

# ADAPTASYON AVÈK MALADI PA SEZON

December 12, 2022 1:30 PM HAITIAN

Enfeksyon **COVID, grip** ak **RSV** yo ap pwopaje. Mezi nou te toujou ap pran pandan pandemi an se toujou pi bon pwoteksyon kont maladi sa yo.

## Preveni maladi chak jou

- Rete lakay ou lè ou malad. Evite rete bò kote moun ki malad.
- Siveye sentòm yo, espesyalman si ou te bò kote moun ki malad.
- Lave men souvan.
- Netwaye epi dezenfekte sifas moun touche anpil yo, tankou manch pòt, telefòn, ak remòt televizyon.
- Fè tès si ou genyen sentòm COVID-19 yo.
- Pran yon vaksen kont grip chak ane, epi pran vaksen ak boustè COVID-19 yo jan sa yo rekòmande a.



## Pandan sezon maladi respiratwa

Lòt aksyon ki ka ede kenbe timoun yo nan lekòl, anpeche rate travay oswa rasanbleman yo, epi asire bon fonksyònman lopital nou yo:

- Mete yon mask andedan kay oswa nan foul moun.
- Retade vizit ak moun ki genyen plis risk pou fè maladi grav yo, oswa ajoute plis pwoteksyon tankou mask ak distans fizik lè ou bò kote yo.
- Òganize rasanbleman anplennè yo ak mwens moun.
- Louvri fenèt ak pòt yo pou amelyore vantilasyon an.



	COVID	GRIP	RSV
Pwopaje byen fasil nan lè	✓		
Pwopaje atravè ti gout flèm ki soti nan nen oswa nan bouch yon lòt moun	✓	✓	✓
Ka viv sou sifas ki di ak sifas mou yo epi pwopaje lè ou touche sifas sa yo		✓	✓
Yon vaksen disponib	✓	✓	
Ka genyen plis risk pou fanm ansent, granmoun aje, ak moun ki gen sistèm iminitè ki afibli	✓	✓	✓
Ka genyen plis risk pou tibebe ak timoun		✓	✓

## Si ou genyen plis risk pou trape COVID-19 ki grav, grip, oswa RSV

Rete an kontak ak founisè ou an. Si ou pa gen yon founisè, rele 211 pou èd pou ka jwenn youn. Founisè ou an kapab rekòmande pou ou mete yon mask oswa pou pran lòt prekosyon. Si ou vin malad, yo ka ede w decide si ou dwe fè tès oswa pran tretman.

**Gade lòt kote a pou konnen sa pou fè si ou vin malad.**

## Si ou vin malad

Pifò moun retabli de maladi respiratwa sa yo pou kont yo. Rete lakay ou epi fè bagay ou abitye fè yo pou santi w pi byen: dòmi, repoze w, bwè anpil likid.

## Rele 911 si ou menm oswa timoun ou an genyen sentòm grav sa yo:

- Difikilte pou respire
- Doulè oswa presyon nan pwatrin oswa nan vant
- Pa kapab bwè oswa kenbe likid nan vant ou
- Nouvo konfizyon oswa enkapasite pou reveye
- Po bouch oswa figi yon jan ble oswa gri

## Si ou malad, men ou dwe bò kote lòt moun

- Mete yon mask ki byen kouvri nen ou ak bouch ou.
- Lave men ou souvan, sitou aprè ou fin mouche nen w.
- Kouvri bouch ou lè w ap touse avèk yon klinèks oswa avèk manch rad ou.
- Kenbe yon ti distans lwen lòt moun si ou kapab.
- Amelyore vantilasyon sal la bò kote lòt moun yo, pa egzanzp louvri yon fenèt.



## Kilè ou ka rete bò kote lòt moun?

An jeneral moun yo retounen nan travay, lekòl, ak nan lòt aktivite yo lè:

- Yo pa genyen lafyèv pandan omwen 24 èdtan san itilizasyon medikaman ki redwi lafyèv yo, **epi**
- Sentòm yo definitivman amelyore, **epi**
- Y ap manje epi bwè byen, **epi**
- Nen larim ak tous yo a vin lejè ase ke yo kapab patisipe nan aktivite yo epi kite men yo pwòp.

**Panse pou mete yon mask bò kote lòt moun jiskaske nen larim ak tous ou an ale.**