

# **NAMAKWA DISTRIKSMUNISIPALITEIT**

## **POLIO UITBRAAK: WEES WAAKSAAM!**

**Ons kan mense beskerm teen polio!**

**Ons kan die verspreiding van polio voorkom!**

**Ons het u hulp nodig!**

### **Tekens en simptome van polio**

Koors, hoofpyne, spierpyne, naarheid en braking wat vorder tot verswakking, verlies aan funksionering of verlamming van spiere en ledemate

### **Besoek die naaste gesondheidsfasiliteit met iemand wat**

Verlamming van enige spier of ledemate toon  
Algemene lamheid en moeilike asemhaling toon  
Verkorte asemhaling tydens normale gesprekvoering toon  
Moontlike tekens van polio toon

### **Feite oor polio**

Verspreiding vind plaas deur fekale–orale roete (besoedelde hande en voedselprodukte)  
Word nie versprei deur te nies of te hoes nie  
Persone wat nie ten volle geïmmuniseer is nie kan polio opdoen  
Immunisasies teen korrekte doserings met korrekte tussenposes beskerm teen polio

### **U kan polio voorkom**

Verseker dat kinders geïmmuniseer is  
Was hande met water en seep voor enige voedsel hanteer word  
Was hande met water en seep na gebruik van die toilet  
Was vrugte en groente voor gebruik

### **Reisigers na Namibië**

Alle reisigers, ongeag ouderdom word aangeraai om aanvullende polio vaksiene te neem  
10-14 dae voor vertrek na Namibië  
Handhaaf hoë standarde van higiëne tydens die besoek  
Handhaaf veral hoë higiëne standarde van die hande  
Gebruik slegs water vanaf veilige bronne

**VIR MEER INLIGTING:**

**Namakwa Distriksmunisipaliteit: Gemeenskapsdienste: Tel: 027 712 8000**