



Kutapika na kuhara

### Ukishindwa kuamka na hata kutambua wenzako



Ikiwa mgonjwa haendi haja ndogo mara kwa mara kama kawaida au mkojo wake umabadilika rangi, kuna uwezekano kuwa ana ukosefu wa maji mwilini na anahitaji maji

Ikiwa mgonjwa ana ukosefu wa maji mwilini, mpatie maji safi ya nyumbani kwa njia ya mdomo au maji ya pakiti kwa kufuata maagizo.



Endelea kuwanyonyesha watoto wadogo wanaougua.

### Ikiwa una dalili zozote za homa hii, unashauriwa kukaa nyumbani hadi utakapo pata nafuu



Sikiliza maelezo zaidi kutoka kwa viongozi, radio, televisheni na magazeti ili kufahamu zaidi hatua unazotakikana kuchukua.

# HOMA YA H1N1

## Wakati wa kutembelea hospitali

Ikiwa una maambukizo ya H1N1 ili kuzuia kuenea kwa homa hii, unashauriwa kutembelea hospitali ikiwa tu hali yako imezidi kwa dalili hatari kama vile:



**Shida ya kupumua**



**Maumivu ya kifua**



**Ukiwa unatetemeka kupita kiasi**



**Mdomo na uso ukibadilika rangi na kuwa rangi ya kijivu**

Mtoto wako wa chini ya umri wa miezi miwili, akiwa mgonjwa na akate kunyonya mfikishe mara moja kwenye kituo cha afya.

Ikiwa unaishi katika maeneo ya malaria, unatajikana kutembelea kituo cha afya ukipatwa na joto jingi mwilini.