

Tetum translation of: *Swine flu vaccination: what you need to know*

INFORMASAUN

GRIFE FAHI

www.directgov.uk/swineflu

0800 1 513 513



Vasinasauun gripe fahi: Buat ne'ebé mak ita boot preziza atu hatene

Gripe. Proteje ita boot nia an rasik no mos ema seluk.

Saida mak gripe fahi?

Gripe fahi ne'e nu'udár moras respiratóriu nian ida ne'ebé hamosu husi distensaun (tipu) foun ida husi virus gripe nian. Vasina sira gripe sazónal nian ne'ebé disponível ona ne'e la proteje hodi hasoru gripe fahi, nune'e dezenvolve tiha ona vasina foun ida ba gripe ida-ne'e.

Gripe fahi ne'e grave oinsá?

Ba ema maioria, gripe fahi ne'e kma'an. Nia mai lalais deit no jeralmente sei dura too semana ida. Nia halo isin-manas, isin-kole, me'ar, no kakorok moras. Sintoma sira seluk bele inklui ulun-moras, moras múskulu, isin-malirin, fani, inus-been, lakon vontade atu han, mutan no diarreia.

Ema balu sei bele hetan moras ne'ebé grave liu bainhira kona gripe fahi. Hirak-ne'e bele inklui ema sira ne'ebé mak iha kondisaun saúde prazu naruk nian, sira ne'ebé isin-rua ka ema ne'ebé nia sistema imune nian afetadu ona husi moras ida ka husi tratamentu ba moras ida. Sira preziza ba ospital no, iha kazu sira ne'ebé aat liu, balu bele mate.

Tan ne'e mak importante atu hetan vasina ida hodi prevene ema hodi labele kona gripe fahi.

Kona-bá vasina gripe fahi nian

Dezenvolve ona vasina sira atu proteje hasoru virus ne'ebé hamosu gripe fahi. Iha marka vasina nian rua ne'ebé diferente – Pandemrix no Celvapan. Ema

barak ne'ebé hetan vasina Pandemrix nian sei presiza de'it doze ida. Enkuantu ema sira ne'ebé hetan vasina Celvapan nian sei presiza doze rua ho durasaun liutiha semana tolu.

Karik ne'e hanesan ho vasinasaun gripe sazónal nian?

Lae. Vasina gripe fahi nian ne'e lahanesan ho vasinasaun gripe sazónal nian nian ne'ebé oferese iha tinan-tinan. Vasina gripe sazónal nian ne'e la proteje hasoru gripe fahi. Se karik ita boot normalmente simu konsellu atu hetan vasinasaun gripe sazónal nian, ne'e katak ita boot tenke hetan duni vasina ne'e. Sira sei oferese mós vasina gripe fahi nian ba ita boot.

Vasina gripe sazónal nian la proteje hodi hasoru gripe fahi.

Sé mak sei hetan uluk vasinasaun ne'e?

Vasina ne'e sei oferese uluk ba ema sira ne'ebé mak sei bele hetan moras ne'ebé grave liu bainhira sira kona gripe fahi. Ema sira-ne'e mak iha grupu prioridade sira tuirmai:

1. Adultu no labarik sira ne'ebé iha idade fulan ne'en ba leten ne'ebé iha kondisaun saúde ida iha prazu naruk nian, inklui:

- Moras aten-book ne'ebé króniku
- Moras fuan ne'ebé króniku
- Moras rins ne'ebé króniku
- Moras aten (fígadu) ne'ebé króniku
- Moras neurolójiku ne'ebé króniku
- Diabete mellitus
- Immunosupresaun ne'ebé hamosu husi moras ida ka husi tratamentu ba moras ida. Pur ezemplu, ida-ne'e bele inklui ema sira ne'ebé laiha aten-raak (basu) ida, no mós ema sira ne'ebé mak hala'o hela tratamentu imunosupresante nian ka konsume doze aas husi esteroide sistémiku (sistema) nian.

2. Feto isin-rua sira ne'ebé iha faze gravidés ne'ebé deit

Kondisaun isin-rua nian bele halo ita boot iha situasaun ne'ebé perigu liu atu hetan moras ne'ebé grave liután se bainhira ita boot kona gripe fahi. Too ohin loron, evidénsia hatudu katak feto isin-rua sira bele dezenvolve komplikasaun sira ne'ebé grave liu dala haat resin husi gripe fahi nian no provável liután atu presiza ba ospital dala lima resin. Perigu husi gripe nian sei sai aas liután iha faze ikus sira husi gravidés nian.

3. Ema sira ne'ebé hela iha uma ida nia laran hamutuk ho ema ruma ne'ebé mak nia sistema imune nian ne'e komprometidu husi moras ka tratamentu

Se karik ita boot hela hamutuk ho ema ruma ne'ebé mak halo hela tratamentu ba moras-kankru, pur ezemplu, no ita boot kona gripe fahi, sira mós bele hetan gripe ne'e husi ita boot no bele hela moras liután.

Se karik ita boot iha sistema imune ida ne'ebé komprometidu maka'as tebes,

husu ba ema sira ne'ebé hela hamutuk ho ita boot atu hanoin kona-bá hetan vasina hodi ajuda proteje ita boot atu labele kona gripe fahi. Se ita boot laiha serteza kona-bá karik ita boot tenke hetan vasina, entaun ko'alia ho ita boot nia KJ (Klínika Jerál) ka enfermeiru/a konsultóriu/a.

Vasina ne'e mós oferese ona ba pesoál husi kuidadu saúde no sosiál nian sira ne'ebé karik iha kontaktu besik ho ema sira ne'ebé tama iha grupu sira iha leten ne'e.

Sé mak labele hetan vasina gripe fahi nian?

Iha ema uitoan deit mak labele hetan vasina gripe fahi nian. Vasina sira-ne'e labele fó ba ema ruma ne'ebé mak iha reasaun alérjiku ida ne'ebé maka'as ba doze anteriór ida husi vasina ne'e ka ba componente ruma husi vasina ne'e. Se karik ita boot preokupadu katak karik ida-ne'e bele aplika ba ita boot, entaun ko'alia ho ita boot nia KJ (Klínika Jerál) ka enfermeiru/a konsultóriu/a.

Oinsá ho ema sira ne'ebé iha alerjia ho manutolun?

Vasina Pandemrix nian ne'e prepara iha manu inan nia tolun laran iha maneira ne'ebé hanesan ho vasina sira gripe sazónal nian. Vasina ne'e labele fó ba ema sira ne'ebé mak iha moras reasaun anafiláktiku (anaphylactic reaction) ida ne'ebé konfirmadu (sente xoke ka dada iis susar) depois de espustu ba produktu sira manutolun nian. Vasina Celvapan ne'e la halo husi manutolun, nune'e ita boot tenke hetan vasina ne'e bainhira ita boot iha alerjia ne'ebé maka'as ba manutolun.

Oinsá ho ema sira seluk?

Bele oferese vasina ne'e ba ema sira ne'ebé la tama iha grupu prioridade sira ne'ebé mensiona ona ne'e iha faze ikus nian. Governu enkomenda ona vasina ne'ebé suficiente ba ema hotu iha rai-laran se karik situasaun rekere duni.

Saida tán mak hau presiza atu hatene?

Karik iha efeitu sekundáriu ruma?

Vasinasau hotu-hotu bele prodús efeitu sekundáriu sira hanesan isin mean, moras no bubu iha fatin ne'ebé hetan sona. Vasina gripe nian sira bele hamosu sintoma sira hanesan isin-manas, ulun-moras, moras múskulu, maibé sira-ne'e kma'an liu fali gripe ne'e rasik no sei dura ba loron ida ka nune'e.

Se karik ita boot hanoin katak ita boot ka ema ruma ne'ebé ita boot hatene hetan ona efeitu sekundáriu ida ne'ebé grave liután ba Pandemrix ka Celvapan, favór ida fó hatene ba Ajénsia Regulatóriu Medisina no produktu sira Prestasaun Saúde nian www.mhra.gov.uk/swineflu.

Vasina ne'e la moris no la bele hamosu gripe fahi.

Maibé oinsá mak ita bele iha serteza katak vasina foun sira-ne'e seguru no efikás?

Pandemrix no Celvapan ne'e nu'udár vasina sira ne'ebé autorizadu. Vasina sira hanesan kontein distensaun (tipu) virus gripe ida seluk (H5N1) ezamina ona klínikamente ba prova sira ne'ebé involve ema 5,000 resin, inklui katuas no ferik sira. Bainhira sira autoriza vasina sira-ne'e, Komisaun Europeia nian konsidera evidénsia hotu-hotu ho kuidadu no rekomenda katak bele uza vasina sira-ne'e.

Prova sira hatudu katak ema tolera di'ak vasina sira-ne'e no prodús antikorpun ne'ebé suficiente atu fó protesaun.

Esperiénsia ho vasina sira gripe sazonal nian hatudu ona katak muda distensaun (tipu) virus nian iha vasina ida nia laran la afeita substansialmente préfil seguransa husi vasina sira.

Karik vasina ne'e seguru ba feto sira ne'ebé isin-rua?

Ajénsia Medisina Europeia nian hatete ona katak Pandemrix no Celvapan bele fó ba feto sira ne'ebé isin-rua. Rekomenda ba feto sira ne'ebé isin-rua atu simu vasina gripe fahi nian tanba sira iha perigu ne'ebé boot liu atu hetan moras ne'ebé grave liu bainhira sira kona gripe fahi. Perigu sira-ne'e aumenta durante faze ikusliu husi gravidés nian.

Se karik ita boot besik atu hahoris ona, simu vasina gripe fahi nian bele tulun ita boot hodi evita la bele hetan gripe fahi no pasa ba ita boot nia bebé.

Karik hau sei presiza vasina gripe fahi nian bainhira hau hetan ona gripe fahi nian?

Kazu gripe fahi sira ho antesedénsia nian deit mak konfirma husi ezame laboratóriu ida, nune'e ema barak tebes mak la bele iha serteza katak sira hetan gripe fahi. Ema sira ne'ebé tama iha grupu prioridade nian tenke hetan nafatin vasina ne'e menus ke sira iha ezame pozitivu ida ba gripe fahi nian.

Saida mak hau tenke halo iha daudaun ne'e?

Se karik ita boot tama iha grupu prioridade sira atu hetan vasinasaun gripe fahi nian ne'ebé deskreve ona iha seksaun 'Sé mak sei hetan uluk vasinasaun ne'e?', ita boot sei simu konvite atu ba iha klínika imunizasaun ida ka atu halo enkontru ida iha ita boot nia fatin konsulta nian.

Ema hotu-hotu iha rai-laran sei lahetan sira nia vasina ezatamente iha tempu ne'ebé hanesan, nune'e lalika laran susar se karik ita boot la rona lalais kedas husi ita boot nia médiku KJ (Klínika Jerál) nian.

Maibé, se karik liutiha semana balu mak ita boot hanoin katak tuir loloos ita boot tenke hetan ona vasina ida maibé ita boot seidak hetan, entaun halo kontaktu

ho ita boot nia médiku KJ (Klínika Jerál) nian.

Depende ba ita boot nia tinan (idade) no kondisaun médiku nian, no mós vasina ida ne'ebé mak ita boot hetan, ita boot sei presiza doze rua. Ita boot nia KJ (Klínika Jerál) sei hatete ba ita boot se karik ita boot sei presiza atu halo enkontru akompañamentu nian hodi hetan doze segundu.

Se karik ita boot hanoin katak ita boot kona gripe fahi

Telefona ita boot nia KJ (Klínika Jerál) ka Irlanda du Norte nia liña assisténsia ba gripe fahi nian: **0800 0514 142**. Xamada sira-ne'e gratuita liuhusi liña fiksi. Xamada sira husi telemóvel no rede sira seluk nian bele lahanesan – favór kontaktu ita boot nia fornecedor.

Se karik ita boot hakarak hetan informasaun liután

Atu hetan informasaun jerál kona-bá gripe fahi:

www.direct.gov.uk/swineflu

0800 1 513 513

Tansá mak hetan vasina ne'e nu'udár ideia di'ak ida?

Hetan vasina hasoru gripe fahi nian sei:

- ajuda proteje ita boot hasoru gripe fahi
- ajuda proteje ita boot nia família no mós ema sira seluk ne'ebé besik ba ita boot – tanba ladún provável atu sira hetan virus ne'e husi ita boot
- ajuda proteje ita boot hasoru efeitu aban-bainrua nian husi infesaun sira ne'ebé hamosu husi virus gripe fahi nian.

© Crown copyright 2009

Produced by COI for the Department of Health

Translation provided by the Public Health Agency

