

Bakit Kailangang Bigyan ng Pandagdag na Bitamina A ang mga Batang edad 6 hanggang 59 na buwan?

- 1. Ito ay Mahalaga** — Ang Bitamina A ay isang kinakailangan na sustansya na hindi kusang nililikha ng katawan, ngunit ito ay kailangan ng mga bata para mabuhay!
- 2. Nakukuha ito sa pagkain at 'supplements'** — Ang mga pagkain na mayaman sa Bitamina A ay ang gatas ng ina, karne, isda at gatas; luntian at madadahong gulay tulad ng espinaka o 'spinach', mapupula at kahel na gulay at prutas tulad ng kamote, at carrots. Kung ang bata ay hindi makakain nang sapat ng mga ganitong pagkain, ang pagbibigay ng dagdag na Bitamina A ay kailangan upang maiwasan ang kakulangan ng Bitamina A (Vitamin A Deficiency o VAD).
- 3. Kung wala nito, magkakaroon ng kakulangan** — Tinatayang 190 milyon na mga batang edad 6 hanggang 59 na buwan sa buong mundo ang may kakulangan ng Bitamina A sa katawan. Ang ganitong kakulangan ay maaaring maging sanhi ng pagkabulag, mga sakit ng bata tulad ng pagtatae, impeksyon pagkatapos ng tigdas at iba pa. Ito rin ay isa sa mga sanhi ng pagkamatay ng mga bata. Kaya ang paglutas ng kakulangan sa Bitamina A ay isa sa mga kinakailangang elemento ng mga programa para sa kaligtasan ng mga bata.
- 4. Magbigay ng Malawakang Suplementasyon upang mabawasan ang bilang ng mga namamatay na mga Bata** — Inirerekomenda ng World Health Organization na ang lahat ng bata na may edad 6 hanggang 59 na buwan ay makatanggap ng pandagdag na Bitamina A kada 4-6 na buwan kung sila ay nakatira sa mga bansang ang kakulangan ng Bitamina A ay isang malaking problemang pangkalusugan. Ito ay paraan ng pag-iwas at hindi pagagamot upang mapuksa ang kakulangan sa Bitamina A. Ang malawakang pagbibigay ng karagdagang Bitamina A ay nakapagpapababa ng pagkamatay ng bata ng 24%.

Pagpayo sa mga nanay at ibang tagapag-alaga

1. Ang mga kapsula ay may dalawang 'dose' na angkop sa edad.

- ☐ Ang asul na kapsula ay naglalaman ng 100,000 IU na Bitamina A para sa mga bata na edad 6 hanggang 11 buwan.
- ☐ Ang pula na kapsula ay naglalaman ng 200,000 IU na Bitamina A para sa mga bata na edad 12 hanggang 59 buwan.



2. Magbigay ng Bitamina A kada 6 na buwan — Simula sa edad na 6 na buwan, ang mga bata ay dapat na nabibigyan ng Bitamina A kada 4 hanggang 6 na buwan, hanggang sila ay maging 5 taong gulang.

3. Ito ay ligtas — Ang Bitamina A ay ligtas para sa mga bata. Simula 1997, halos 8 bilyong dosis ng Bitamina A ang napamigay na sa buong mundo. Wala pang napapabalitang namatay bunga ng pagbibigay ng karagdagang Bitamina A. Ito ay pwedeng ibigay kasabay ng pagbabakuna, pagpurga, pagbigay ng multivitamins at iba pang 'fortified foods'.

4. Benepisyo — Pinalalakas at pinalulusog ang mga bata tumatanggap ng 'Vitamin A supplementation' sa pamamagitan ng: 1) pag-iwas sa pagkabulag ng bata (xerophthalmia), 2) pagpapalakas ng resistensya o immune system, 3) pagbawas ng panganib sa pagkamatay ng mga sanggol at maliit na bata ng 24%, 4) pagpapababa ng kaso ng pagtatae at tigdas at pagbawas sa pagiging malala ng mga ito, at 5) pagbawas ng anemia

5. 5 Ang mga 'side effects' ay Bihira at Panandalian lamang — 5 sa 100 mga bata lamang ang maaring makaranas ng isa o marami pang 'side effects' ng Bitamina A. Ang mga epektong ito ay maaaring tumagal ng 48 oras pagkatapos makainom ng Bitamina A, at paglaon ay mawawala rin. Bihira lang maranasan ang mga side effects. Ang mga kabilang dito ay ang mga sumusunod: 1) pagkaduwal 2) pagsusuka, 3) sakit ng ulo, 4) pagkawala ng ganang kumain, at 5) pamamaga ng bunbunan ng sanggol. **Kung ang mga sintomas ay tumagal lampas sa dalawang araw, o may iba pang sintomas na maranasan, kailangang ipatingin ang bata sa doktor.**

Paano Ibibigay ang Bitamina A sa mga Batang Edad 6 hanggang 59 na Buwan

! Huwag na huwag ipauwi ang Bitamina A sa tagapag-alaga para ibigay nya ito sa bata sa kanilang bahay !

3 Batayan kung Sino ang maaaring makatanggap ng Bitamina A*

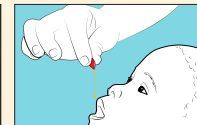
Dapat pumasa ang bata sa lahat ng 3 batayan upang makatanggap ng Bitamina A

- 1. Edad sa pagitan ng 6 hanggang 59 na buwan** — Ang bata ay dapat may edad na hindi bababa sa 6 na buwan sa unang pagbibigay ng Bitamina A, at hindi pa umaabot ng ika-limang taong kaarawan sa pagtanggap ng huling dosis ng Bitamina A.
- 2. Ang huling pagbigay ay may higit sa 1 buwan na ang nakalipas** — Hindi pa nakatanggap ng Bitamina A sa loob ng nakalipas na isang buwan (4 na linggo)
- 3. Mga dapat bantayang pisikal na kondisyon: Walang matinding hirap sa paghinga** — Ang bata ay hindi nakararanas ng sobrang hirap sa paghinga sa araw na bibigyan ng Bitamina A

Kung ang bata ay sobrang nahihirapang huminga, huwag bigyan ng serbisyo at isangguni ang bata sa doktor.

Mga Gawain Para Maiwasan ang Pagkalat ng Impeksyon

- 1. Maghugas ng Kamay sa tuwing Magbibigay ng Bitamina A** — Hugasan parati ang mga kamay gamit ang hand sanitizer na may alcohol, o sabon at malinis na tubig, bago magbigay ng Bitamina A sa bata.
- 2. Gumamit ng Malinis na Gunting at punasan ang sobrang langis** — Gumamit ng malinis na gunting upang putulin ang dulo ng kapsula. Pagkatapos magbigay ng Bitamina A, punasan ang natitirang langis mula sa iyong kamay at sa gunting.
- 3. Huwag hawakan ang bata** — Upang maiwasan ang pagkalat ng impeksyon, ang nanay at ang tagapag-alaga lamang ang maaring humawak sa bata. Dapat silang sabihan na alalayan ang ulo ng bata at siguraduhing nakabuka ang bibig ng bata upang makatanggap ng Bitamina A.
- 4. Huwag pilitin ang bata na uminom ng Bitamina A** — **Siguraduhin na ang bata ay kalmado. Para maiwasan ang mabilaukan, huwag pilitin na uminom ang bata ng Bitamina A**



Bakit Kailangang Magbigay ng Pampurga sa mga Batang Edad 12 hanggang 59 na buwan?

1. Pinapabuti ang kalusugan at kalagayang nutrisyonal — Pinapatay ng pampurga ang mga bulati sa tiyan o ang mga bulating nakukuha sa lupa. Ang mga batang walang bulati sa tiyan ay may mas magandang nutrisyon sa katawan, mas mabilis lumaki at matuto. Ang paggamot ng bulati sa tiyan ng mga bata ay isa sa mga simple at murang paraan upang mapabuti ang kanilang kalusugan.

2. Kung walang Pagpupurga — Kasama ang mga roundworm, hookworm at whipworm sa mga bulati na nakukuha sa lupa o ang mga bulati sa tiyan. Ang mga bulating ito ay nagiging dahilan ng pagkakasakit at hindi magandang nutrisyon sa mga batang edad 12 hanggang 59 na buwan. Kapag hindi nagamot ang impeksyon sa bulati, ito ay nagreresulta sa di mainam na kalagayan ng bata -- nakababawas sa nutrisyon at paglaki, nagiging sagabal sa mental na pag-unlad at kakayanang matuto; nagiging sanhi rin ito ng hindi pagpasok sa eskwelahan, at ng 'anemia'; negatibo rin ang epekto nito sa antas ng Bitamina A sa katawan ng bata. Sa buong mundo, tinatayang mga may 266 na milyong mga bata na wala pang 5 taon gulang ang nasa panganib na magkaroon ng impeksyon dulot ng bulati sa tiyan.

3. Mga Magagandang Gawi sa Pag-iwas — Ang mga bulati sa tiyan at ang mga itlog nito ay naikakalat sa mga dumi na maaring mapunta sa lupa at tubig. Ang mga wastong gawi ay maaaring makapuksa sa pagkalat ng mga bulati. Kasama sa mga ito ang mga sumusunod: ang pag-inom ng malinis na tubig, paggamit ng kubeta, paggamit ng sapatos o tsinelas, paghugas sa mga gulay at prutas gamit ang malinis na tubig, maayos na pagluto sa mga hilaw na pagkain at paghugas ng mga kamay gamit ang malinis na tubig at sabon bago kumain o magpakain sa iba at pagkatapos gumamit ng kubeta.

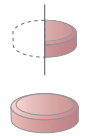
4. Magbigay ng pampurga para mapabuti ang kalusugan at nutrisyon — Minumungkahi na ang lahat ng mga batang edad 12 hanggang 59 na buwan na nakatira sa mga bansang madami ang kaso ng bulati sa tiyan ay makatanggap ng pampurga.

Pagpapayo sa mga nanay at iba pang tagapag-alaga tungkol sa pagpupurga

1. 2 mga 'dose' ng pampurga (Albendazole) na angkop sa edad — **LAGING durugin ang mga tabletas na pampurga para sa LAHAT ng batang ang edad ay mababa sa limang taon**

□ 200mg (1/2 tableta, dinurog) — para sa mga batang edad 12-23 na buwan

□ 400mg (1 tableta, dinurog) — para sa mga batang edad 24-59 na buwan



2. Magbigay ng Pampurga kada 4 hanggang 6 na buwan — Magbigay ng angkop sa edad na pampurga kasama ang Bitamina A kada apat hanggang 6 na buwan sa mga batang edad 12 hanggang 59 na buwan.

3. Ito ay ligtas — Ang pampurga ay ligtas. Ito ay maaaring ibigay kasabay ng Bitamina A, pagbabakuna, multivitamins at iba pang 'fortified foods'.

4. 5 Benepisyo — Ang pagpupurga ng mga batang edad 12-59 na buwan ay 1) nag-aalis ng mga bulati sa katawan ng bata, at sa pamamagitan nito ay 2) napapabuti ang kalagayang nutrisyonal, 3) napapabuti ang antas ng Bitamina A sa katawan, 4) natataguyod ang malusog na pangangatawan at 5) natataguyod ang malusog na kaisipan.

6. 6 na 'Side Effects' na Bihira at Panandalian lamang — Lima sa loob ng isang daang bata lamang ang maaring makaranas ng isa o higit pa sa mga 'side effects' ng pampurga. Ang mga 'side effects' ay panandalian lamang at hindi tatagal ng 48 oras matapos ang pagpupurga. Maaring kabilang dito ang mga sumusunod: 1) sakit ng ulo, 2) pagkaduwal, 3) pagsusuka, 4) kapaguran, 5) bahagyang pagsakit ng tiyan o 6) pagtatae. **Kung ang mga sintomas ay tumagal lampas sa dalawang araw, o may iba pang sintomas na maranasan, kailangang ipatingin ang bata sa doktor.**

Paano Magbigay ng Pampurga sa mga Batang Edad 12 hanggang 59 na buwan

! Huwag na huwag ipauwi ang pampurga sa tagapag-alaga para ibigay niya ito sa bata sa kanilang bahay. !

6 Batayan kung Sino ang maaaring makatanggap ng Pampurga*

Dapat pumasa ang bata sa lahat ng 6 na batayan upang makatanggap ng pampurga

1. Edad mula 12 hanggang 59 na buwan

Siguraduhing ang bata ay mula 12 hanggang 59 na buwan ang edad

2. Ang huling pagbigay ng pampurga ay may 1 buwan na ang nakalipas

Hindi pa nakatanggap ng pampurga sa loob ng nakalipas na isang buwan (4 na linggo)

3. Mga dapat bantayang pisikal na kondisyon

— Siguraduhing hindi nakakaranas ang bata ng mga bagay na ito sa araw ng pagbibigay ng pampurga:

- Matinding hirap sa paghinga
- Lagnat,
- Pagsusuka,
- Sobrang pagtatae.

If child has any of the above today, do not give deworming and refer child for medical help.

Mga Gawain Para Maiwasan ang Pagkalat ng Impeksyon

1. Maghugas ng Kamay sa Tuwing Magbibigay ng Pampurga — Hugasan parati ang mga kamay gamit ang hand sanitizer na may alcohol, o sabon at malinis na tubig, bago magbigay ng pampurga.

2. Durugin ang Tableta

— **LAGING durugin ang mga tabletas na pampurga para sa LAHAT ng batang ang edad ay mababa sa limang taon.** Depende sa edad ng bata, maglagay ng ½ o 1 buong tableta sa loob ng tinuping piraso ng papel. Gamit ang isang bote, durugin ang tableta hanggang ito ay maging pino. Ang tinuping papel ay gawing parang embudo para mapainom sa bata ang dinurog na tableta.

3. Huwag hawakan ang bata — Sabihan ang tagapag-alaga na alalayan ang batok ng bata at siguraduhing nakabuka ang bibig ng bata. Gamit ang tinuping papel, ipainom sa bata ang dinurog na tableta. Tingnang maigi na nginunguya ng bata ang tableta.

4. Huwag pilitin ang bata na uminom ng Pampurga — Upang maiwasan ang mabilaukan, siguraduhing ang bata ay kalmado at kusang iinumina at ngunguyain nang husto ang tableta na pampurga.

5. Magpainom ng Malinis na Tubig pagkatapos ang Pagpupurga — Pagkatapos ibigay ang pampurga, maaaring painumin ang bata ng malinis na tubig sa malinis na tasa. Kapag walang malinis na tubig, maaaring pakuluan, salain o lagyan ng chlorine ang tubig upang ito ay maging ligtas inumin.

