Pagbibigay Proteksyon sa Mga Tagapag-alaga ng Kalusugan o Manggagawang Panlipunan mula sa Pana-Panahong Trangkaso (Seasonal Influenza o Flu)

Ano ang pana-panahong trangkaso?

Ang pana-panahong trangkaso ay nagaganap taun-taon, kadalasan ay tuwing taglamig (winter). Tinatawag ng mga tao minsan ang isang matinding sipon na trangkaso, ngunit ang pagkakaroon ng trangkaso ay mas malala kaysa sa sipon. Ang trangkaso ay isang lubhang nakakahawang sakit na sanhi ng isang virus. Kabilang sa mga sintomas ang lagnat, panginginig, sakit ng ulo, kumikirot na kalamnan, ubo at sakit ng lalamunan – at dahil ang trangkaso ay isang virus, hindi nakakatulong ang antibiotics. Ang pagbabakuna ay handang makuha upang makatulong na protektahan ang mga taong mas nanganganib.

Kahit na nagkaroon na ng trangkaso ang mga tao o nabakunahan na noong isang taon, hindi sila mapoprotektahan ngayong taon dahil ang mga virus ay parating nagbabago-bago, at ang mga bagong bakuna ay nililikha taun-taon upang maging kasing-pareho sa mga bagong strain.

Sino ang pinaka-nanganganib mula sa trangkaso?

Kahit na sino ay maaaring magka-trangkaso ngunit ito ay mas malubha para sa mga mas nakakatanda at mga taong may ilang mga kondisyong medikal, lalo na ang ilang mga sakit sa puso at respiratoryo at diabetes. Ang trangkaso ay maaaring magtungo sa mga komplikasyon tulad ng bronchitis at pneumonia na maaaring kailanganin ang paggagamot sa ospital at maaaring nakakamatay para sa mga taong may sakit na.

Bakit dapat gawing *immune* ang mga tagapag-alaga ng kalusugan at manggagagawang panlipunan?

Ang mga tagapag-alaga ng kalusugan (health care) at manggagawang panlipunan (social workers) ay may mas mataas na panganib na mahawahan, at ang pagbabakuna ay maaaring makabawas sa pagkalat ng trangkaso sa mga kapaligiran ng pag-aalaga ng kalusugan at pag-aalagang panlipunan. Ito ay nakakatulong na:

- mabigyang proteksyon ang mga madaling mahawahan na pasyente at gumagamit ng serbisyo, kabilang na ang mga mayroon nang sakit, o mayroong mahinang resistensya laban sa sakit (immunity) o hindi maayos ang pagtanggap ng katawan sa kanilang pagpapabakuna;
- mabigyang proteksyon ang ibang mga tauhan na nag-aalaga ng kalusugan at panlipunan; at
- tiyakin na ang mga serbisyo ng pag-aalaga ng kalusugan at lipunan at mabisa at mahusay sa pamamagitan ng pagbabawas ng pagpapaliban ng mga tauhan dulot ng sakit ng trangkaso.

Sino ang dapat na magkaroon ng bakuna?

Lahat ng mga kawani ng pag-aalaga ng kalusugan at lipunan na direktang kasali sa pag-aalaga ng pasyente sa:

- general practice kabilang na ang mga propesyon hinggil sa ngipin (dental);
- mga ospital ng NHS;
- mga pribadong ospital; at
- mga tahanan na bahay-aruga.

Mga halimbawa ng mga kawani na direktang kasali sa pag-aalaga ng pasyente:

- mga nagtatrabaho sa klinika, mga kumadrona (midwife) at nars;
- mga paramedic at drayber ng ambulansya;
- mga occupational therapist, physiotherapist at radiographer;
- mga pangunahing tagabigay-serbisyo sa pag-aalaga ng serbisyo (primary health care providers) tulad ng mga GP, mga dentista, nag-aalagang nars, nars ng distrito at mga health visitor;
- mga kawani sa bahay-kalinga (nursing at care home) na nagbabantay at nag-aalaga sa mga matatanda;
- mga kawani sa pag-aalagang panlipunan na kasali sa direktang pag-aalaga ng pasyente; at
- mga estudyante at trainee sa mga nasabing sangay ng pag-aaral at mga volunteer na nagtatrabaho kasama ang mga pasyente.

Hindi kabilang dito ang mga tao na hindi direktang nakikisalimuha sa pag-aalaga ng pasyente. Gayunman, sa ilang mga pagkakataon, ang isang employer ay maaari pa ring maghandog ng bakuna sa mga nasabing kawani.

Ano ang bakuna laban sa trangkaso?

Ang bakuna laban sa trangkaso ay naglalaman ng sangkap mula sa dalawang uri ng influenza A na virus at isang uri ng influenza B na virus. Ang bakuna ay nagbibigay proteksyon para sa isang taon lamang dahil ang mga virus ng trangkaso ay patuloy na nagbabago. Ang mga bagong pagbabakuna ay ibinibigay taun-taon upang magkaloob ng pinakamainam na proteksyon.

Ligtas ba ang bakuna?

Ang bakuna laban sa pana-panahong trangkaso ay ginagamit sa buong mundo at mayroong napakahusay na ulat ng pagiging ligtas. Ang mga ito ay ginagawa upang magin kasing-pareho sa mga virus na inaasahang kumalat sa panahon ng taglamig (winter).

Ang ilan ay maaaring makaranas ng bahagyang pagtaas ng temperatura at pagkikirot ng mga kalamnan ng ilang araw makalipas makuha ito, at maaring sumakit ng bahagya ang kanilang braso kung saan sila naturukan. Ang ibang mga reaksyon ay lubusang madalang at ang mga propesyonal sa kalusugan na nagbibigay ng bakuna ay sanay kung paano gamitin ang mga ito.

Maaari bang magdulot ng trangkaso ang bakuna laban sa trangkaso?

Hindi. Ang bakuna ay walang nilalaman na buhay na virus (live virus), kung kaya’t hindi ito magdudulot ng trangkaso. Ang ilan ay maaaring makaranas ng bahagyang tila-trangkaso na sintomas nang hanggang 48 oras dahil kumikilos ang kanilang immune system sa bakuna, ngunit hindi ito trangkaso.

Kailan dapat isagawa ang bakuna laban sa trangkaso?

Mas maagang magpabakuna ang mga tao ay mas maaga silang magkakaroon ng proteksyon. Mahalagang ibigay ang bakuna bago magsimula ang pagkalat ng trangkaso bawat taon, at ang mga bakuna ay karaniwang handang makuha mula sa umpisa ng Oktubre. Iyong mga karapat-dapat para sa pagpapabakuna ay kinakailangang magtanong sa kanilang mga employer tungkol sa pagpapabakuna laban sa trangkaso sa lalong madaling panahon.

Gaano kabisa ang bakuna?

Ang mga bakuna laban sa trangkaso ay mabisa ngunit maraming iba't ibang uri ng virus ng trangkaso at ang bakuna ay magbibigay proteksyon lamang laban sa mga pinakakaraniwang virus. At ang bakuna ay hindi magbibigay proteksyon laban sa mga ubo at sipon.

Ang ibang mga virus ay kumakalat tuwing taglamig at habang nagdudulot ang mga ito ng tila-trangkaso na sintomas, ang mga ito ay kadalasang hindi kasing lubha ng trangkaso.

Ang karamihan na nabakunahan ay hindi magkakaroon ng trangkaso. Gayunpaman, tulad ng kahit na anong uri ng bakuna, ito ay hindi nagbibigay ng 100 porsiyentong proteksyon. Mula sa bawat 100 katao na nagpabakuna, 70 hanggang 80 porsiyento ang mapoprotektahan, at ang iba ay maaaring makakuha ng mas bahagyang mga sintomas.

Paano gumagana ang bakuna?

Halos isang linggo hanggang 10 araw makalipas na mabakunahan, ang inyong katawan ay gumagawa ng mga antibodies ayon sa mga virus ng bakuna. Ang mga antibodies na ito ay tumutulong na protektahan kayo laban sa kahit na anong katulad na virus ng trangkaso kung sakaling kayo ay mahawahan ng mga ito.

Ang proteksyon ay tatagal ng halos isang taon.

Mayroon bang hindi maaaring kumuha ng bakuna laban sa trangkaso?

Karamihan sa mga tao ay maaaring magpabakuna ngunit hindi sila dapat magpabakuna kung sila ay nagkaroon ng:

- isang reaksyon sa anaphylactic (isang malubhang reaksyon ng allergy na kinakailangan ng maagap na medikal na paggagamot) dati; o
- isang malubhang allergy sa itlog ng manok.

Ang mga pangkalusugang propesyonal na nagbibigay ng bakuna ay makakasagot sa aking mga katanungan.

Maaari bang ibigay ang bakuna sa mga buntis?

Oo. Ang bakuna laban sa trangkaso ay itinuturing na ligtas para sa mga nagdadalang-tao. Kahit na doon sa nasa panganib lamang sanhi ng trabaho, ito ay karaniwang iniiwasan sa unang trimester ng pagbubuntis. Ang sakit ng trangkaso ay maaaring magdulot ng mas mataas na posibilidad na panganib sa panahon ng pagbubuntis, kung kaya't ang mga babaeng may kondisyong medikal na nalalagay sa mas mataas na panganib, ay kailangan pa ring magpabakuna laban sa trangkaso kung sila ay buntis.

Saan maaaring makuha ng mga tagapag-alaga ng kalusugan at manggagawang panlipunan ang bakuna?

Dapat silang makipag-ugnayan sa kanilang departamento para sa kalusugang may kaugnayan sa uri ng trabaho (occupational health) para sa karagdagang impormasyon. Para sa mga nagtatrabaho sa pangunahing pag-aalaga o pag-aalagang panlipunan ay nararapat na makipag-ugnayan sa nagpapatrabaho sa kanila.

Isang paalala sa mga employer

Ang bawat employer ay may obligasyon na pangalagaan ang kanilang mga pasyente/residente sa isang ligtas na kapaligiran. Sa pamamagitan ng pagbibigay sa mga kawani na kasali sa direktang pag-aalaga ng bakuna laban sa trangkaso, ang employer ay nakakatugon sa pananagutan na iyon. At, maaari nitong maiwasan o mabawasan ang mga komplikasyon sa mga pasyente/residente na magpapabigat sa pinagkukunan ng tulong ng mga kawani.

Maaaring makatulong na matiyak ng mga nagpapatrabaho sa mga kawani na ang mga bakuna ay madaling makamit. Dapat din isaalang-alang ang mga posibleng kalalabasan o resulta sa mga kawani na tinanggihan ang pagpapabakuna.

Paano naman ang swine flu na kumakalat ngayon?

Ang swine flue ay isang lubos na bagong virus na kung saan kakaunting mga tao ang mayroong depensa na hindi mahawahan. Maaari itong maganap kahit na anong panahon ng taon, maaaring maka-apekto sa mas maraming mga tao kaysa sa pana-panahong trangkaso, at maaaring mas malala. Ang bakuna laban sa pana-panahong trangkaso ay hindi nagbibigay proteksyon sa inyo laban sa swine flu.

Ang bakuna laban sa swine flu ay unang ihahandog doon sa marahil na mas nangangailangan nito. Isang nakahiwalay na impormasyon ang ipagkakaloob tungkol sa bakuna at programa ng pagpapabakuna.

Saan makukuha ang polyeto

Ang bilingual na polyetong ito ay handang makuha lamang sa Welsh Assembly Government immunisation na website sa:

www.wales.gov.uk/immunisation

at sa mga sumusunod na wika:

Arabic	Lingala
Bengali	Polish
Bulgarian	Portuguese
Chinese	Punjabi
Czech	Russian
Farsi	Somali
French	Espanyol
Gujarati	Swahili
Hindi	Tagalog
Kurdish (Sorani)	Urdu (Naskh)
Vietnamese	

Ang kahit na anong mga katanungan tungkol sa polyetong ito ay maaaring ipatungo sa:

Health Protection Division
Welsh Assembly Government
Cathays Park
Cardiff CF10 3NQ

Telepono: 029 2082 5397 o 029 2082 5410

© Crown Copyright Setyembre 2009
E318 0910