Asọ: Tó bá seéṣe, wọ asọ alápá gígùn, sòkòtò gígùn, síkẹ̀tì ati ẹ̀wù, ìbọsẹ̀ àti bàtà láti dáwọ́ ẹ̀fọn jíjẹ ara rẹ dúró.

Asọ ati àwọn àpò ẹ̀fọn ti ibùsùn tí a fi Permethrin (òògùn kòkòrò kan) tọ́jú ńpèsè àfikún ààbò tako ẹ̀fọn jíjẹ.

Àwọn àpò ẹ̀fọn: Bí ilé-ìgbé rẹ kò bá ní ẹ̀rọ amúlétutù tàbí bí ò bá ńsùn n'íta, lo àwọn àpò ẹ̀fọn tí a fi òògùn kòkòrò tọ́jú.

Yẹ àpò ẹ̀fọn rẹ wò fún yíya kí o sì ti ẹnu rẹ bọ abẹ́ ibùsùn náà.

Ewu jíjẹ láti ọwọ́ ìdun àti àwọn kòkòrò mìíràn le wà pẹ̀lú; ìlànà ààbò kannáà yóò ṣe ìrànwọ́ láti dín jíjẹ àwọn wọ̀nyí kù pẹ̀lú. Ìwífún síwájú síi wà láàrọ́wọ́tó www.travelhealthpro.org.uk

Kínni kín nṣe bí ara mi kò bá yá?

Àìsàn ibà tí a fura sí jẹ́ ètò ìlera pàjáwìrì o sì gbọ́dọ̀ tètè yàgò fún tàbí tọ́jú rẹ. Bí o bá ṣe àbẹ̀wò sí orílẹ̀-èdè to ní ewu àìsàn ibà tí ara rẹ sì ńgbóná (38˚C tàbí jùbẹ́ẹ̀lọ), àwọn ààmì àrùn tó f'arapẹ́ kọ́ọ̀lí tàbí àwọn ààmì àrùn kankan tí kò wọ́pọ̀ l'ásìkò tàbí lẹ́yìn ìrìn-àjò o gbọ́dọ̀ gba ìtọ́jú lọ́gán. Máṣe dúró títí ó fi padà sí orílẹ̀-èdè UK bí ara rẹ kò bá yá; gba ìrànwọ́ ìtọ́jú ní ẹ̀yìn odi.

Àwọn ìrànmọ́ yòókù ní ààrùn àìfojúrí dengue àti West Nile le fa àìsàn líle pẹ̀lú.

Bí o bá sì ńṣe àìsàn lẹ́yìn tí o ti padà, sọ fún dókítà nípa àwọn ìrìn-àjò ẹ̀yìn-odi tí o rìn ní ọdún tó lọ. Bí o bá ti dé orílẹ̀-èdè amọ́oru, bèèrè fún àyẹ̀wò ẹ̀jẹ̀ àìsàn ibà.

Ìwífún síwájú síi

Ṣ'àbẹ̀wò sí National Travel Health Network and Centre (NaTHNaC)
http://travelhealthpro.org.uk

© Crown copyright 2022

O le bèèrè fún àwọn ẹ̀dà ìwé pélébé ọ̀fẹ́ nípa lílo kóòdù ọjà MOSTRA1YOR Yoruba láti ojú ewé ayélujára Àtẹ̀jáde Ìlera.

1p 10K JUNE 2022 (APS). Product code: MOSTRA1YOR Yoruba

UK Health Security Agency Gateway Number: 20211415

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).

UK Health Security Agency

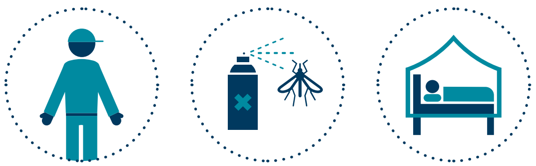
NaTHNaC

Yíyàgò fún ẹ̀fọn jíjẹ

Ìmọ̀ràn fún àwọn arìnrìn-àjò

Ní ọ̀pọ̀lọpọ̀ orílẹ̀-èdè, ẹ̀fọn jíjẹ le tan àwọn àarùn ká bíi chikungunya, dengue, Japanese encephalitis, ibà, kòkòrò àìlefojúrí West Nile, ibà pọ́njú-pọ́ntọ̀, àti Zika. Wọn le yọrí sí àìlera líle àtipé àwọn kan le burú púpọ̀.

Yàgò fún kòkòrò jíjẹ nígbà gbogbo àti ní ojúmọmọ pẹ̀lú. Ó ṣe pàtàkì láti:



Bo ara | Lo àwọn ohun tó ńlé kòkòrò | Lo àpò ẹ̀fọn

Àwọn ẹ̀fọn tó ńtan chikungunya, dengue, kòkòrò àìlefojúrí West Nile, ibà pọ́njú-pọ́ntọ̀, àti Zika ká má ńsábà jẹ̀yàn l'ójúmọmọ àti ní ìrọ̀lẹ́

Àwọn ẹ̀fọn tó ńtan àìsàn ibà ká má ńsábà jẹ̀yàn ní ìrọ̀lẹ́ àti l'álẹ́

Kínni kí nṣe ṣáájú ìrìn-àjò?

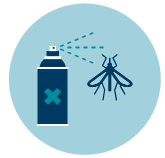
Yẹ ìmọ̀ràn ìrìn-àjò ìlera wò fún àwọn ibi tí ò ńlọ, pẹ̀lú àarùn àti àwọn ewu ìlera mìíràn fún orílẹ̀-èdè kọ̀ọ̀kan àti bí ó ṣe dára jùlọ láti dín wọn kù nípa lílo àwọn ojú-ìwé ìwífún NaTHNaC ti orílẹ̀-èdè: **www.travelhealthpro.org.uk/countries.**

Rí òsìṣẹ́ nọ́ọ̀sì rẹ, GP, elégbòọ̀gi òyìnbó tàbí ilé-ìwòsàn ìrìn-àjò kan, t'óyẹ k'ótó ọ̀sẹ̀ 4-6 ṣáájú ìrìn-àjò láti gba ìmọ̀ràn tó péye fún ìrìn-àjò rẹ.

Abẹ́rẹ́ àjẹsára ibà pọ́njú-pọ́ntọ̀ ni a ti gbà níyànjú fún àwọn orílẹ̀-èdè kọọkan, àtipé a le fún wọn ní àwọn òògùn ibà oníkóro láti tako àìsàn ibà fún àwọn ibi kọ̀ọ̀kan tẹ ńlo.

Bí o bá ní àwọn ìsòro ìlera, ǹjẹ́ o l'óyun tàbí ò ǹsètò láti l'óyún ó ṣe pàtàkì gan láti gba ìmọ̀ràn ìtọ́sọ́nà ìsáájú ìrìn-àjò ní ọ̀sẹ̀ 6-8 ṣáájú ìrìn-àjò. Pẹ̀lú ìgbáradì ìsọ́ra, ọ̀pọ̀ àwọn obìnrin tó l'óyún le rin ìrìn-àjò láì ní ìrírí àwọn ìsòro ìlera.

Àwọn ọ̀nà mẹ́ta láti yàgò fún ẹ̀fọn jíjẹ



Ohun tó ńlé kòkòrò:
Ó ṣe pàtàkì láti lo ohun tó ńlé kòkòrò l'ójúmọmọ àti ní alẹ́, nínú ilé àti ní ìta, lórí ara tí o kò bá sí sílẹ̀.

Ọjà tó ní **Ìdaji DEET** ni a tí mú fún àsàyàn àkọ́kọ́. Bí DEET kò bá ṣe é gbà mọ́ra, a gbà ọ́ níyànjú láti lo ohun tó ńlé kòkòrò tóní agbára àrọ̀pọ̀ tó ga jùlọ tó wà láàrọ̀wọ́tó ti bóyá **icaridin (20%), òróró eucalyptus citriodora, hydrated, cyclized tàbí 3-ethlyaminopropionate.**

Rántí:

- lo ohun tó ńlé kòkòrò ní ìbámu pẹ̀lú àwọn ìlànà ara lébẹ̀lì - fi ohun tó ńlé kòkòrò ra ara, ní rírìi dájú pe ó bo gbogbo ara
- ṣe àtúnlò ohun tó ńlé kòkòrò lóòrèkọ̀òrè, pàápàá jùlọ ní àwọn orílẹ̀-èdè amóoru àti lẹ́yìn ìwẹ̀dò
- lo ohun tó ńlé kòkòrò lẹ́yìn ìpara (lo ìpara SPF 30 sí 50 gẹ́gẹ́bí DEET ṣe le mú kí ìpara má sisẹ́ dáradára)
- Ìdaji DEET kò léwu fún àwọn olóyún àti àwọn tó ńf'ọmọ l'ọ́yàn àti fún àwọn ọmọ wẹ́wẹ́ tí wọ́n ju osù méjì lọ
- gba ìmọ̀ràn lọ́dọ̀ dókítà tàbí elégbòọ̀gi òyìnbó rẹ ṣáájú kí o tó rin ìrìn-àjò bí ọmọ rẹ kò bá tíì pé osù 2
- mú ohun tó ńlé kòkòrò pẹ̀lú rẹ - bí ó bá seẹ̀ṣe kí ó sọ̀wọ́n ní ibi tí ò ńlọ

UKHSA_12344_Health advice for travellers leaflets – mosquito bites_06_yor.indd 4-6
18/07/2022 09:29:49