UK Health Security Agency

NaTHNaC

Rírìn ìrìn-àjò sí ẹ̀yìn odi láti s’àbẹ̀wò sí àwọn ọ̀rẹ́ àti ẹbí

Ìmọ̀ràn fún àwọn arìnrìn-àjò

Múra sílẹ̀ láti dín àwọn ewu ìlera ẹ̀yìn odi tó seéṣe kù, kódà bí ò bá ń s'àbẹwo sí àwọn ọ̀rẹ́ àti ẹbí.

O le wà nínú ewu àwọn ààrùn tí ẹ̀fọn tàbí ẹranko ń tàn ká bíi dengue, Zika àti àìsàn ìyawèrè ajá àti àwọn àrànmọ́ tí oúnjẹ àti omi bíbàjẹ́ ń tàn ká, bíi ibà táífọ̀dù àti ìgbẹ́ gbuuru ti arìnrìn àjò.

Ṣe àyẹ́wọ̀ bí o bá nílò abẹ́rẹ́ àjẹsára tàbí àwọn òògùn ibà oníkóro sáájú kí o tó lọ.

Tẹ̀lé àwọn ìlànà ìmọ́tótó oúnjẹ àti omi dídára kí o sì yàgò fún jíjẹ́ tàbí f'ọwọ́kan ẹran igbó.

O kò ní ààbò àmútọ̀runwá tako àwọn ààrùn bíi ibà tàbí ibà táífọ̀dù kódà tí o bá dàgbà, gbé ní tàbí ṣ'àbẹ̀wò sí àwọn orílẹ̀-èdè tó l'éwu lóòrèkóòrè.

Ọ̀pọ̀ ìṣẹ̀lẹ̀ àwọn ibà tàbí ibà táífọ̀dù ti orílẹ̀-èdè UK ni a ti rí nínú àwọn tó rìnrìn àjò sí àwọn orílẹ̀-èdè tí wón má nlọ lóòrèkóòrè tàbí tí wọ́n ńgbé tẹ́lẹ̀.

Kínni kí nṣe sáájú ìrìn-àjò?

Yẹ àwọn ewu ìlera wò fún àwọn ibi tí ò ńlọ àti bí o ṣe le dín wọn kù nípa lílo àwọn ojú-ìwé ìwífún NaTHNaC ti orílẹ̀-èdè: **www.travelhealthpro.org.uk/countries**

Kódà bí o bá ti ṣe àbẹ̀wò sí tàbí gbé ní orílẹ̀-èdè kan tẹ́lẹ̀, o kò ní ní ààbò kanna tako àwọn àrànmọ́ bíi àwọn ènìyàn agbègbè tí wọ́n sì wà ní ewu.

Rí GP rẹ, òsìṣẹ nọ́ọ̀sì rẹ, elégbòji òyìnbó tàbí ilé-ìwòsàn ìrìn-àjò ní ọ̀sẹ̀ 4-6 sáájú ìrìn-àjò fún ìmọ̀ràn ẹnìkọ̀ọ̀kan, àwọn abẹ́rẹ́ àjẹsára ìrìn-àjò àti ìyàgò fún ibà, bí ó bá bá ibi tí ò ńlọ mu.

O gbọ́dọ̀ ṣe àyẹ̀wọ̀ bákannáà wípé ìlànà àwọn abẹ́rẹ́ àjẹsára èwe rẹ wà lójú ọjọ́, o ní ìpèsè àwọn òògùn dídára kí o sì gba ìdójútòfò ìrìn-àjò fún gbogbo ìrìn-àjò rẹ.

Bí o bá ti ní àwọn ìsòro ìlera, ńjẹ́ o l’óyun tàbí ò ń gbìyànjú láti l’óyún o le nílò àfikún ìmọ̀ràn ìlera tàbí àwọn òògùn ibà fún àwọn orílẹ̀-èdè kọ̀ọ̀kan.

Rántí

Kò tíi pẹ́jù láti gba ìmọ̀ràn ìrìn àjò sáájú kí o tó lọ; ọ̀pọ̀ ilé ìwòsàn ìrìn-àjò àti ilé ìta òògùn ńfúnni ní ìpàdé pàjáwìrì.

Kínni kín nṣe bí mo bá wà ní ẹ̀yìn odi?

Bí ò bá ńṣe àbẹ̀wò sí àwọn agbègbè tóní àwọn kòkòrò tó ńtan ààrùn ká bíi ibà tàbí dengue, ríi dájú pé o lo ohun tó ńlé kòkòrò, bo ara tó ṣí sílẹ̀ kí o sì sùn sí abẹ́ àpò ẹ̀fọn ibùsùn tí a ti tọ́jú pẹ̀lú òògun kòkòrò bí o kò bá gbé nínú ilé tóní ẹ̀rọ amúlétutù.

Bí o bá ní àwọn òògùn ibà oníkóro tí wọn fún ọ, tẹ̀lé gbogbo àwọn ìlànà dáradára (pẹ̀lú bíbẹ̀rẹ̀ sáájú ìrìn-àjò) kí o sì rántí láti parí ẹ̀kọ́ náà nígbàtí o bá padà sí orílẹ̀-èdè UK.

Àwọn ààrùn tí oúnjẹ àti omi bíbàjẹ́ ńtan ka wọ́pọ̀ gidigidi ní àwọn orílẹ̀-èdè tóní ìgbéléwọ̀n ìmọ́tótó oúnjẹ tó lọọlẹ̀, ilé ìyàgbẹ́ ati ohun ìfọwọ́ pérete àti ààyè sí omi mímọ́ tí kò dára.

Fọ àwọn ọwọ́ rẹ lóòrèkóòrè, pàápàá jùlọ kí o tó pèsè oúnjẹ, jẹun tàbí mu omi àti lẹ́yìn tí o bá tí lo ilé ìyàgbẹ́ tán.

Kọ́ọ̀lí ẹyẹ l'éwu jákèjádò àgbáyé; yàgò fún gbogbo ìfarakàn pẹ̀lú àwọn ẹyẹ (òkú tàbí ààyè) pẹ̀lú àwón ohun ọ̀sìn, adìẹ sínsìn àti àwọn ẹyẹ inú igbó. Yàgò fún àwón ìnájà ààyè ẹyẹ/ẹranko àti adìẹ oko tó bá seéṣe kí o sì yàgò jíje ẹyẹ oko ti kò jinna.

Àìsàn ìyawèrè ajá jẹ́ àìsàn líle ó sí le burú bí kò bá sí ìtọ́jú ní kíákíá. O le wà nínú ewu bí o bá f'ara kó itọ láti ara ẹranko tó ní àìsàn nípasẹ̀ bíbùjẹ, híha tàbí lílá ara tó ti bó.

Gbogbo ẹranko, pẹ̀lú olóńgbò, ajá, ọ̀bọ àti àdán, le ní àìsàn ìyawèrè ajá, kí o wá yàgò fún ìfarakàn pẹ̀lú àwọn ẹranko igbó àti ilé níbi tó ti yẹ. Lẹ́yìn ìbùjẹ, híha tabi lílá ojú ara bíbó ẹranko: fọ agbọn náà dáradára pẹ̀lú ọṣẹ àti omi, kí o sì wá ìtọ́jú abẹ́lé. O le bẹ̀rẹ̀ láti máa gba ìtọ́jú ìfarakó àìsàn ìyawèrè ajá, sùgbọn máa kàn sí GP rẹ nígbà gbogbo tó o bá padà sí UK láti parí ìtọ́jú kankan t'óyẹ.

Ìwífún síwájú síi

Ìmọ̀ràn gbogbogbò fún àwọn arìnrìn àjò: **www.travelhealthpro.org.uk/factsheet/30/general-advice-for-travellers**

Ìmọ̀ràn fún àwọn ọ̀rẹ́ àti ẹbí tó ń sàbẹ̀wò: **www.travelhealthpro.org.uk/factsheet/91/travelling-to-visit-friends-and-relatives**

Kínni kín nṣe bí ara mi kò bá yá?

Bí o bá ní àwọn ààmì àìsàn bíi ìgbóná (38˚C tàbí jùbẹ́ẹ̀ló), àìsàn tó jọmọ́ kọ́ọ̀lí, ara sísú tàbí ìgbẹ́ ẹlẹ́jẹ̀ gbuuru lemọ́lemọ́ l'ásìkò tàbí lẹ́yìn ìrìn-àjò o gbọ́dọ̀ gba ìtọ́jú ìlera abẹ́lé.

Máṣe dúró títí ó fi padà sí orílẹ̀-èdè UK bi ara rẹ kò bá yá lẹ́yìn odi, rí dókítà kan tàbí kí o lọ sí ilé-ìwòsàn kan.

Ràntí láti sọ fún dókítà rẹ nípa àwọn ìrìn-àjò lọ si ẹ̀yìn odi tó ti ṣe ní ọdún tó kọjá.

Bí o bá ti ṣe àbẹ̀wò sí agbègbè tó ní ewu ibà, o gbọdọ̀ wá itọ́jí ìlera ní kíákíá bí o bá ní ibà 38˚C tàbí sókè (tàbí àwọn ààmì àìsàn tí o le jẹ́ ibà) láàrin ọdún kan ìrìn-àjò rẹ.

© Crown copyright 2022.

O le bèèrè fún àwọn ẹ̀dà ìwé pélébé ọ̀fẹ́ nípa lílo kóòdù ọjà MOSFAM1YOR Yoruba láti ojú ewé ayélujára Àtẹ̀jáde Ìlera.

1p 10K JUN 2022 (APS). Product code: MOSFAM1YOR Yoruba

UK Health Security Agency Gateway Number: 20121441

This leaflet is also available in Arabic, Bengali, French, Gujarati, Hausa, Igbo, Punjabi, Spanish, Swahili, Yoruba, Urdu, Xhosa and in BSL, large print, braille and Easy Read

Láti bèèrè fún ọ̀pọ̀lọpọ̀ ẹ̀dà ìwé pélébé yìí ṣe àbẹ̀wò sí **www.healthpublications.gov.uk** tàbí pe: 0300 123 1002 (aago méjọ òwúrọ̀ sí mẹ́fà ìrọ̀lẹ́, ọjọ́ Ajé sí Ẹtì).