

Preparasyon pou Sante Piblik

Bilten Enfòmasyon | Prentan 2025



Department of
Public Health
CITY OF PHILADELPHIA

Konsènan Bilten Enfòmasyon Sa a

Pwogram Preparasyon Depatman Sante Piblik Filadèlfi a te kreye bilten enfòmasyon sa a pou pi byen prepare rezidan yo pou ijans sante piblik yo, tankou gwo loraj, maladi kontajye, ak plis toujou.

Bilten enfòmasyon sa a disponib nan Amarik, Rab, Fransè, Kreyòl Ayisyen, Endonezyen, Khmer, Pòtigè, Chinwa Senplifye, Vyetnamyen, ak Anglè nan bit.ly/CRPNnewsletter.

Mande kopi enprime yo gratis.



bit.ly/PHPMaterials



Oswa kite yon mesaj nan (215) 429-3016.

Nan bilten enfòmasyon sa a ou ka atann:

Enfòmasyon sou maladi ki transmèt pa vektè.

Ti konsèy pou sekirite nan move tan.

Resous pou sante mantal.

Enfòmasyon sou viris respiratwa yo: RSV, Grip, ak COVID-19.

Pa bliye Enskri pou ReadyPhiladelphia!

Biwo Jesyon Dijans lan pataje enfòmasyon sou gwo move tan atravè alèt gratis pa imel ak tèks pandan y ap itilize sistèm notifikasyon mas Vil la, ReadyPhiladelphia.

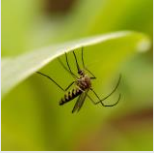
Alèt yo disponib kounye a nan **onz lang**: Anglè, Fransè, Arab, Ris, Espanyòl, Vyetnamyen, Chinwa Senplifye, Kreyòl Ayisyen, Pòtigè, Swahili, ak Lang siy Ameriken.

Pou alèt tèks gratis yo, tanpri voye **READYPHILA** pa mesaj tèks nan **888-777** oswa enskri sou bit.ly/ReadyPhila.



Moustik ak Tik nan Filadèlfi

Maladi ki Trasmèt Pa Vektè



Tanperati ki pi cho ak lòt faktè klimatik yo, tankou ivè ki pi kout epi ki pi long, ete ki pi cho yo kreye kondisyon ki pèmèt vektè tankou tik ak moustik yo devlope ak pwopaje maladi yo pi fasil.



Pwoteje kont moustik

Moustik kouran lè tan an cho. Pifò piki moustik yo ka vin bay demanjezon, men kèk nan yo pwopaje jèm ki ka lakoz ou malad.

Viris Nil Oksidantal

Yo konnen moustik yo nan Filadèlfi kòm moustik ki transpòte Viris Nil Oksidantal la.

- Pifò moun ki vin enfekte yo p ap vin malad, men kèk nan yo devlope lafyèv ak sentòm ki sanble ak sentòm grip yo, nan ka ki ra yo, anflamasyon oswa gonfleman nan sèvo a.

Moun ki genyen 50 lane ak plis yo genyen plis risk pou vin malad grav epi lanmò.

- Si ou menm oswa yon manm fanmi genyen tèt fè mal ki pa ka eksplike, feblès, oswa fatig, pale ak pwofesyonèl swen jeneral ou.

Pou jwenn plis enfòmasyon sou moustik ak Viris Nil Oksidantal la bit.ly/Mosquito_bites.



Anpeche piki moustik

- **Itilize yon espre kont moustik**
 - Pou jwenn pwodwi pou repouse ensèk yo, vizite bit.ly/findrepellent.
 - Pou jwenn ti konsèy sou fason pou aplike pwodwi pou repouse ensèk sou timoun yo, vizite bit.ly/repellent_safety_tips.
- **Kouvri nou**
 - Mete manch long, pantalon long, ak chosèt pou anpeche piki ensèk yo.
- **Jete dlo ki poze yo**
 - Vide oswa kouvri dlo ki chita yo, tankou po fè, bokit, oswa beny pou zwazo, pou anpeche moustik repwodwi lakay ou.

Pwoteje kont tik

Yo konnen tik nan Filadèlfi kòm moustik ki transpòte maladi Lyme. Maladi Lyme se yon enfeksyon ki lakoz pa yon mikwòb ke tik transpòte. Yo jeneralman twouve tik nan pak yo, nan lakou ki gen zèb ki wo ak anviwònman ki gen pyebwa.

Anpeche piki tik yo

- Itilize yon pwodwi pou repouse moustik ke EPA apwouve.
- Rete nan sant wout yo.
- Montre epi verifye kò w ak rad yo pou wè si genyen tik.

Fason pou retire tik

- Itilize yon pens file pou rale tèt tik la ak pandan w ap aplike yon presyon regilye.
- Netwaye espas la ak alkòl oswa savon ak dlo.

Lefètke tik yo bezwen atache pandan 36 èdtan pou transmèt bakteri, lè w retire l nan lesplas 24 èdtan sa pral redwi risk pou fè maladi Lyme.

Pou jwenn enstriksyon detaye sou fason pou retire tik yo, vizite bit.ly/Safe_TickRemoval.

Chèche swen medikal touswit si ou pa ka retire yon tik, oswa si ou devlope yon lafyèv oswa yon gratèl wouj, gratèl nan fòm sèk ozalantou kote ensèk la te mòde a

Inondasyon nan Filadèlfi



Risk inondasyon nan Filadèlfi ap ogmante epi yo prevwa pou li ogmante plis. Sitiyasyon sa a rive akòz faktè tankou chanjman klimatik ak tanperati ki pi cho ki kontribye nan ogmantasyon nivo lanmè a, tanpèt ak ond tanpèt ki pi vyolan, ak gwo lapli—tout sa yo ka lakoz inondasyon plis souvan ak inondasyon ki pi grav. Chanjman sa yo ka ogmante risk sante tou ki asosye ak gwo tanpèt ak inondasyon.

Pou jwenn plis enfòmasyon sou inondasyon nan Filadèlfi, vizite bit.ly/PWDFlood.

Preparasyon pou yon Inondasyon

- Kite yon radyo AM/FM ki itilize batri nan yon estasyon lokal.
- Kreye yon twous/sak dijans ki prè pou itilize. Pou jwenn plis enfòmasyon, vizite bit.ly/MakeAGoBag.
- Enskri nan ReadyPhiladelphia pou jwenn alèt gratis sou tan pandan w ap voye READYPHILA pa mesaj tèks bay 888-777 oswa nan bit.ly/ReadyPhila.



Prevansyon kont Mwazisi ak Netwayaj

Mouzisi ka lakoz iritasyon nan zye ak nan po ak reyaksyon alèjik. Si ou asmatik, mwazisi ka deklanche kriz opresyon.

Prevansyon

- Netwaye epi seche sikas ki mouye yo nan lespas 24 èdtan epi jete atik ki pa ka seche yo.
- Pou seche, itilize vantilatè, èkondisyone, ak dezimidifikatè.

Pour un nettoyage sûr

- Mete gan an kawotchou, pwoteksyon pou zye, yon chemiz manch long, pantalon long, ak yon mask N-95 pou vizaj.
- Ouvrez les portes et les fenêtres.
- N'utilisez pas d'eau de Javel. Itilize yon savon oswa yon detèjan ki pa gen amonyak. **PAJANM** melanje klowòks ak amonyak.

Pou jwenn plis enfòmasyon sou inondasyon ak mwazisi bit.ly/FloodSafetyandMoldFree.

Pandan ak Apre yon Inondasyon

Evite dlo inondasyon yo

- **PA** kondwi ni mache sou wout ki inonde yo.
- Sèlman yon pye nan dlo k ap desann vit ase pou transpòte yon machin.
- Dlo inondasyon yo genyen mikwòb ki danjere, pwodwi chimik, ak fatra.
- Mave men w si ou touche dlo inondasyon.
- **FÈMEN** gaz, kouran, dlo si lakay ou inonde.

Si genyen pàn kouran

- Si ou wè liy kouran ki tonbe oswa ou santi odè gaz, rele liy ijans PECO lan nan 1-800-841-4141.
- Jetez les aliments si le réfrigérateur est resté éteint pendant plus de quatre heures.
- Ranplase medikaman ki mande pou mete yo nan frijidè.

Pwoteje Sante W

Viris Respiratwa yo

Kèk maladi tankou **COVID-19, Influenza, oswa RSV** ka lakoz lafyèv, frison, tous, nen k ap koule, oswa tèt fè mal ki ka fè lòt moun malad. Rete pwoteje lè w pran vaksen an.

Grip avyè, oswa H5N1, se yon enfeksyon viral ki transmèt prensipalman atravè kontak ak zwazo ki enfekte yo, bèt volay, oswa lòt bèt yo. Byenke risk H5N1 a nan Filadèlfi rete fèb, li enpòtan pou rete pridan si w ap manipile zwazo oswa konsome pwodwi tankou lèt brit ki kapab pote viris la.

Ede prevni pwopagasyon viris respiratwa yo.

- Si ou genyen sentòm, fè tès COVID-19 ak pou grip, si posib.
- Mete yon mask nan espas piblik ki gen anpil moun yo.
- Rete lakay ou si w malad.
- Evite kontak ak zwazo oswa bèt ki malad, sitou nan lye tankou zou pou bèt domestik yo.

Jwenn plis enfòmasyon sou viris respiratwa yo.

- bit.ly/Covid19_test
- bit.ly/FluPHL
- bit.ly/COVIDvaxPHL
- bit.ly/RSV_PHL
- bit.ly/BirdFlu2025

Jwenn swen medikal gratis oswa swen medikal ki pa chè, menm si ou pa genyen asirans.

- phila.gov/primary-care

Ou gen kesyon? Rele Depatman Sante Piblik Filadèlfi a nan **215-685-5488**. Peze **2** pou Espanyòl; peze **3** pou jwenn entèpretasyon nan lang ou. Rele 711 pou jwenn asistans TRS/TTY.

Resous pou Sante Mantal

- Ou pa poukont ou.
- Kontakte yo 24/7 (entèpretasyon disponib).

Liy Asistans Kriz Sante Mantal

- 215-685-6440

Sèvis Sante Mantal ak Sèvis pou Adiksyon

- 888-545-2600

Depistaj ak resous gratis sou entènèt

- HealthyMindsPhilly.org

Yo te dyagnostike plis pase 1 nan 6 adilt ak yon kondisyon sante mantal.




Rete Konekte


Vizite sitwèb ou an.

 bit.ly/PDPHPreparednessOutreach

Mande yon tablo resous oswa fòmasyon.

Kontakte nou pou jwenn kopi bilten enfòmasyon sa a, kesyon, oswa pwoblèm ak tradiksyon.

 PublicHealthPreparedness@phila.gov

 Oswa kite yon mesaj nan (215) 429-3016.

Enskri nan Rezo Patnè Entèkansyon Kominotè a (Community Response Partner Network, CRPN).

 bit.ly/phlcommunityresponse

Jwenn enfòmasyon ki esansyèl sou sante piblik pou pataje ak fanmi, zanmi, ak vwazen yo.

