

## Nganong maghatag ug Pagsuplemento sa Bitamina A sa mga bata nga nag edad 6 hangtod sa 56 ka bulan

- 1. Kini gikinahanglan** — Ang Bitamina A usa ka gikinahanglanong sustansiya sa atong lawas, apan ang mga bata nagkinahanglan niini aron mabuhi ug molungtad.
- 2. Kini nagagikan sa mga pagkaon ug suplemento** — Ang mga pagkaon nga buhong sa Bitamina A lakip ang gatas sa inahan ug mga produkto sa hayop sama sa karne, isda ug gatasan. Anaa usab kini sa mga berdeng utanon sama sa alugbati ug masilawon nga pula ug orange ang kolor na mga prutas ug gulay, sama sa mga manga, patatas ug karot. Ang mga bata nga dili makakaon ug igo niini nga mga pagkaon nagkinahanglan sa pagsuplemento sa Bitamina A aron mapanalipdan batok sa kakulangon sa Bitamina A.
- 3. Kung wala niini, ang kakulangon mahitabo** — Ang kakulangon sa Bitamina A nakaapekto sa gibana bana nga 190 ka milyones ka mga bata nga nag edad ug 6 hangtod sa 56 ka bulan sa tibuok kalibutan. Ang kakulangon sa Bitamina A maoy hinungdan sa pagkabuta ug mga sakit sa mga bata sama sa diarrhea, mga impeksiyon human sa tipdas ug uban pa. Ang kakulangon sa Bitamina A ang adunay kinadak-ang kontribusyon sa pagpangamatay sa bata. Mao kini ang hinungdan ngano ang pagpakunhod sa kakulangon sa Bitamina A maoy pinakamahinungdanon nga elemento sa mga programa sa pagluwas sa mga bata.
- 4. Paghatag ug malukpanong pagsuplemento aron mapaubos ang pagpangamatay sa bata** — Ang World Health Organization nag-awhag nga ang tanang mga bata nga may edad 6-59 ka bulan makadawat sa pagsuplemento sa Bitamina A kada 4-6 ka bulan kung nagapuyo sa mga nasud nga ang kakulangon sa Bitamina A usa ka kasarangan o grabe nga pampublikong problema sa panglawas. Kini usa ka pagsumpo, dili pagpanambal nga paagi sa pagpapha sa kakulangon sa Bitamina A. Ang malukpanong pagsuplemento sa Bitamina A makapaubos sa pagpangamatay sa bata duol sa 24%.

## Pagtambag sa mga inahan ug uban pang mga tig-alima

### 1. Mga kapsula nga adunay 2 ka koda sa kolor, tukma sa edad nga kalig-on

Ang asul nga kapsula nagadala ug 100,000 iu nga Bitamina A-para sa mga bata nga may edad 6-11 ka bulan

Ang pula nga kapsula nagadala ug 200,000 iu nga Bitamina A – para sa mga bata nga may edad 12 hangtod sa ika-59 ka bulan.



**2. Ihatag ang Bitamina A kada 6 ka bulan** — Sugod sa edad 6 ka bulan, ang mga bata gikinahanglan nga makakuha ug usa ka dosis sa Bitamina A kada 4 hangtod 6 ka bulan hangtod sila makaabot sa ilang ika-5 nga birthday.

**3. Kini luwas** — Ang Bitamina A hilabihang luwas para sa mga bata. Sukad niadtong 1997 sobra sa 8 ka bilyones nga dosis sa Bitamina A ang gipanghatag sa tibuok kalibutan. Walay nahibaloan nga namatay tungod sa pagsuplemento sa Bitamina A ug kini mahimong ihatag dungan sa mga bakuna, pagpurga, multivitamins, ug mga pagkaon nga makapalig on.

**4. 5 ka mga Benepisyo** — Ang pagsuplemento sa Bitamina A makahimo sa mga bata na himsog ug baskog agi sa 1.) pagsumpo sa pagkabuta sa mga bata (xerophthalmia), 2.) pagpa-usbaw sa sistemang pangluwas sa mga sakit, 3.) mapaubos ang peligro sa pagpangamatay sa mga bag-ong panganak na bata ug mga gagmayng bata duol sa 24%, 4.) mapakunhod sa mga panghitabo ug kabangis sa kalibangan ug tipdas, ug 5.) mapaubos ang anemia.

**5. Ang 5 ka dautang epekto talagsaon ra ug kasamtangan** — Dul-an sa 5 sa matag 100 nga bata ang may nasinati nga usa ug labaw pa nga dautang epekto sa Bitamina A. Ang dautang epekto moluntad lang sa labing taas sa 48 ka oras human mahatagan sa Bitamina A unya kini mawala lang. Sa talagsaong kaso nga ang dautang epekto nahitabo\*, lakip niini ang 1) kasukaon 2) pagsuka suka 3) labad sa ulo 4) pagkawala sa gana sa pagkaon o 5) paghubag sa hubon (humok nga bahin sa ibabaw sa ulo). **Kung ang sintomas moluntad pa ug labaw sa 2 ka adlaw, o kung may uban pang mga sintomas ang motumaw, dan ang bata nanginahanglan ug medical nga pagtagad.**

## Unsaon paghatod sa Bitamina A ngadto sa mga bata nga nag edad ug 6 hangtod sa 59 ka bulan

**! Dili gayod ipauli sa balay ang Bitamina A sa tig-alima aron ihatag sa bata sa ulahi !**

### 3 ka angayang sukaranan\*

Ang bata kinahanglan makabaton sa tanang 3 ka sukaranan aron mahimong takos sa pagsuplemento sa Bitamina A.

**1. Nag-edad sa 6 – 59 ka bulan** — Ang bata kinahanglan mag edad ug 6 ka bulan sa panahon sa iyang unang dosis, ug wala pa sya makaabot sa iyang ika-5 nga birthday kon madawat niya ang hinapos na dosis sa Bitamina A.

**2. Ang katapusang dosis kinahanglan sa miaging usa ka bulan** — Ang bata wala pa makadawat sa Bitamina A sa miaging 1 ka bulan (4 ka semana).

**3. Panglawas nga patigayon: Walay grabeng kalisod sa pagginhawa** — Ang bata walay grabeng kalisod sa pagginhawa sa adlaw sa ilang pagtungha para sa Bitamina A.

Kung ang bata adunay grabeng kalisod sa pagginhawa karon, ayaw ihatag ang serbisyo ug idangop ang bata para sa medical nga hinabang.

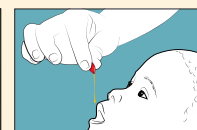
### Gamita ang mga maayong pamatasan sa paglikay sa impeksyon.

**1. Maghugas sa mga kamot kada oras nga maghatag sa Bitamina A** — Hugasi ang mga kamot gamit ang panghugas sa kamot nga hinaluan sa alcohol, o sabon ug limpyo nga tubig, kada oras bag-o maghatag ug Bitamina A sa bata.

**2. Gamita ang limpyo nga gunting ug trapohi ang sobra nga lana** — Gamita ang limpyo nga gunting sa pagputol sa tumoy sa kapsula. Pagkahuman maghatag sa Bitamina A, trapohi ang sobra nga lana gikan sa imong mga kamot ug gunting.

**3. Ayaw tanduga/guniti ang bata** — Aron malikayan ang pagbalhin sa mga impeksyon, ang inahan/tig-alima mao lang ang tawong maggunit sa bata. Hatagan sa pahimangno ang inahan/tig-alima nga suportahan ang ulo sa bata ug aseguro nga ang baba sa bata nagnganga aron sa pagdawat sa Bitamina A.

**4. Ayaw puga sa bata sa pag-inom sa Bitamina A** — Iseguro nga ang bata kalmado. **Aron gamay ang peligro nga matuk-an, ayaw puga ang bata sa pagtomar sa Bitamina A ug ayaw kini ihatag sa bata nga naghilak.**



## Nganong maghatag ug pampurga sa mga bata nga anaa sa preschool nga nag edad 12 hangtod sa 59 ka bulan?

**1. Kini makapa-usbaw sa panglawas ug sa kahimtang pangnutrisyon.** — Ang pagpurga makapagawas sa mga bitok sa tyan, labing ilado isip mga bitok nga nagagikan sa yuta (STH). Ang mga bata nga walay bitok adunay mas maayong kahimtang pangnutrisyon, paspas motubo, ug mas dali makakat-on. Ang pagtambal sa mga bata para sa bitok usa sa pinakayano ug pinaka-epektibo ang bili nga pamaagi sa pagpa-uswag sa ilang panglawas.

**2. Kon walay pagpurga** — Ang mga bitok nga nagagikan sa yuta, nga kasagarang ginatawag nga mga bitok sa tyan lakip ang roundworms, hookworms, ug whipworms. Ang STH makahatag ug sakit ug makapa-among sa nutrisyon sa mga bata nga anaa sa preschool nga nag edad 12-59 ka bulan. Kon dili matambalan, ang mga bitok sa tyan makaingon sa “hilom nga pag-antos”, makapakunhod sa nutrisyon, makaingon sa kakulangon sa mga mahinungdanong bitamina ug mineral, lakip na ang anemia. Ang STH makahatag usab ug negatibong epekto sa kahimtang sa Bitamina A. Adunay gibana-bana nga 266 ka milyones na mga bata sa preschool nga ubos sa edad 5 ang anaa sa peligro sa impeksyon sa STH sa tibuok kalibutan.

**3. Mga Himsog nga mga Pamatasan sa Paglikay** — Ang mga bitok sa tyan ug ang ilang mga itlog mokaylap pinaagi sa tai, nga makapahugaw sa yuta ug tubig. Ang mga himsog nga mga pamatasan nga makapakgang sa pagkaylap sa STH ug lakip ang: a) pag-inom sa luwas nga tubig, b) paggamit sa inidoro, c) pagsuot ug sapatos, d) paghugas sa mga prutas ug gulay sa limpyo nga tubig, e) pagluto sa mga hilaw nga pagkaon, f) ang paghugas sa mga kamot gamit ang sabon ug limpyo nga tubig bag-o mokaon o magpakaon sa uban, ug kung human paggamit sa kasilyas, ug g) dili pagtugot sa mga bata nga mokaon ug yuta ug tai sa hayop.

**4. Ihatag ang pampurga aron mouswag ang panglawas ug nutrisyon.** — Ang WHO nagsugyot nga ang tanang mga bata nga nag edad 12 hangtod sa 59 ka bulan makadawat ug makapasumpo nga pampurga kon nagpuyo sa mga nasud nga makanunayong makita ang STH.

## Pagtambag sa mga inahan ug mga tig-alima mahitungod sa pagpurga

**1. Tukma sa edad nga pampurga nga dosis gamit ang Albendazole** — KANUNAY dugmuka ang pampurga nga tabletas alang sa TANANG bata nga ubos sa 5 ka tuig

**200mg (i.e., tunga sa tablet, gidugmok)** — para sa mga bata nga may edad 12 hangtod 23 ka bulan.

Kong nagamit ug tunga sa tablet, hiposa ang lain nga katunga aron magamit sa lain nga bata.

**400mg (i.e., usa ka tibuok nga tableta, gidugmok)** — para sa mga bata nga nag-edad 24 hangtod 59 ka bulan.

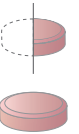
**2. Ihatag ang pampurga kada 4 hangtod 6 ka bulan** — Hatagi ang mga bata nga nag edad 12 hangtod sa 59 ka bulan ug tukma sa edad nga dosis nga pampurga kada 4 hangtod 6 ka bulan dungan sa Bitamina A.

**3. Kini luwas** — Ang pagpurga ginatuohan nga hilabihang luwas, ug mahimong ihatag dungan sa pagsuplemento sa Bitamina A, mga bakuna, multivitamins ug makapabaskog nga mga pagkaon.

**4. 5 ka mga Benepisyos** — Ang pagpurga sa mga bata nga nag edad 12-59 ka bulan 1) makapahawa sa mga bitok gikan sa lawas sa bata, ug sa paghimo niini, kini 2) makapa-uswag sa kahimtang pangnutrisyon, 3) makapa-uswag sa kahimtang sa mga mahinungdanong bitamina ug mineral.

**5. 6 ka mga dautang epekto nga talagsaon ug kasamtangan** — Dul-an sa 5 sa matag 100 ka mga bata ang mahimong makakuha sa usa ug labaw pa nga mga dautang epekto gikan sa pagpurga. Ang mga dautang epekto talagsaon ug dili molungtad sa labaw sa 48 ka oras diha dayon pagsunod sa pagpurga. Sa talagsaong kaso ang mga dautang epekto nga nahitabo\* kini gilangkuban sa: 1) labad sa ulo, 2) kasukahon, 3) pagsuka suka, 4) pagkahago, 5) swabeng sakit sa tyan, o 6) kalibanga.

**6. Mga Lain pang epekto sa pagpurga** — Ang mga bitok mahimong makita sa tai sa bata, ug sa hilabihang talagsaong kaso, ang mga bitok mahimong mogawas sa ilong ug sa baba. Sa ingon aning mga kaso, ang tig-alima kinahanglan tabangan ang bata sa hinay hinay na pagbira sa mga bitok o pagluwa niini pagawas. **Kung ang sintomas moluntad pa ug labaw sa 2 ka adlaw, o kung may uban pang mga sintomas ang motumaw, dan ang bata nanginahanglan ug medical nga pagtagad.**



## Unsaon paghatod sa pampurga sa mga bata nga nag edad 12 hangtod sa 59 ka bulan

**! Dili gayod ipauli sa balay ang pampurga !  
• sa tig-alima aron ihatag sa bata sa ulahi !**

### Mga takos nga sukaranan\*

Ang bata kinahanglan makabaton sa tanang 6 ka sukaranan aron mahimong takos sa pagpurga.

**1. Nag-edad sa 12 – 59 ka bulan** — Ipaniguro nga ang bata anaa sa sulod sa 12 hangtod sa 59 ka bulan nga laray sa edad.

**2. Ang katapusang dosis kinahanglan sa miaging usa ka bulan** — Ang bata wala pa nakadawat sa pampurga sa miaging usa kabulan (4 ka semana)

**3. Mga Panglawas nga patigayon** — Kinahanglan sigurado nga ang bata wala bisan unsa nianing mga panglawas nga patigayon karon:

- Grabeng kalisod sa pagginhawa
- Kalintora,
- Pagsuka suka, o
- Grabeng kalibanga.

Kung ang bata adunay bisan unsa nianing mga panglawas nga patigayon, ayaw hatagi sa pampurga ug idangop ang bata para sa medical na hinabang.

### Gamita ang mga maayong pamatasan sa paglikay sa impeksyon

**1. Maghugas sa mga kamot kada oras nga maghatag sa pampurga** — Hugasi ang mga kamot gamit ang panghugas sa kamot nga hinaluan sa alcohol, o sabon ug limpyo nga tubig, kada oras bag-o maghatag sa pampurga.

**2. Dugmuka ang tablet** — KANUNAY dugmuka ang pampurga nga tabletas alang sa TANANG bata nga ubos sa 5 ka tuig. Sagad sa edad sa bata, magbutang ug tunga o usa ka tibuok tableta sa sulod sa gamay, nga pinilo na papel. Gamit ang botelya, dugmuka ang tableta hangtod mapolbos. Ang pinilong papel mahimong imbudo sa pagbubo sa polbos ngadto sa baba sa bata.

**3. Ayaw tanduga/guniti ang bata** — Hangyos ang tig-alima nga suportahan ang likod sa ulo sa bata ug ipaniguro nga ang baba sa bata nagnganga. Gamita ang papel nga imbudo aron hinay-hinay nga ibubo ang dugmok nga tableta ngadto sa baba sa bata.

**4. Ayaw pugsa ang bata sa pagtomar sa pampurga** — Ipaubos ang mga dili buot nga mga peligro nga matuk-an pinaagi sa pagpaniguro nga kalmado ang bata ug andam nga motomar sa pampurga nga tableta. Ayaw pugsa ang bata sa pagtomar sa pampurga ug ayaw kini ihatag sa bata nga naghilak.

**5. Maghatag sa limpyo nga tubig immunon pagkahuman sa pagpurga**

Pagkahuman mahatagan sa pampurga ang bata, mahimong hatagan ug limpyo nga tubig immunon sa usa ka tasa. Apan kung walay mainom nga limpyo na tubig, magpabukal, pagsala o pagbutang ug chlorine sa tubig ang makapahimo niani nga luwas nga immunon.

