagay muli ang mga pantaboy ng insekto ayon sa mga tagubilin

Pag-iwas sa pagdami ng lamok
1. Pigilan ang akumulasyon ng stagnant na tubig
   - Palitan ang tubig sa mga plorera minsan sa isang linggo
   - Iwasang gumamit ng mga platito sa ilalim ng mga palayok ng bulaklak
   - Takpan nang mahigpit ang mga lalagyan ng tubig
   - Tiyakin na ang mga air-conditioner drip tray ay walang stagnant na tubig

   - Ilagay ang lahat ng ginamit na lata at bote sa mga nakatakip na basurahan
2. Kontrolin ang mga vectors at reservoir ng mga sakit
   - Mag-imbak ng pagkain at magtapon ng basura nang maayos

Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa pagkontrol at pag-iwas sa pag-aanak ng lamok, mangyaring bisitahin ang website ng Food and Environmental Hygiene Department (FEHD) sa **http://www.fehd.gov.hk/english/pestcontrol/handbook_prev_mos_breeding.html**

Payo para sa mga traveller
1. Mag-ingat para hindi mangagat ng lamok. Para sa mga bata na naglalakbay sa mga bansa o lugar kung saan karaniwang nagkakaroon ng mga sakit na dala ng lamok at malamang na magkaruon ng eksposur, ang mga bata na may edad na 2 buwan pataas ay maaaring gumamit ng insect repellents na naglalaman ng DEET na may konsentrasyon ng DEET hanggang 30%. Para sa mga detalye tungkol sa paggamit ng mga insect repellent at ang mga mahahalagang aspeto na dapat tandaan, mangyaring tingnan ang **'Mga Tips para sa Paggamit ng Mga Insect Repellent' (https://www.chp.gov.hk/files/pdf/tips_for_using_insect_repellents_tagalog.pdf).**

2. Kung pupunta sa mga **lugar na may aktibong pagkalat ng Zika virus (https://www.chp.gov.hk/en/features/43209.html)**, lalo na para sa mga taong may mga immune disorder o malubhang kronikong sakit, at mga babaeng plano nang magkaanak o ang kanilang mga lalaking kasosyo sa pakikipagtalik, mag-ayos ng konsultasyon sa isang doktor nang hindi bababa sa 6 linggo bago ang biyahe, at magkaruon ng karagdagang preventive measures para iwasan ang mga kagat ng lamok.

3. Kung maglalakbay sa mga rural na lugar na may aktibong pagkalat ng Zika virus, magdala ng isang portable na kulambo at mag-apply ng permethrin (isang insektisidyo) dito. Ang permethrin ay HINDI dapat i-apply sa balat. Maagap na maghanap ng tulong medikal kung pakiramdam na hindi maganda.

4. Ang mga biyahero na bumabalik mula sa mga lugar na may aktibong pagkalat ay dapat mag-apply ng insect repellent sa loob ng hindi bababa sa 21 araw matapos dumating sa Hong Kong. Kung nararamdaman ang hindi magandang kalagayan tulad ng lagnat, agad na kumonsulta sa doktor at ibigay ang mga detalye ng paglalakbay sa doktor.

Pangangalaga laban sa seksuwal na pagkalat
1. Ang lahat ng mga biyahero ay dapat magpraktis ng ligtas na pakikipagtalik (kasama ang tamang at tuloy-tuloy na paggamit ng condom) o iwasan ang pakikipagtalik habang naglalakbay sa mga lugar na may aktibong pagkalat.
2. Ang mga lalaki at babae na naglalakbay at bumabalik mula sa mga lugar na may aktibong pagkalat ay dapat magpraktis ng ligtas na pakikipagtalik o iwasan ang pakikipagtalik ng hindi bababa sa 3 buwan para sa mga lalaki at 2 buwan para sa mga babae pagkatapos nilang bumalik.

Payo para sa mga buntis na kababaihan
1. Dapat bigyang-pansin ng mga buntis na babae ang panganib ng impeksyon kung maglalakbay sila sa mga lugar na may aktibong transmission.
2. Inirerekomenda na gamitin ng mga babaeng buntis ang insect repellent na naglalaman ng DEET habang naglalakbay sa mga lugar na may aktibong pagkalat.
3. Ang mga seksuwal na kasosyo ng mga babaeng buntis na nakatira sa mga lugar na may aktibong pagkalat o bumalik mula sa mga ganitong lugar ay dapat mag-practice ng ligtas na pakikipagtalik o iwasan ang pakikipagtalik sa buong panahon ng pagbubuntis.
4. Ang mga babaeng buntis na bumalik mula sa mga lugar na may aktibong pagkalat ay inirerekomenda na:
   - Regular na dumalo sa mga prenatal na pagsusuri at ipaalam sa doktor na nagsasagawa ng pagsusuri tungkol sa kamakailang kasaysayan ng paglalakbay;
   - Mag-ingat para sa mga sintomas ng impeksiyon ng Zika virus at maghanap ng medikal na payo agad kung nararamdaman ang hindi magandang kalagayan;
   - Mag-apply ng insect repellent sa loob ng hindi bababa sa 21 araw matapos dumating sa Hong Kong.

3 Enero 2024