

# Giardiasis

## Ano ang giardiasis?

Ang Giardiasis ay isang sakit sa pagtatae na dulot ng isang mikroskopiko na parasitiko na tinatawag na *Giardia*. Ito ay karaniwang sanhi ng pagtatae sa buong Estados Unidos at sa mundo.

## Sino ang nagkakasakit ng giardiasis?

Kahit sino ay maaaring magkaroon ng giardiasis, ngunit madalas itong mangyari sa mga tao sa mga child care center, internasyonal na manlalakbay, at mga taong umiinom sa hindi wastong painuman ng tubig (tulad ng mga hiker na umiinom mula sa sapa o mga taong nakainom ng tubig habang lumalangoy sa ilog o lawa).

## Paano kumalat ang giardiasis?

Ang *Giardia* na parasitiko ay matatagpuan sa mga dumi (dumi) ng mga nahawaang tao at hayop (tulad ng mga pusa, aso, usa, baka, at beaver), at ang kanilang mga dumi ay maaaring makahawa sa kagamitan, pagkain, o tubig. Ang mga tao ay nagkakasakit sa pamamagitan ng paglunok ng kontaminadong pagkain o tubig o sa pamamagitan ng paglalagay ng kanilang mga kamay sa kanilang mga bibig pagkatapos mahawakan ang mga kontaminadong kagamitan (tulad ng mga laruan, mga balde ng lampin, atbp.).

## Ano ang mga sintomas ng giardiasis?

Ang ilang mga taong nahawaan ng *Giardia* ay walang mga sintomas; ang iba ay nakakaranas ng banayad hanggang sa malubhang sintomas ng bituka. Ang pagtatae ay maaaring tumagal ng ilang linggo o buwan, na humahantong sa pagbaba ng timbang at dehydration. Ang mga sintomas ng kabag, mamantika na dumi, at pananakit ng tiyan ay maaari ding maranasan.

## Gaano kabilis lalabas ang mga sintomas pagkatapos ng pagkakalantad?

Maaaring lumitaw ang mga sintomas mula 3 hanggang 25 araw pagkatapos ng pagkakalantad, ngunit kadalasang lumilitaw sa loob ng 7 hanggang 10 araw pagkatapos ng pagkakalantad.

## Paano masusuri ang giardiasis?

Upang kumpirmahin ang pagsusuri, ang isang muwestra ng dumi ay dapat kolektahin at masuri sa isang laboratoryo. Ang ilang mga muwestra ng dumi ay dapat makuha sa loob ng ilang araw dahil ang bilang ng mga parasitiko ng *Giardia* na matatagpuan sa dumi ay nagbabago araw-araw.

## Ano ang gamot para sa giardiasis?

Napakahalaga para sa mga taong may giardiasis na uminom ng maraming tubig. Ang dehydration, mula sa pagkawala ng labis na tubig, ay maaaring mangyari sa giardiasis at lalo na isang panganib para sa mga sanggol at mga buntis. Kumunsulta sa tagapangalaga ng iyong kalusugan kapag nagsimula ang sakit. Minsan inirerekomenda ang mga resetang gamot upang gamutin ang sakit na ito.

## Paano maiiwasan ang giardiasis?

- Hugasang maigi ang kamay gamit ang sabon at tubig pagkatapos gumamit ng palikuran o magpalit ng lampin, bago at pagkatapos maghanda ng pagkain, at pagkatapos makipag-ugnayan sa mga hayop.
- Iwasan ang pag-inom sa hindi wastong painuman ng tubig. Salain at pakuluan o disimpektahin ang tubig kung iinom mula sa natural na pinagmumulan ng tubig, tulad ng kapag nagha-hiking o nagka-kamping.
- Protektahan ang lahat ng suplay ng tubig laban sa kontaminasyon ng dumi ng hayop o tao. Kapag nagkamping o kung hindi man ay hindi makagamit ng mga malinis na pasilidad, maingat na itapon ang dumi sa alkantarilya upang maiwasan ang kontaminasyon ng mga panlabas na daluyan ng tubig.
- Iwasan ang pagdikit at kontaminasyon ng mga dumi (dumi) habang nakikipagtalik.

## Gaano katagal maaaring dalhin ng isang nahawaang tao ang parasitikong *Giardia*?

Maaaring ilabas ng mga tao ang *Giardia* sa kanilang mga dumi sa loob ng ilang linggo hanggang ilang buwan. Maaaring paikliin ng gamot ang sakit at ang oras na nananatili ang parasitiko sa dumi.

### **Dapat bang hindi kasama sa trabaho o paaralan ang isang nahawaang tao?**

Ang mga taong nagtatae ay kailangang ibukod sa pangangalaga ng bata, pangangalaga sa pasyente, o pangangasiwa ng pagkain, kung saan maaari silang magdulot ng panganib sa iba. Karamihan sa mga tao ay maaaring bumalik sa trabaho o paaralan kapag huminto na ang pagtatae, sa kondisyon na dapat nilang hugasan ng mabuti ang kanilang mga kamay gamit ang sabon at tubig pagkatapos ng bawat pagbisita sa palikuran, pagkatapos magpalit ng lampin, at bago maghanda ng pagkain. Ang departamento ng kalusugan ay magbibigay ng partikular na payo sa bawat sitwasyon kung saan ang taong nahawahan ay isang tagahawak ng pagkain, manggagawa sa pangangalagang pangkalusugan, o manggagawa sa pangangalaga ng bata o dumadalo.

## Paano ko pa higit na matutunan ang tungkol sa giardiasis?

- Kung mayroon kang mga alalahanin tungkol sa giardiasis, makipag-ugnayan sa iyong tagapangalaga ng kalusugan.
- Tawagan ang iyong lokal na departamento ng kalusugan. Ang isang direktoryo ng mga lokal na departamento ng kalusugan ay matatagpuan sa <http://www.vdh.virginia.gov/local-health-districts/>.
- Bisitahin ang website ng Centers for Disease Control and Prevention sa <http://www.cdc.gov/parasites/giardia>.