

ARE YOU READY?



**Get
Ready**

www.aphagetready.org

Hafa i H1N1 (Sagun babui)?

H1N1 (orihinat ma riferi na “sagun babui”) nuebu na sagu ni ma abisa sa man pineste ya chadik machalapon gi tano. Ma sodda fine’nina gi Matso 2009, siñat H1N1 sumaonao parehu siha ni un eksperiansa gi tiempon sagu: kalentura, lo’lo’, yayas, malinik ulu, fugu, putin ta’taotao, putin aga’ga’, masi’sinik yan mumuta’. Taiguihi i tiempon sagu, H1N1 na sagu lakkue guma’chong yan kaosan chetnot ni man atdet yan finatai.

Hafa taimano un ninayi H1N1 na sagu?

H1N1 machalapon taiguihi i tiempon sagu, ginen un taotao-esta- otro taotao, espesiatmente ginen i le’lo’ pat humachum. Siña ninayi hao yangin un pacha trastes ni gai ulo’ ya un pacha i pachot pat gui’eng mu. Ti un ninayi H1N1 na sagu ginen bumoka babui.

Hafa taimano un chomma’ H1N1 na sagu?

Guaha siha ti man mappot na modu para un protehi hao ni H1N1 na sagu. Fa’gasi kannai-mu sesso, espesiatmente yangin gaigi hao gi sagan publiko. Suhayi i taotao sikera tres pie’ ni lolo’lo’ pat huma’a’chom. Yangin guaha fulanu gi uriya-mu ni annok na malangu, suhayi puma’cha’ i mata’, gui’eng yan pachot-mu yan kuatket na lugat ni ha pacha i malangu na taotao estaqui guaha chansa mu para un fa’gasi i kannai-mu.

Yangin dumadaña hao yan si fulanu ni ninayi H1N1 na sagu, impottante un protehi hao. Setbe hao ya usa i maskara pat tampe pachot yan gui’eng mu ni un magagu. Sesso fuma’gasi kannai-mu ya munga man appate ni nayan-mu, tu’aya pat katpen katren malangu na taotao.



Hafa para un chogue yangin ninayi hao ni H1N1 na sagu

Yangin un tutuhon sumiente palu gi siñat i H1N1 na sagu, suhayi man ali'e' yan otro entre mas posipble. Saga gi gima munga ma cho'cho' pat eskuela yan suhayi publiko na lugat para sieti dias despues di tinituhon hao ni siñat pat estaqui sumuha todo i siñat gi 24 horas. Dispasio man ali'e' yan otro taotao gi halom guma'-mu para un suheta ya munga mana fan malangu. Na siguro na un tampe pachot yan gui'eng-mu yangin humachom hao ya yuti i papet talo halom gi sagan basula ya munga gi otro siha na lugat ni siña sumaga i ilo'. Yangin atdet malangu-mu pat takkilo atrebi para pinadesin sagu, agang i prumebeni sinetbin brinabu pat espiha i mediku. Amot ulo' siña ma na'i para u ma amte hayi man atdet na malangu.

Atdet na siñat

I Sentro para Desponin Chetnot yan Suheta ma rekomenda na un chule gotpe na sinetben i mediku yangin hagu pat i famagu'on-mu ma eksperiansa kuatkuet ni sigiente atdet na siñat:



Atdet na siñat gi famagu'on:

- Mapot huma'gung (taiguihi chadik huma'gung pat guha ya man espiha aire)
- Asut pat kulot apu i lasas
- Ti malagu gumi'min hanom
- Atdet pat ti pa'para muta
- Ti siña mat'mata pat ti kombieni na yayas
- Man bubu ya ti man malagu man magoti pat mapacha
- Kalan sagu na siñat ni humomlu, lao matu tati i kalentura yan atdet na lo'lo'
- Hafa na kalentura dumaña yan pinagu

Atdet na siñat gi man amko:

- Mapot huma'gong (taiguihi chadik huma'gong pat guha ya man espiha aire)
- Puti pat minakat gi pecho pat estomagu
- Bulachun ulu
- Enkebuka'o
- Atdet pat ti pa'para muta

Chule suheta siha na siñat ni ma lista gi san hilo ya fan espiha amte posipble ni ti abmam yangin un susedi atdet na minalangu. Estegui i yabi para un protehi hao yan i familia-mu ginen H1N1 na sagu.



800 I Street, NW · Washington, DC · 20001-3710
202-777-APHA · www.aphagetready.org · getready@apha.org



For more information go to:
www.apiahf.org/healthalerts