# Mahalagang kaalaman tungkol sa regular na pagpurga ng mga bata.

FIT FOR SCHOOL

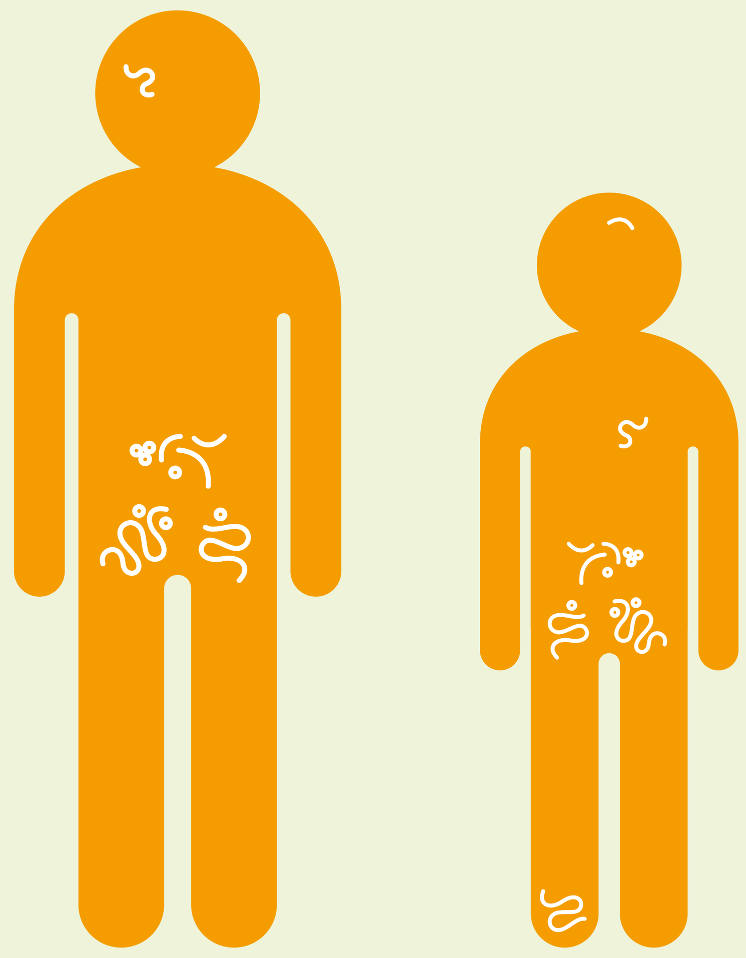
Ang pagkakaroon ng bulate ay karaniwan sa mga batang mag-aaral. Nagdudulot ito ng anemia at pagkaantala ng mental na pag-unlad sa mga bata kapag hindi nalunasan. Sa kasalukuyan, ang pagkakaroon ng bulate ay maiiwasan sa pamamagitan nang pagpurga gamit ang ligtas, mura at epektibong gamot.

Australian Aid
DepED Department of Education
BEAM Basic Education Assistance for Muslim Mindanao
german cooperation DEUTSCHE ZUSAMMENARBEIT
giz Deutsche Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ) GmbH

# 1. Ano ang bulate sa tiyan?

## Ang bulate sa tiyan ay parasite na namumuhay sa loob ng bituka ng tao.

Maraming uri at iba-iba ang laki nito, lahat ay nagdudulot ng sakit.

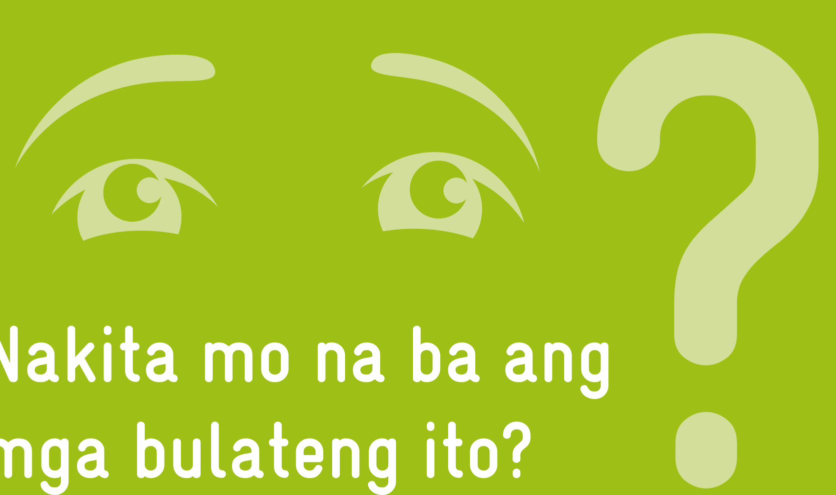


## Mga uri ng bulate sa tiyan

→ Giant Roundworm

→ Whipworm

→ Hookworm

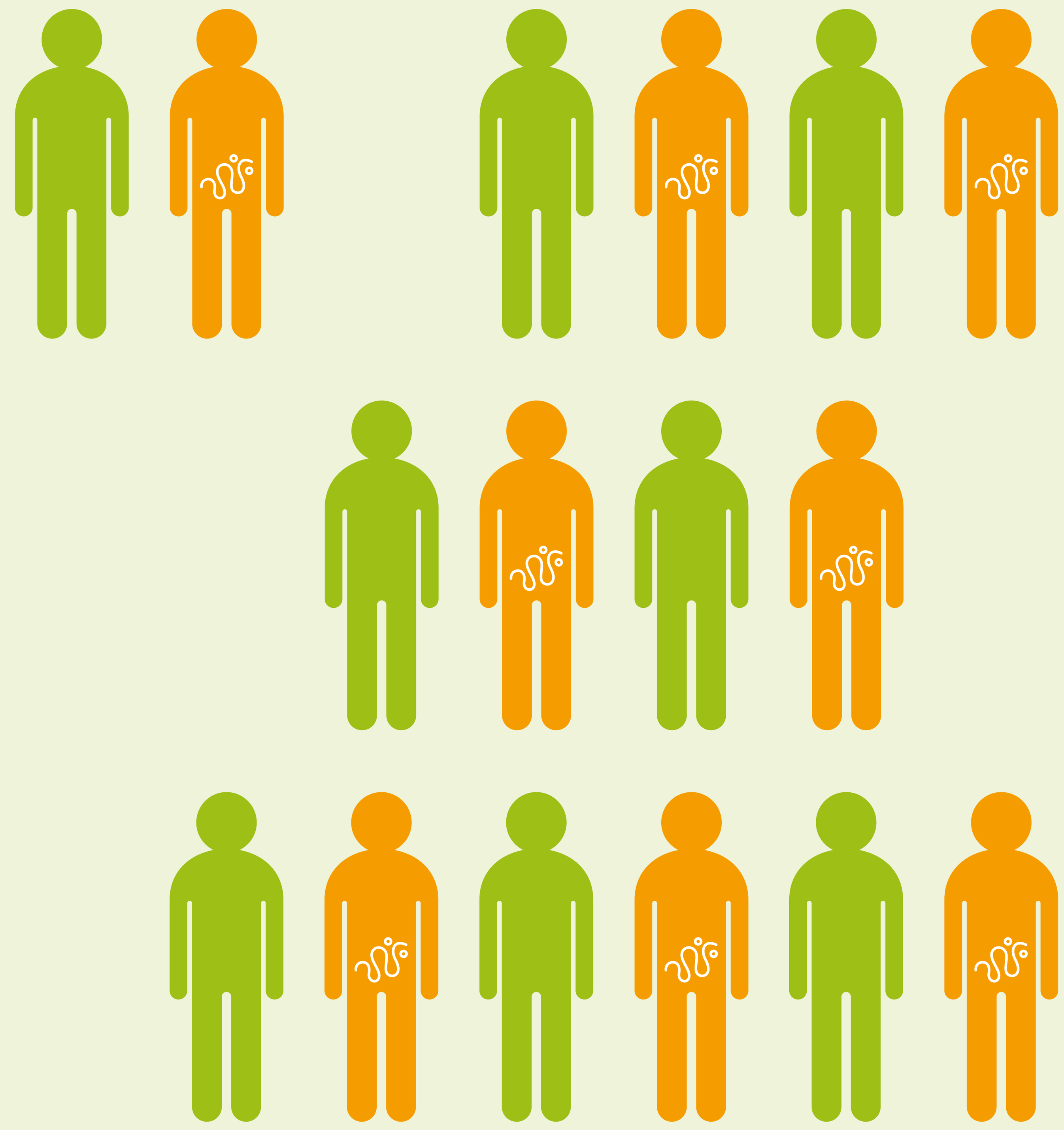


Nakita mo na ba ang mga bulateng ito?

# 2. Bakit hindi mabuti ang pagkakaroon ng bulate sa tiyan?

## Sa Pilipinas, isa sa bawat dalawang mag-aaral ay may bulate sa tiyan.

Kahit mga bata mula sa mga eksklusibong paaralan sa Maynila ay meron nito. Laganap sa Pilipinas ang pagkakaroon ng bulate. Sa katunayan, may mga taong naniniwala na normal lamang ang pagkakaroon ng bulate sa tiyan. Ito daw ay nakabubuti para sa mga bata. Subalit ito ay hindi totoo.



## Nabubuhay ang bulate sa pamamagitan ng pagsipsip ng sustansya sa loob ng katawan ng tao na nagdudulot ng maraming sakit.

Ang mga batang may bulate sa tiyan ay:

# 3. Paano nakakapinsala ang bulate sa katawan ng bata?

## Ang iba't-ibang uri ng bulate ay may kanya-kanyang katangian

- Ang hookworm ay sumisipsip ng dugo – dulot nito ay anemia
- Ang roundworm ay nagkukumpol-kumpol hanggang sa bumara ang bituka
- Ang pinworm ay nagdudulot ng pangangati ng puwetan ng bata na nakakadistorbo sa kanilang pagtulog lalo na sa gabi

Pwedeng kumalat ang mga bulate sa baga ng bata na siyang dahilan ng pag-ubo. Nakamamatay din ang bulate kung ito ay nakakarating sa utak ng tao.

Ulo ng hookworm

Ang anemic na bata ay matamlay sa klase.

Malaking tiyan ng batang may ascarsis

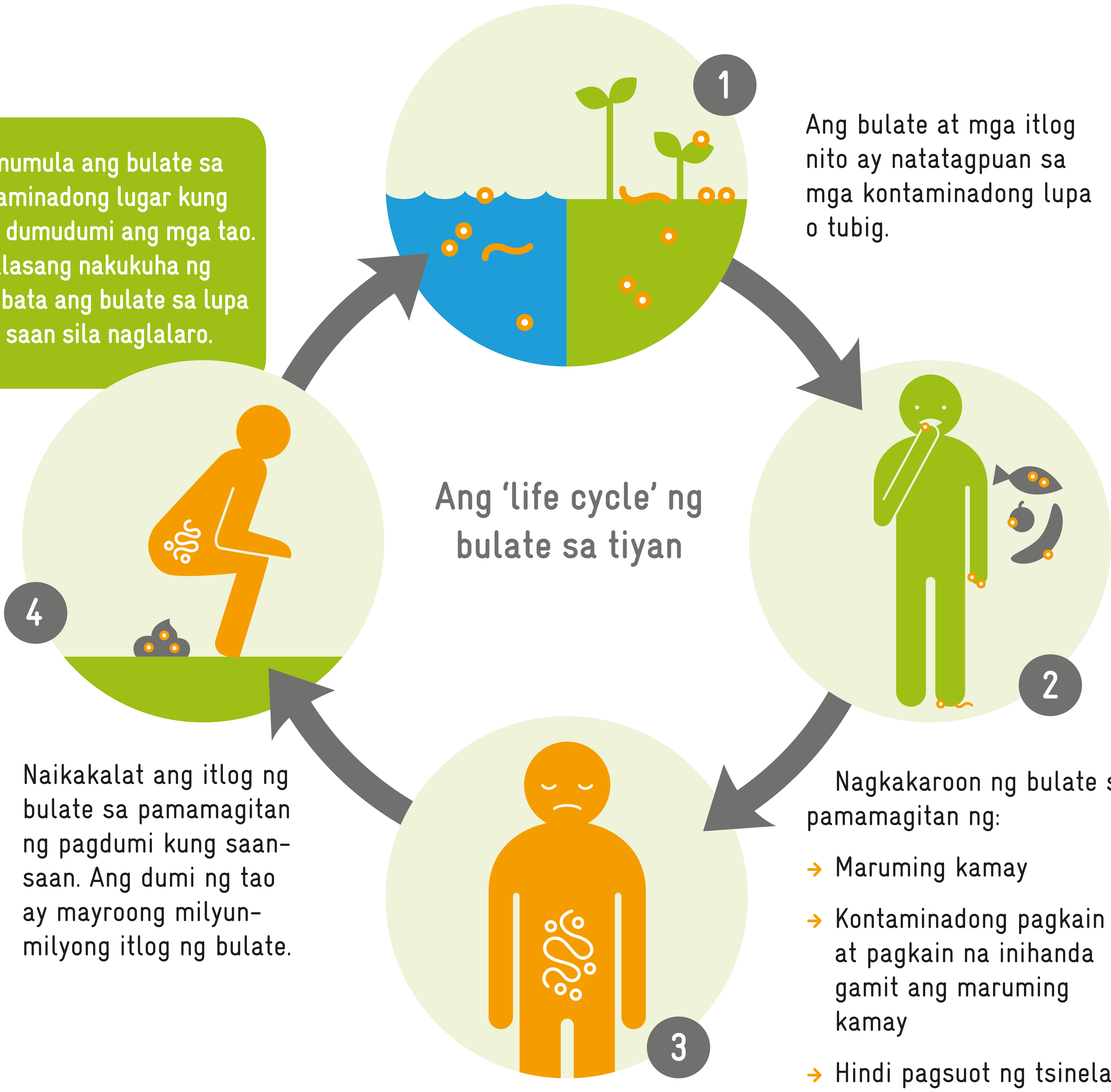
Mga roundworm na nakuha sa operasyon

Mga pinworm sa palibot ng puwetan.

Pangangati sa puwetan dulot ng pinworm.

# 4. Paano nagkakaroon ng bulate sa tiyan?

Nagmumula ang bulate sa kontaminadong lugar kung saan dumudumi ang mga tao. Kadalasang nakukuha ng mga bata ang bulate sa lupa kung saan sila naglalaro.




1. Ang bulate at mga itlog nito ay natatagpuan sa mga kontaminadong lupa o tubig.

2. Nagkakaroon ng bulate sa pamamagitan ng:

- Maruming kamay
- Kontaminadong pagkain at pagkain na inihanda gamit ang maruming kamay
- Hindi pagsuot ng tsinelas habang naglalakad sa kontaminadong lugar
- Ang mga langaw at kuliglig ay maaaring magdala at magkalat ng itlog ng bulate

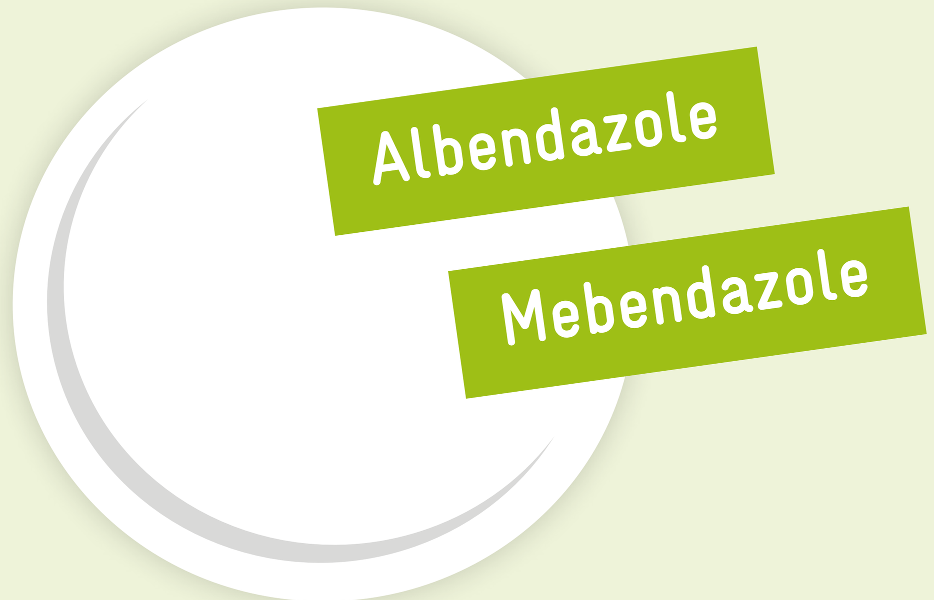
3. Ang mga bulate sa loob ng katawan ay nangingitlog na siyang dahilan ng pagdami ng bulate sa katawan.

4. Naikakalat ang itlog ng bulate sa pamamagitan ng pagdumi kung saan-saan. Ang dumi ng tao ay mayroong milyun-milyong itlog ng bulate.

# 5. Paano maiiwasan ang pagkakaroon ng bulate sa tiyan?

### May gamot na panlaban sa bulate sa tiyan. Ang gamot na ito ay ang Albendazole o Mebendazole.

Pinipigilan ng Albendazole o Mebendazole ang paggalaw ng mga bulate sa katawan ng tao hanggang sa mamatay ang mga ito.



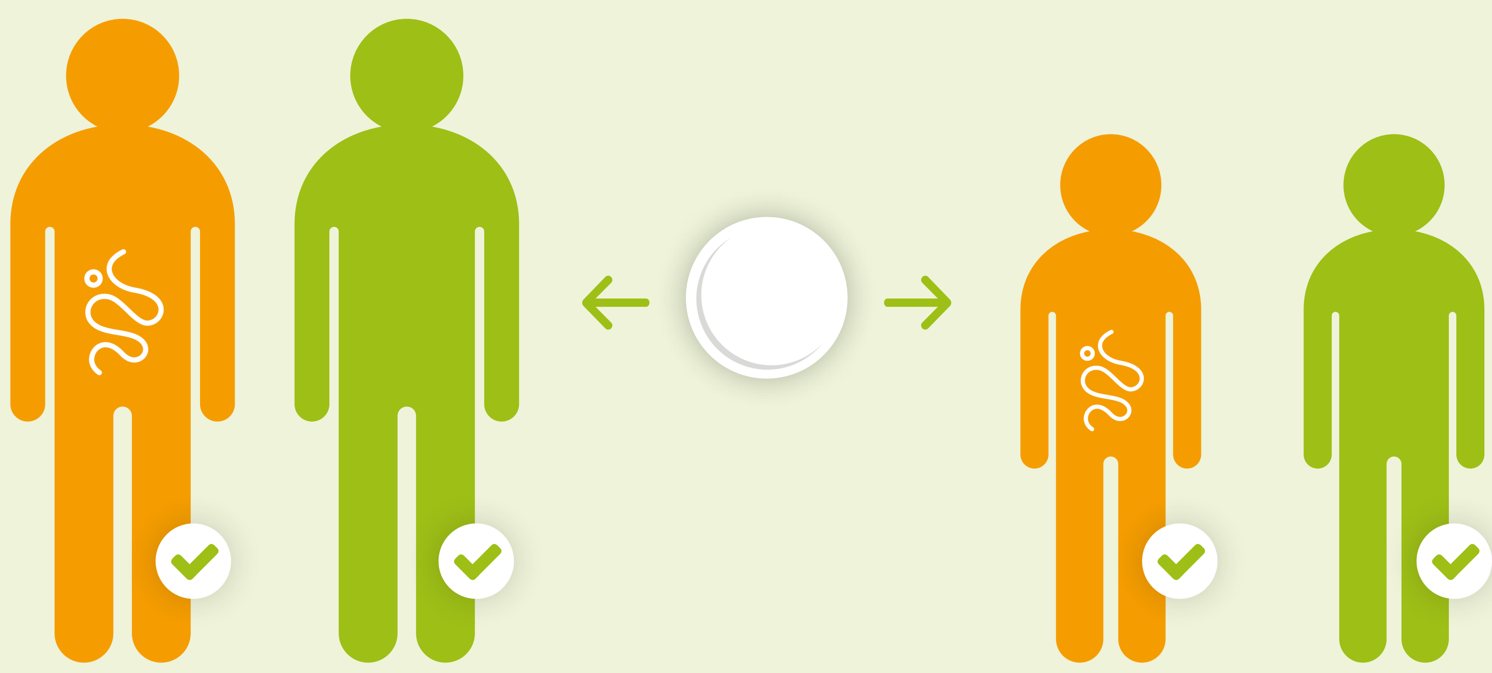

Ang Albendazole o Mebendazole tablet ay pwedeng nguyain (chewable). Isang tableta lang ang kailangan ng bata. Napakabisa nito sa pagpuksa ng mga bulate.

Hindi totoo na lumalabas ang mga bulate sa bibig o ilong matapos inumin ang gamot na Albendazole o Mebendazole. Pinapatay nito ang mga bulate na kusang inilalabas ng katawan sa pamamagitan ng pagdumi.

**Subalit:** Hangga't patuloy ang pagdumi ng mga tao kung saan-saan, mataas ang posibilidad na magkaroon muli ng bulate ang mga bata. Inerekomenda ng Department of Health ang pagpurga sa mga bata dalawang beses sa isang taon.

# 6. Ligtas ba inumin ang gamot laban sa bulate sa tiyan?

### Ang gamot na Albendazole o Mebendazole ay ligtas para sa mga batang may isang taong gulang pataas. Ligtas din ito kahit sa mga bata o matanda na walang bulate.



Para sa mga matanda　　Para sa mga batang isang taong gulang pataas

**Tandaan:**

- Maliit ang posibilidad ng pagkakaroon ng side effects matapos uminom ng Albendazole o Mebendazole. Ang side effects ay kadalasang dulot ng patay na bulate sa loob ng katawan.
- Hindi nakakabahala kung meron konting side effects ang pag-inom ng Albendazole o Mebendazole gaya ng pagsusuka, panghihina, o pagtatae. Kung sakaling mangyari ang mga ito, hayaan na makapagpahinga ang bata ng ilang oras at painumin ng tubig.
- Tulad ng ibang gamot, ang Albendazole o Mebendazole ay nagdudulot din ng allergy gaya ng pangangati o pamamantal ng balat. Nalulunasan ang allergy sa pamamagitan ng pag-inom ng gamot laban dito.

# 7. Bakit mahalaga ang pagpurga sa mga bata?

Ang regular na pagpurga sa mga bata ay nakakabuti sa kanilang kalusugan at nutrisyon. Mas malakas, may resistensya, at mas aktibo sa klase ang batang walang bulate sa tiyan.

Ang sabayang pagpurga ng mga bata sa isang komunidad ay nakakatulong upang puksain ang paglaganap ng bulate sa kapaligiran kung kaya inererekomenda ng pamahalaan ang pagpurga sa mga bata dalawang beses sa isang taon.

Magastos ang magpa-ospital kaya malaking tulong ang pagpurga sa mga bata upang maiwasan ang sakit dulot ng bulate sa tiyan.

# 8. Mga mahalagang paalala

## Purgahin ang inyong mga anak dalawang beses sa isang taon!

Pinapatay ng Albendazole o Mebendazole ang bulate at mga itlog nito. Pinipigalan din nito ang pagdami at pagkakaroon ng bulate sa tiyan.

## Gumamit ng CR sa pagdumi, wag dumumi sa kahit saan!

Ang pagdumi sa kung saan-saan ang pangunahing dahilan ng pagkalat ng bulate at mga itlog nito sa kapaligiran. Maaring tangayin ng langaw ang mga itlog ng bulate at ilipat sa mga bagay na ating sinusubo gaya ng pagkain. Ugaling gumamit ng CR sa pagdumi.

## Magsuot ng tsinelas o sapatos!

Ang pagsuot ng tsinelas o sapatos ay mabisang proteksyon laban sa bulate o mga itlog nito na nasa lupa. Maaaring pumasok ang bulate gaya ng hookworm sa katawan ng tao sa pamamagitan ng ating balat.

## Hugasan ang kamay gamit ang sabon!

Hugasang mabuti ang kamay gamit ang sabon matapos humawak ng dumi o lupa. Ugaliing maghugas ng kamay matapos mag-CR, bago magluto, bago at pagkatapos kumain, at pagkatapos maglaro.

## Hugasang mabuti ang mga gulay bago kainin!

Maaaring madapuan o mapunta ang mga itlog ng bulate sa mga pagkain gaya ng gulay. Hugasan at lutuing mabuti ang gulay upang matanggal ang mga itlog ng bulate.