Grampians Health
Grampians Public Health Unit

Ang tigdas ay kumakalat sa ibang bansa, at ang mga impeksyon ay tumataas ang bilang sa Victoria.

Ang tigdas at isang viral na sakit na madaling kumakalat at minsan ay nagsasanhi ng mga seryosong mga sakit, kahit na sa mga malulusog na nasa hustong gulang at mga kabataan.
Ito ay maaaring maiwasan gamit ang **2 MMR na mga bakuna na ibinibigay nang may pagitan ng 1 buwan o mahigit pa**.

Protektahan ang iyong sarili gamit ang MMR na bakuna

- Siguraduhin na ikaw ay tumanggap ng **2 dosis** ng **MMR na bakuna** (measles, mumps, and rubella) para sa panghabang-buhay na proteksyon.
- Kung ikaw ay **ipinanganak sa Australya sa pagitan ng 1966 at 1992,** o ikaw ay **ipinanganak sa ibang bansa,** malamang na ikaw ay **tumanggap ng 1 dosis lamang** at hindi lubos na protektado.
- **Kung hindi mo alam kung ikaw ay tumanggap ng dalawang dosis, kumuha ng panibagong MMR!**
- Ang MMR ay **ligtas** at **napaka-epektibo.**
- **Kontakin ang iyong GP, pharmacy, lokal na council or Aboriginal Health Service** para sa isang catch-up na MMR na bakuna.
- Hindi kailangang mayroon kang Medicare card para magpabakuna.
- Siguraduhin na ikaw at ang iyong pamilya (kasama na ang mga sanggol na 6-11 buwan) ay lubos na nabakunahan bago maglakbay sa ibang bansa.

Dapat kang kumuha ng MMR na bakuna ngayon din, maliban kung:

- mayroon ka nang immunisation record na nagpapakita na ikaw ay nagkaroon na ng **2 dosis ng MMR**. O,
- blood test na nagpapakita na ikaw ay immune sa tigdas. O,
- ikaw ay ipinanganak sa Australya bago mag-1966.

Ang tigdas ay isang seryosong impeksyon

- Ang impeksyon na tigdas ay hindi pangkaraniwan sa Australya. Ang mga tao na naglakbay sa ibang bansa o nagkaroon ng contact sa isang tao na may tigdas ay nasa mataas na panganib ng impeksyon.
- Ang sintomas ay lagnat, ubo, sipon, mapulang mga mata at mga pantal na nagsisimula sa mukha at kumakalat sa buong katawan. Maraming tao ang kailangang magpunta sa ospital.
- May mga tao na magkakaroon ng malubhang sakit kasama na ang impeksyon sa baga (pneumonia), pamamaga ng utak (encephalitis), mga komplikasyon sa pagbubuntis o pangmatagalang problema sa immunity.
- Mangyaring makipagkita sa iyong GP kung ikaw ay dumaranas ng mga sintomas ng tigdas. Tumawag kaagad at magsuot ng mask sa iyong appointment.
- Para sa karagdagang impormasyon bumisita sa: https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/conditionsandtreatments/measles