



*The Commonwealth of Massachusetts
Executive Office of Health and Human Services
Department of Public Health
250 Washington Street, Boston, MA 02108-4619*

DEVAL L. PATRICK
Governor

TIMOTHY P. MURRAY
Lieutenant Governor

JUDYANN BIGBY, M.D.
Secretary

JOHN AUERBACH
Commissioner

Tel.: 617-624-5200

Fax: 617-624-5206

**Izòlman lakay: Enstriksyon pou pasyan
ki sispèk oswa ki pwobab oswa ki konfime gen grip**

Chè pasyan,

Nou sispèk ou genyen oswa te dyagnostike ou ak grip la. Sa kapab oswa jan nou panse li ka grip pòsin (grip pòsin orijin H1N1). Grip ka gaye lè moun enfèkte touse oswa etènye. Li posib tou pou vin enfèkte lè ou touche yon sifas kontamine ak viris, epi ou touche nen ou bouch ou aprè. Li esansyèl pou kouvri bouch ak nen ou lè ou touse oswa etènye epi lave men ou tou avèk dlo epi savon oswa avèk dezenfètan abaz alkòl pou anpeche grip la gaye.

Pandan tout tan ou genyen sentòm yo, sitou lafyèy, li posib pou ou transmèt viris la bay moun ki gen kontak pwòch ak ou (pa ègzanp moun ki rete avèk ou oswa ki swanyen ou). Pou anpeche transmèt viris grip la a a moun ki an kontak pwòch ak ou, Depatman Sante Piblik nan Massachusetts mande pou ou **rete lakay ou pandan 7 jou aprè ou te komanse genyen lafyèy oswa 24 a 48 è aprè sentòm yo vin disparèt, sa ki dire plis tan.**

Pandan tan sa a, swiv konsèy sa yo:

OU DWE:

- **Rete lakay ou pandan 7 jou aprè ou te komanse genyen lafyèy oswa 24 a 48 è aprè sentòm yo vin disparèt, sa ki dire plis tan.**
- Limite kontak ak lòt moun; pa genyen kontak pwòch. Moun ki rete ansanm ak ou dwe limite kontak ak ou plis posib. Chwazi yon moun (moun ki pa ansent) ki pral moun prensipal ki pral okipe ou pandan ou malad.
- Si posib, rete nan yon chanm ki pa kote tout moun nan kay la ap pase. (Pa ègzanp chanm zanmi, si se posib).
- **TOUJOU** kouvri bouch ak nen ou lè ou etènye, touse oswa mouche nen ou (oswa touse ou etènye nan koud ou). Pa janm touse nan dirèksyon lòt moun.
- **TOUJOU** lave men ou ak savon epi dlo oswa ak dezenfèktan abaz alkòl aprè ou touse ou etènye epi jete mouchwa an papyè ki te sèvi ou nan fatra.
- Ou ka jete mouchwa an papyè ki te sèvi ou ak lòt fatra lakay.
- Pa touche nen, figi oswa je ou aprè ou te touse oswa etènye.
- Menm si li pa pwobab viris ta ka gaye fasilman nan kontak ak sifas sal nan kay la, si ou netwaye sifas yo moun touche souvan (tankou pwanyen pòt yo, telefòn ou lòt bagay ou ka touse oswa etènye sou yo), sa ka ede anpeche enfèksyon. Netwaye sifas mèb tankou tab chevè, sifas ki nan saldeben, pwanyen pòt yo epi jwèt timoun yo, ak yon pwodwi dezenfèktan òdinè. Si sifas yo sal, netwaye yo dabò ak yon pwodwi netwayaj, anvan ou dezenfèkte yo.
- Lave vesèl ak ajantri nan machin lavesèl oswa alamen avèk savon epi dlo tyèd.
- Fè lesiv nan yon machin alave òdinè ak dlo tyèd oswa frèt epi savon. Seche dra ak sèvyèt nan sèchwa sou tanperati cho. Ou pa bezwen separe dra epi sèvyèt ak lòt rad w ap lave ak seche.
- Pran anpil repo.
- Bwè anpil likid klè (tankou dlo, bouyon, bwason pou fè espò, sewòm oral) pou pa vin dezidrate.

- Chèche èd dòktè touswit si sentòm ou vin pi mal (wè anba).

ENSTRIKSYON POU KONTAK KI PWÒCH:

- **Tout moun lakay ou, sitou moun ki vin an kontak pwòch ak moun malad la, dwe lave men yo ak savon epi dlo oswa dezenfèktan abaz alkòl souvan epi aprè chak kontak avèk moun ki malad.**
- Moun lakay dwe òbsève tèt yo pou wè si yo komanse genyen sentòm sanblab ak grip la pandan 7 jou depi dènye kontak ak moun malad. Si yo ta vin malad ak lafyèv, tous ou malgòj, yo dwe rete lakay epi pran menm prekosyon ki anwo yo.
- Moun ki malad pa dwe resevwa vizit pandan yo malad ak grip oswa yon maladi sanblab ak grip. Si yon moun ki pa rete lakay dwe antre nan kay la, li pa dwe genyen okenn kontak ak moun malad.
- Si se lòt moun ki fè lesiv (tankou dra ak sèvyèt) pou moun malad la, yo dwe sèvi ak savon pou lesiv epi seche rad nan sechwa sou tanperati cho. Eseye pa pòte rad sal la nan bra ou anvan ou lave yo pou pa enfèkte ou, epi lave men ou ak savon epi dlo oswa ak dezenfèktan abaz alkòl aprè ou te touche rad sal yo.

SI MWEN MALAD ESKE MWEN DWE PRAN MEDIKAMAN?

Ou dwe pran sèlman medikaman dòktè ou preskri ou. Pou seten moun ki gen lòt maladi, medikaman ki rele Tamiflu™ ou Relenza™ ka rekòmande. Ou dwe mande dòktè ou si ou bezwen medikaman sa a. Ou dwe repoze ou tou, bwè anpil likid, epi pran medikaman ou konn pran pou trete sentòm ou, tankou asetaminofèn oswa ibuprofèn.

Moun ki pòkò genyen 18 tan PA dwe pran aspirin ou lòt pwodwi ki gen aspirin ki ka koze yon maladi grav yo rele Sendwòm Reye nan timoun ki genyen grip la.

SI SENTÒM MWEN TA VIN PI MAL

Si sentòm ou ta vin pi mal, sitou si ou ta genyen difikilte pou respire, ou dwe rele dòktè oswa al nan sal ijans. Si ou ale kay dòktè oswa nan sal ijans, yon moun lakay oswa yon zanmi dwe kondwi ou nan yon machin prive. PA pran transpò piblik (tren oswa bis).

Si ou ale kay dòktè, kontakte dòktè anvan ou sòti lakay ou epi di dòktè ou gen sentòm menm jan ak grip la. Lè ou rive, al dirèkteman kote resèpsyonis oswa mis tryaj pou yo ka mete ou nan yon chanm prive jiskaske ou wè dòktè a. Yo ka mande ou pou pòte yon mask epi ou dwe chita pi lwen posib lòt moun. Si ou rele yon anbilans pou mennen ou nan lopital, fè operatè a konnen ou gen sentòm ki sanble grip, epitou enfòmè anbilansye yo lè yo rive.

ESKE MOUN KI RETE LAKAY MWEN EPI LÒT MOUN KI GEN KONTAK PWÒCH AVÈ M DWE PRAN MEDIKAMAN POU ANPECHE GENYEN GRIP PÒSIN?

Depatman Sante Piblik nan Massachusetts rekòmande medikaman prevansyon pou moun lakay oswa lòt moun ki gen kontak pwòch ak malad ki genyen lòt maladi (tankou maladi kwonik, sistèm defans febli, oubyen timoun anba laj 2 zan oswa granmoun ki pi vye pase 65 kan) ki kapab gen risk vin pi malad. Pou konnen si medikaman tankou (Tamiflu®) rekòmande, rele yon dòktè.

KOTE POU JWENN PLIS ENFÒMASYON

Pou plis enfòmasyon, rele dòktè ou, rele 211, oswa al nan sit entènèt ki genyen enfòmasyon sou grip pòsin: www.mass.gov/dph/swineflu epi www.cdc.gov