

Rete an sante prentan sa a

28 janvyè 2025

Chè Kominote ki sou Kanpis la,

Kòm nouvo semès la kòmanse, nou antre nan gwo sezon pou rim sèvo, grip, ak lòt maladi respiratwa. Sante ou se pi gwo priyorite nou. Nou ka sipòte youn lòt epi kenbe yon kominote ki an sekirite ak an sante lè nou pran mezi prevantif epi itilize resous kanpis la.

Men kèk konsèy byennèt pou nou swiv sezon ivè sa:

- **Anpeche pwopagasyon an:**

- Lave souvan men yo ak dlo epi savon, oswa itilizasyon dezenfektan pou men yo, se premye liy defans nou kont mikwòb.
- Asire w ke w lave men w avèk savon ak dlo, sitou apre w fin itilize twalèt epi anvan w manje.
- Pa bliye pou nou kouvri bouch nou ak nen nou lè n ap touse oswa estènen; mete yon mask si nou malad.

- **Rete ajou ak vaksen yo:**

- Pwoteje tèt ou kont grip ak lòt viris respiratwa. Pran vaksen w kont grip la nan Sant Sante Inivèsitè a ak mizajou vaksen COVID-19 la nan yon famasi ki nan kominote w lan.

- **Koute kò w:**

- Ou pa santi w byen? Rete lakay ou, repoze w, epi konsilte yon medsen si sa nesèsè. Sonje, yon entèvansyon byen bonè ka diminye dire maladi a epi anpeche pwopagasyon l bay lòt moun.

Nowoviris

CDC rapòte yon ogmantasyon nan **Nowoviris**, yon viris kontajye ki lakòz kè plen, vomisman, dyare, ak doulè nan vant epi ki ka pwopaje nan manje, dlo, ak sifas moun manyen anpil. Yo

souvan konfonn nowoviris ak "grip entestinal, " byenke viris la pa gen rapò ak grip la.

- Sentòm yo parèt 12 a 48 èdtan apre kontaminasyon an epi yo dire apeprè youn (1) a twa (3) jou.
- Moun yo pi kontajye lè sentòm yo kòmanse ak pou kèk jou annapre, men yo ka rete kontajye pou jiska 2 semèn.
- Dezenfektan ki a baz alkòl yo pa efikas kont nowoviris, men lave men ou ak savon ak dlo efikas, epi sèvi ak klowòks pou netwaye sifas ki kontamine yo efikas tou.

Sant Sante Inivèsité a rete patnè ki devwe pou byennèt ou epi li la pou sipòte w lè l ofri sa ki annapre yo:

- **Asistans Vityèl:** Tchat sou entènèt ak asistan vityèl nou an pou jwenn repons pou anpil kesyon yo poze souvan sou sèvis sant sante yo.
- **Randevou medikal:** Si w santi w pa byen, planifye yon vizit pou yon founisè swen medikal evalye w.
- **Pwomosyon sante ak sèvis byennèt:** Eksplòre opòtinite byennèt ki divès ak enklizif ki pèmèt ou atenn tout potansyèl ou, sòti nan konsiltasyon endividyèl ak edikatè sou zafè sante ak nitrisyonis yo, rive nan atelye ak edikasyon sou byennèt.

Rete an sante, fè pati pa ou pou kenbe lòt Terps an sante, epi pou w byen,



Spyridon S. Marinopoulos, MD, MBA, FACP

Direktè, Sant Sante Inivèsité a

Ofisye Medikal Anchèf, Inivèsite Maryland

Li (Pwonon Maskilen)