



SEBAKELWA SA-MALARIYA '19

www.traveldoccorp.com

1 HO SEBETSA

Malaria ke yona ntho ya bohlokwahadi lefung lena leo e leng-parasitic e kudising batho ba fetang makholo a mabedi a dikete 200 000 le ho bolaya batho ba kabang makholo amahlana a dikete lefatsheng ka bophara.

Epidemiology ya lefu lena ke tsietsi, hoya feela ka bophahamo kapa bona boemo ba lehodimo. (Mocheso le hona ho theoha ha boemo ba lehodimo), dibakeng nang le monwang o mongata. Maemo ana a laolwa ke boitshwara kapa kamoo batho bahlokomelang maphele a bona. Diperesente tse mashome amane/40% mafatsheng a ka bang lekholo le borobong,-109, dibakeng tsena mmoho le baeti ba ba tsietsing yaho ka fumana lefu lena la -Malaria. Haholoholo dibakeng tse Afrika e tlase e leng-Sahara, Papua, New Guinea mmoho le dihlehleke -Solomon Islands. Sub-continent ya-INDIYA, Amazon basin le dibaka tse tlaase botjhabela ba-Asia le tsona di tlakotsing kapa kotsing e kholo.

Ntho ehlokolosi haholo mefuteng e mehlano-5 ya Plasmodium ebakwang ke-Malaria ho batho-Plasmodium falciparum, eo e leng-parasite e fumanehang ka bongata-Afrika Me e tobane le tsohle tse bakeng lefu la-Malaria lefatsheng kaofela. [P. falciparum "ebaka-cerebral" ya boko ya-malaria, ho phekumoloha kapa hona ho hema, le ho hlakofatsa diho tse mmalwa tsa mmele wa motho.

Malaria ka baka la mofuta o mong e leng (non-falciparum malaria) ha ho se bakeng lefu ha motho a kula haholo, ntle le haeba e le mosadi wa mokhachane/ kapa moimana kapa batho ba nang le mahloko a sa phokoleheng. Tsena ke : P. vivax; P. malariae; P. ovale; P. knowlesi. Tseo e leng tsona tse bakeng Malaria ho batho.

Ke-Plasmodium vivax mmoho le-Plasmodium ovale e bakeng ho kula ho phetahanang ntle le tshwaetso e fumanehang sebeteng hoba seng batsamaile./hlokahetse. Lefu lena le thijelwa ke-Primaquine, e leng kokwana e sa kang ya sebediswa ho phokola-Malaria ekhoho. Dibakeng tse ngata lefatsheng P. falciparum e ile ya bonahatsa kapa ho hlalisa mefuta e fapaneng ya ditshetatsi tse Iwanang le hona ho thibela Malaria. Ha hona se thibedi sa -malaria.

2 HO SEBETSA

Malaria e fumaneha ka ho longwa ke kokoana e nang le -anopheles. (di-parasites tse yang sebetse le disele tsa madi tse khubedu. Nako ya ho bolaya kokwanahloko ena e bakeng ho kula-ekaba matsatsi a supileng-7 ho isa ho a leshome le metso e supileng-17. Mefuteng yohle ya Malaria, ntle le-P. malariae ebonahala pakeng tsa Matsatsi a leshome le metso e robeli/18 ho isa ho a mashome amane-40. Hona ho ka nna ha fetoha haholo ka baka la maemo a ikhethileng. Ho qala ha ho kula kapa bohloko ha o longwe ke monwang.

Ha ho matsoa a Malaria : Batho bohle ba fumana mahloko a ka tshwanang le lefuba/sefuba le matshwao a ke keng a bapiswa hohang, (HO BATLISISA MALARIA); ekaba mokhohlane, ho hatsele kapa hlooho e opang, lehlatsi le ho sebetse ha mala. Malaria e ka thijwa Fela ka ho hlalohwa (BOITSHWARO HO TSA BOPHELO) mme pheko e tshwanetswe ho bonwa kapele-pele.

Ho hlalohwa ho nepahetseng le ho fumana pheko ya sebele, e kaba motheong le tlhakisetong e phethahetseng ya metsamae ya motho, e be kliniking e nang le labalatri etshepahalang ho ka khutlisa bonnete ba di tswa morao. Hore o fumantswe pheko e nepahetseng ya Malaria. Mohlomong le mafu a mang a ke keng a beha bophelo kotsing, a ka nnang a tla ka mokhwa wa sefuba kapa ona mokhohlane.

3 HO ITSHIRELE TSA

1. O qobe ho longwa: Anopheles ya monwang, etsoma kapelepele ka nako ya matsiboya le ha bosiu bo tla sa. Hlokomela dinako tseo, hohle dibakeng tseo o etelang ho tsona moo ho nang le khonahalo yaho tshwaetso ke Malaria. Haholoholo nako tse ka mora hoba hore dipula, O hlokomela ho dula o apere diapiro tse matsoho a malele le marikhwe, dikausu le dieta. **(I-90% ya thokomediso eba ka tlasa magole!) Kopa-DEET** (diethyltoluamide) etshireletsang letlalong diphoofolo ebonahlang ka nako tsohle le ha e kaba dihire tse nne-4. O robale sebakeng se kenang moya kapa se nang le sesireletsi. (screened accommodation) kapa hona hob a le nnetel!

2. Ho fumana thuso ya pele: Ho kula hofe kapa hofe. (mokhohlane/sefuba, mohatsela./ho thothomela, hlooho, misifa ebhloko mmeleng, ho hlatsa, kapa ho sebelisa mala) ho qala ka matsatsi a supileng-7, khwedi tse tshelatseng-6 kapa ho feta, kamora ho tsamaya sebakeng se nang le kotsi ya tshwaetso ya Malaria, ho lokela ho shejwa jwaloka ha e le, -malaria. Ho sa natshe hore o nahana ho hlalohwa /-malaria- ditshetatsi di nowe ka mokhwa le tsel e nepahetseng. Batlisa sebaka sa thlahlobo e tebileng kapele, mme o tiisetse hore ke kliniki e nang le laborateri ya nnete, e tshepahalang, ho shejwe le mading-malaria smear/le hona ho hlaloha -antigen, le madi ka ho phethahala.

3. Nwaa diPilisi": tsa-malaria chemoprophylaxis tse bolayang-parasite ya malaria-pele ho leeto (-immunity malaria le ho thibela mafu/mahloko akabang a ka hodimo ho mokudi. Hona ho etsahala haholo ho-pasites madding a bafu ba dibete di jelweng. I-Atovaquine hammoho-/Proguanil, e sebetisa ka lebelo le lekhutshwanyane kamora ho longwa. Ha e le-Chemoprophylaxis e tshwanetswe ho nowa kapa ho sebediswa pele o filha sebakeng se nang le malaria, ho etsa bonnete ba hore tshireletso keya boemo ho hodimo. Hobane le ditshetatsi e be tse fumanehang. Prophylaxis e nowe beke tse nne-4 ha o se o suthile sebakeng seo hore parasite ena e fele ka ho phethahala etswang monwang. Ka baka la hobane-Atova- quone /-proguanil e sireletsa sebetse, e ka emiswa kamora matsatsi a supileng/7.

Ha hona mokhwa o phethahetseng kapa tsel e qoba ho longwa-100% ho thusang, empa e ikhethileng mme e sebediswe ka ho nepahala, ho fumaneha ho sireletsehile ka diperesente-90% ha ho kula ke-malaria. Le ha ho fumaneha mokudi ya karolo ya boko/cerebral a fokotseha le ho hlokalaha ho fokotseha haholo.

Ha hona diphumantswe tse phethahetseng, tse hlwekileng.

Matswallwa a sebaka se nang le malaria baphele ka tshireletso ya monwang ona mme maemo a ho hlokalaha a theoha haholo ka lebaka la tshireletso eo. Haholo ho ban aba sa leng ba banyenyane, le ba seng ba hodi-hodile.

Baeti ba s e nang mmele ba sokang ba eba le malaria, le ha ba fumane tshwaetso mme ba le kotsing, ha se ha ngata ba hlokalaha ke lefu la malaria.

4 BA- HLOKOMEDI BA MAPHELO

I-Mefloquine 250mg (Mefliam[®], Lariam[®]) Nka/Nwa pilisi -tablet e le nngwe-1, hangwe ka beke, ka matsatsi a tshwanang kamora ho dijo tsa hoseng ka metsi a mangata. Qala ka beke e ka pele ho leeto, moo ho nanga le tshwaetso, o tswelopele beke tse kamorao ho leeto. Ha eba o soka o nwa dipilisi pele ho leeto, ho eletswa hore o qale bekeng tse tharo pele o tla eta. Hlokomela tsebediso kapa ho nwa jwala bo thata dihireng tse mashome amabedi le metso e mene/24hrs pele le ka marao ho beke eo. Batho ba nang le lefu/bohloko ba jwala, kapa la keello-neuropsychiatric lefu le se nang matshwao, bakhanni ba-scuba/difofane, ba tlamehile ho qoba dibaka tse sa hlwekang. (hore matshwao a manyenyane, (idosi isb.) o nka halofo ya platile ka Sontaha ebe onka -pilisi/tablet e halofo ka tsatsi Labone). Ha eba mokhanni a enale matshwao, ho khatatseha ha keello kapa khatello kapa ho tawa ke sethetefatsi, mokhanni, fumana keletso kapelepele. Ka tsa bophelo.

- Baneng:-Mefloquine e tsoanetse ho tlhelwa baneng ba boima bo ka bang-5 kg. E noa fela ka tekanyetso e loketseng baimana.
- Baimana : dithetefatsi tse ikhethileng ka makhetlo a mararo.

I-Doxycycline 10(mabitso a mangata): Nka pilisi-tablet e le-nngwe1 kamehla, kamorao ho dijo tsa hoseng ka metsi a mangata. O qale matsatsi amabedi pele ho leeto, hoy a sebakeng se ka bang kotsi, le beke tse nne kamorao ho leeto. Matsatsi kaofela. Ntho e tshwanetseng ho sireletswa ke batho ba mala a bohloko kapa ba nang le diso. Batho ba nang le dikokwana-hloko tsa letsatsi, ba lokela ho nka mehato e itseng bakeng sa ho itshireletsa, motjhesong wa letsatsi le chesang haholo, (sunscreens).

- Bana: O tlameha ho sireletsa haholo ban aba lemo tse ka tlase hot se robedi /8 hobane ba santse ba hola.
- Baimana: Ho bonahetse haholo ka nako yaho o ithwala le ho nyantsha.

Atovaquone 250mg / **Proguanil** 100mg ekopanyeditse (Malanil[®] / Malarone[®] / Mozitec[®] / Malateq[®]): Nka pilisi e lenngwe/1 ka letsatsi kamorao ho dijo, tsa hoseng ka metsi a mangata. Qala letsatsi pele o filha, o tswelopele matsatsi ohle ao e etileng a supileng -7 kamorao ho tlaha sebakeng seo. Bakhanni ba lokelwa ke ho nka ka tsel e mokhwa o tlwehlehileng le thijelwa djalong.

- Baneng: Malanil[®] yadiphoofolo e ke lekanyetswa boima ba-11 kg. Ho nkuwa ka taelo ya boima.
- Baimana: Ho bonahaditswe ka nako yaho o ima le amusa kapa ho nyantsha.

5 HO LAOLWA HA MALARIA

Ha hona matshwao a malaria, motho e mong le e mong ya nang le mahloko a nang sefuba le tsena tse latelang e ka nna ya eba malaria: Ho hlatsa, hlooho e opang mesifa e le letshollo.

- Fumana thuso ya pheko kapelepele. Hoo ho ka fumaneha ha feela o belaela mme e be tiisetse, ya thlahlobo e nepahetseng, ya-malaria mme ho Netefatsi thlahlobo e netefatswang ke labalatri.
- Ha eba ho se tiisetse, o fumane meriana ho ngaka e netefaditsoeng, hore ke meriana e loketseng:

- Ikopele hoyang nang le tsebo e batsi ho o felehetsa thlahlobong ya-malaria-antigen
- Tse tla tswa thlahlobong di be ka letsohong la hao, o fumane tshetso kapa mohala hoyang nang le tsebo e tebileng ya maeto kapa hona ho etela .
- Ha eba thlahlobo e hantle o qalelle ho nka pheko ka tsel e tshwanetseng, (SBET).
- Iphumanele tsel ya ho latela pheko ya hao ka tshwanelo, kapelepele le hona.
- Hopola:

- Thlahlobo kapa teko e le nngwe e sa phethahalang e k eke ya hlalisa lefu kapa bohloko ba malaria.
- Ha se ka mokhohlane feela o ka bang le malaria, e ntse e ka nna ya aba bohloko kapa lefu le leng le kotsi. Le hlokalang hore o fumane pheko.

MALARIA EKABA MOSEBETSI O MONG HO DI-EXPATS TSA-AFRICAN CONTINENT.

6 HO LAOLWA HA MALARIA

Mola kapa boemo ba dichemikahle tse ka bang le malaria, leboteng la di-parasite- tse kang -antigen. Disebedisetswa ho hlaloha ho qala ha malaria, empa ha ho khonehe ho sebetisa ho bona pheko ya malaria. E ka dula e patehile beke tse ka bang tse pedi, mme e ntse e lokile kamorao ho thlahlobo, Hon a le tse itseng tse ikhethileng mmarakeng tse mmalwa le hona, empa ha se tsona kaofela tse lekaneng. Mme malaria e kotsi.

Mang kapa mangany a tla rata ho sebetisa masimong o tshwanetswe ho hlalohwa pele a ka nka leeto.

THUSO BAKENG SA THLAHLOBO.

Hona ho ka thusa haholo hore baeti ya pheko e tshepahalang dibakeng tsa ho okoa:
 • ba ileng ba fumana thlahlobo
 • Tse fumanehileng thlahlobong
 • ube le-RAT entle;
 Ho qala ho ikoka e sa le nako kapa kapele.

DITSHETEFATSI	SISITIMI	DI-PHUMANEH
I-Artemeter 20mg / Lumefantrine 120mg iKartat [®] / Riamet [®] kunye nezinye izinto	dipilisi tse nne-4 tsa ho qala, diphetwe kamora hora tse-8 mme ebe pilisi tse nne-4 kaofela hora tse-12 kaofela di be-24.	Eja dijo tse nang le phepo kappa lebeso le seng lengata.
I-quinine sulphate 1 ithebbu = 300mg Ngaphezulu Doxycycline 1 ithebbu = 100mg	Tsa ba baholo-2, ha raro ka letsatsi matsatsi a supileng-7. Babaholo ebe-tablet 1, ha bedi ka letsatsi e-7	O se ke wa nka mefloquine hare ho hora tse-12 tse-mefloquine Kamorao ho dijo

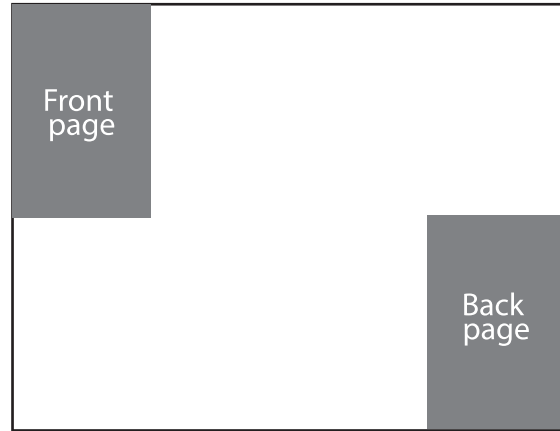
Baneng: Buisana le ngaka ka pheko.

Baeti ba na le ho kopana le ba-Afrika

Artesunate hammoho le-Mefloquine (Artequin[®]), iAmodiaquine (i-Falcim[®]), iSulfadoxine-Pyrimethamine (Arintate[®]) kapa-Dihydroartemisinin (i-Euraksim[®]). E le tsel e tshwanetseng ha ho hlokalaha engwe, e ya fumaneha. Ka ha melao ya-WHO, iArtesunate mmoho le tse fumanehileng ho yona ditshwanetswe ho sebediswa. Ho mokudi ofe kapa ofe, mokudi e mong le emong ya hlokalang-Quinine kapa-Artesunate, o tshwanetswe ho fumana thlokomelo ya boemo ho hodimo ba ho fumantswa pheko- ho be ho hlokalaha medevac.

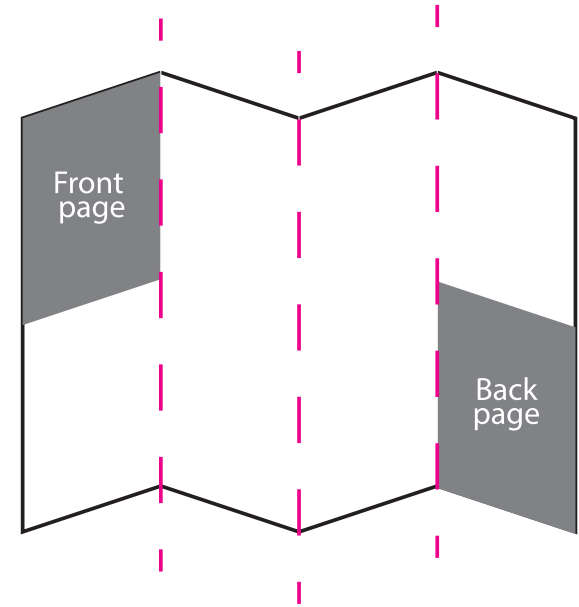
step 1

A4 Page



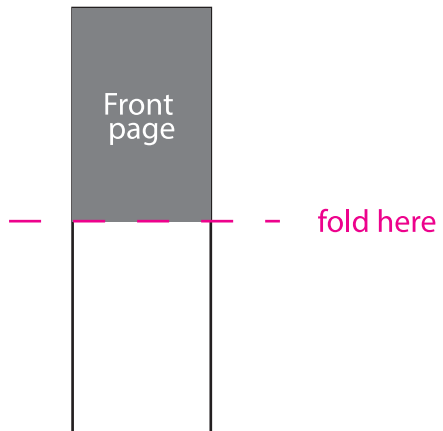
step 2

Fold page in 4 sections



step 3

Fold in half



step 4

Your booklet should look like this

