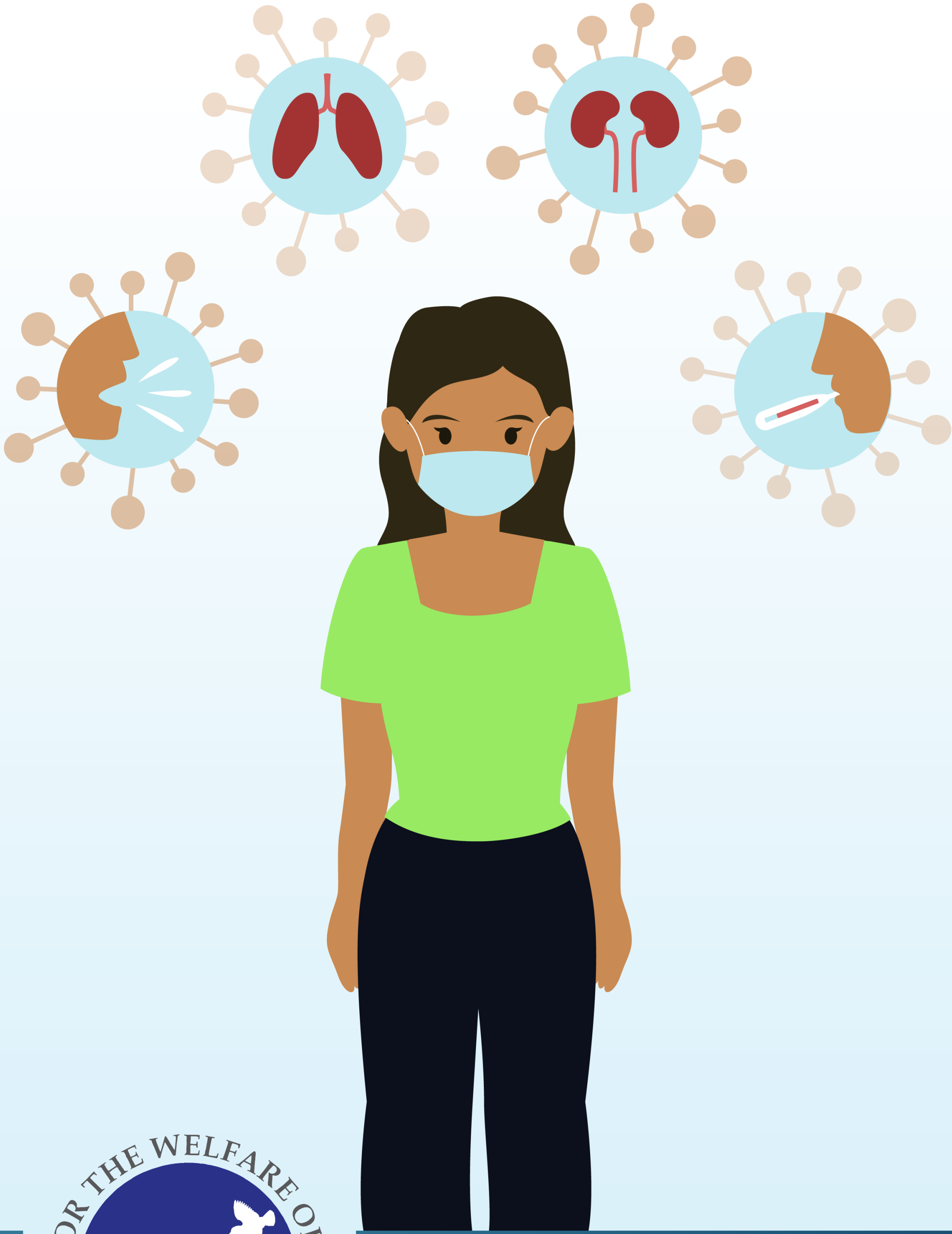
Mga Gabay at Panuntunan para sa Proteksyon ng mga Kabataang Namumuhay na may HIV Laban sa COVID-19



Ang COVID-19 ay isang bagong diskubreng sakit na dulot ng corona virus. Ang mga sintomas nito ay ubo't sipon, lagnat, pag-iksi ng paghinga o hirap sa paghinga.

Karamihan (80%) ng positibo sa COVID-19 ay nakararanas ng "mild" na sintomas. Ngunit ang ilan ay maaring magresulta sa malubhang sakit tulad ng Acute Respiratory Distress Syndrome, pneumonia, problema sa bato at pagkamatay.

COUNCIL FOR THE WELFARE OF CHILDREN • 1975 •

in partnership with unicef

Ang COVID-19 ay naipapasa sa pamamagitan ng paglanghap ng droplets mula sa pag-ubo o pagbahing ng infected na tao. Maaari itong mangyari kung in close contact o nasa loob ng isang metro mula sa taong positibo sa COVID-19.

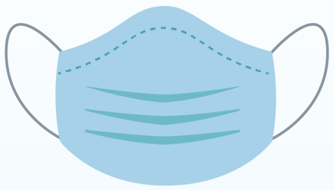
Maaaring mahawaan ng COVID 19 ang sinuman ngunit mas madaling dapuan ng sakit at makaranas ng malubhang sintomas ang mga taong:

- nasa edad 60 pataas, at may ibang karamdaman gaya ng hypertension, diabetes, sakit sa puso o bato,
- may mahinang immune system (tulad ng taong may HIV na may mababang CD4 count, mataas na viral load, at hindi umiinom ng antiretroviral drugs)

Paano makakaiwas sa COVID-19, lalo na ang mga kabataang namumuhay na may HIV?

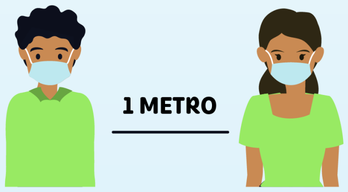
Mahalaga na mabigyan ng wasto at sapat na kaalaman ang mga kabataang may HIV at kanilang mga tagapangalaga ukol sa pangunahing proteksyon at preventive measures laban sa COVID 19:

- Ugaliin ang madalas at wastong paghugas ng kamay gamit ang tubig at sabon ng hindi bababa sa 20 segundo. Panatilihing malinis ang pangangatawan, ang mga gamitan at kapaligiran.



- Magtakip ng bibig at ilong kapag uubo o babahing gamit ang siko at magsuot ng face mask kung kinakailangan.
- Iwasang hawakan ang bibig, ilong at mata kapag hindi sigurado na malinis ang mga kamay.

- Palakasin ang resistensya sa pamamagitan ng wasto at sapat na nutrisyon, regular na pag-eehersisyo, sapat na oras ng pagtulog, at ang pagkakaroon ng magandang disposisyon sa buhay.

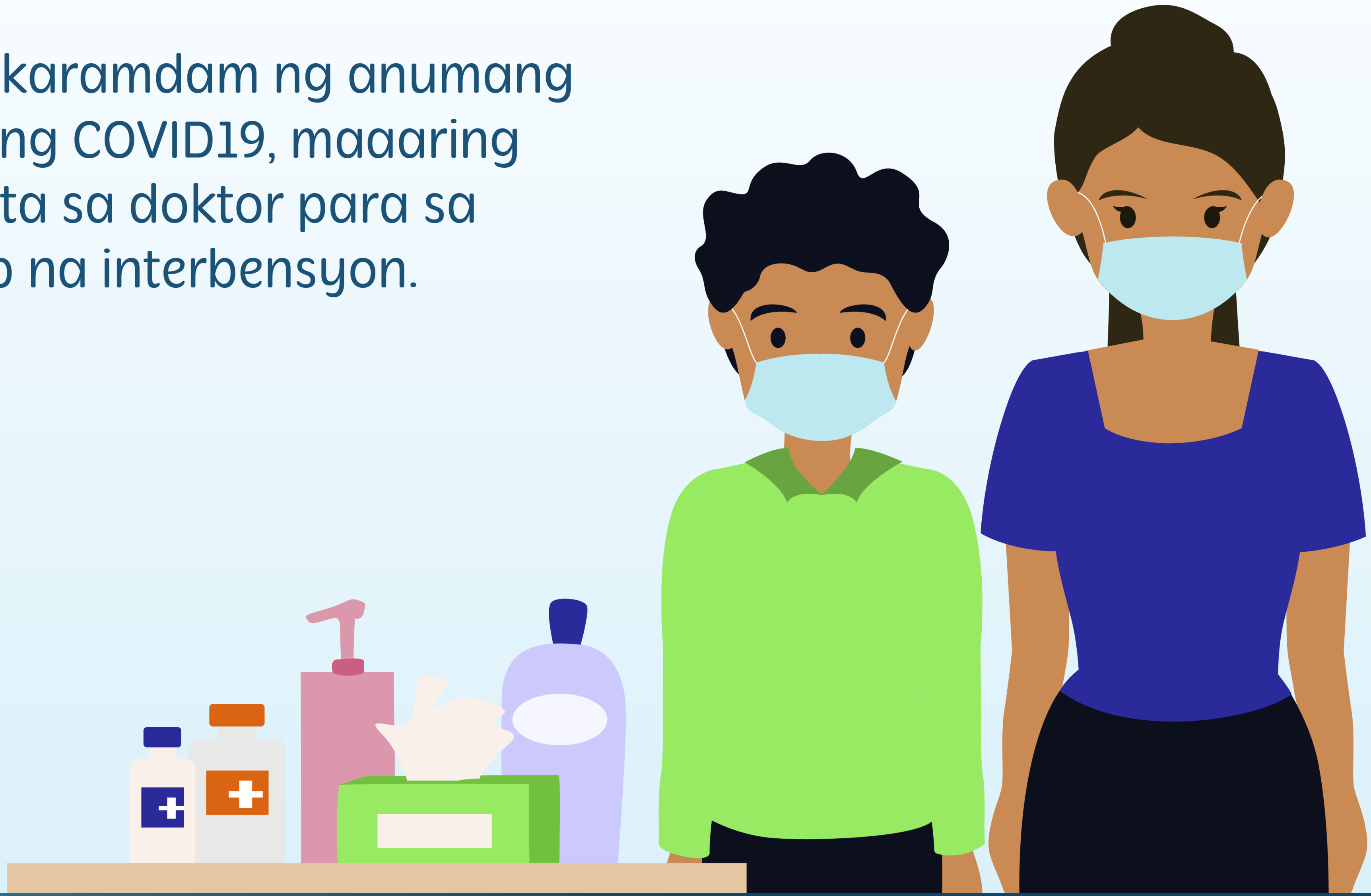


- Hangga't maaari ay manatili lamang sa loob ng bahay. Kung hindi maiiwasang lumabas, siguraduhing magsuot ng face mask at isinasagawa ang physical distancing.

Mas mainam na bigyan ang batang may HIV at ang kanyang tagapag-alaga ng “kit” na naglalaman ng face masks, alcohol/sanitizer, sabon at multi-vitamins upang lalong mapalakas ang kanilang resistensya laban sa anumang sakit.

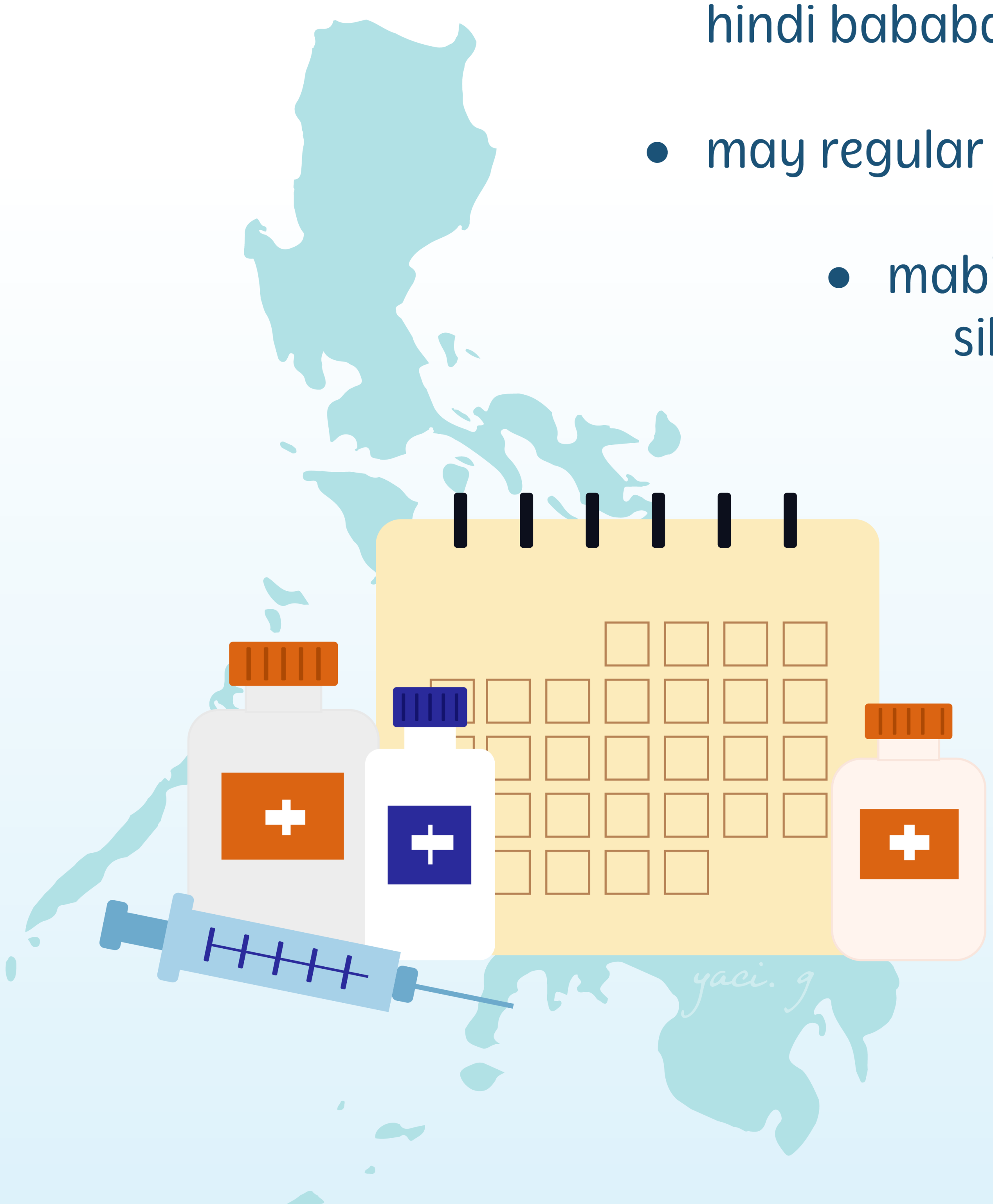
Tiyaking sapat ang suplay ng kanilang gamot sa loob ng 30 araw o higit pa at sila ay regular na napapabakunahan.

Kapag nakaramdam ng anumang sintomas ng COVID19, maaaring kumonsulta sa doktor para sa naangkop na interbensyon.



Siguraduhin na ang mga batang may HIV ay

- may sapat na suplay ng kanilang gamot ng hindi bababa sa tatlumpung (30) araw
- may regular na napabakunahan.
- mabigyan ng atensyon medikal kapag sila ay nakaramdam ng anumang sintomas ng sakit, maaaring kumonsulta sa doktor para sa naangkop na interbensyon.



Siguraduhin din na mabibigyan ng medikasyon at karampatang lunas maging ang mga nasa malalayong lugar na sakop ng community quarantine.

COUNCIL FOR THE WELFARE OF CHILDREN • 1975 •

in partnership with unicef

Panatilihin at irespeto ang pagiging kumpidensyal ng kalagayang medikal at pagkakakilanlan ng mga batang may HIV. Siguraduhing walang diskriminasyon laban sa kanilang kalagayan.

Maaaring magdulot ng depresyon, pagkabalisa at hindi maayos na pagtulog ang ilan sa mga medikasyong ginagamit para sa HIV na maaaring makapagpalala sa disposisyon ng bata lalo na sa panahon ng krisis. Siguraduhing sila ay nabibigyan ng sapat na kalinga at suporta mula sa komunidad.

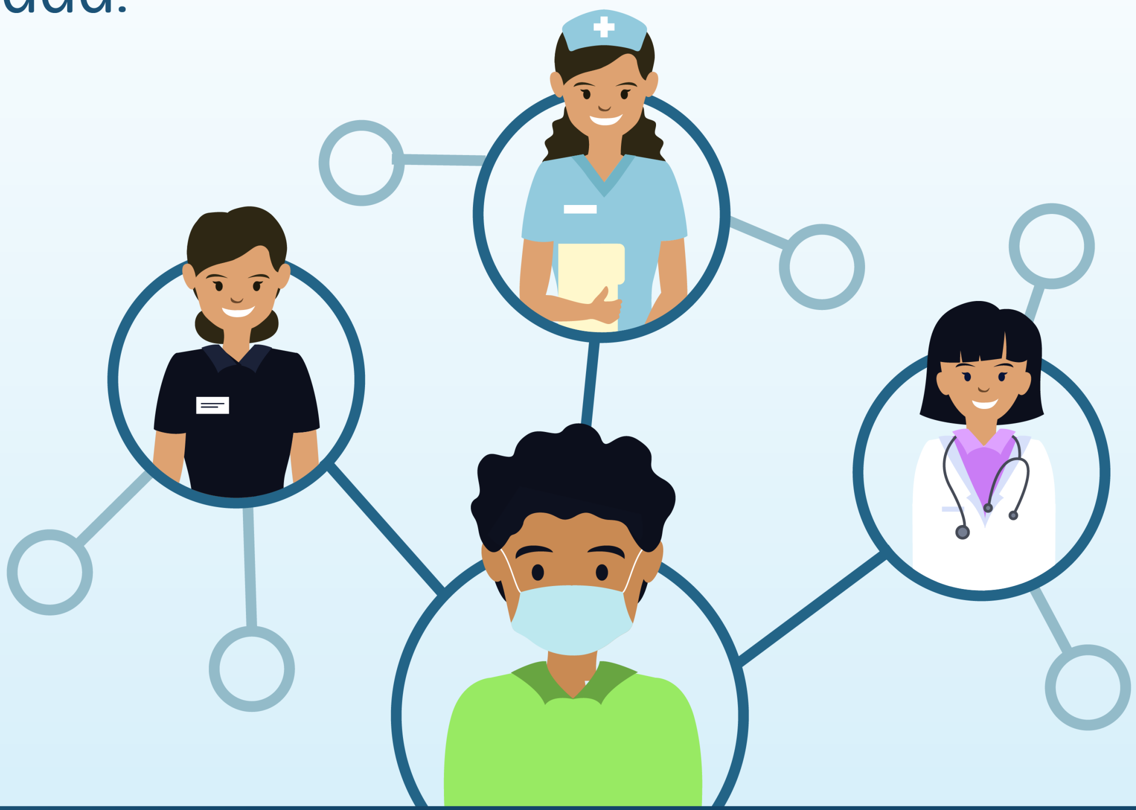
COUNCIL FOR THE WELFARE OF CHILDREN • 1975 •

in partnership with unicef

May mga batang may HIV ang nabibilang sa mga pamilyang nakararanas ng kahirapang pinansyal na apektado ng emergency kagaya ng COVID19. Mas kinakailangan nila ang suporta ng komunidad sa mga panahong ito.

Paigtingin at paganahin ang service delivery network sa panahon ng krisis upang patuloy na maabot at matugunan ang mga pangangailangan ng mga kabataang may HIV sa pamamagitan ng pagtutulungan ng buong komunidad.

Palaging isaalang-alang ang seguridad at kaligtasan ng mga batang may HIV saanman at kailanman. Protektahan sila sa anumang uri ng karahasan at pang-aabuso.



Council for the Welfare of Children • 1975 •

in partnership with unicef

Para sa karagdagang kaalaman tungkol sa COVID-19, maaring tumawag o mag-padala ng katanungan sa mga numerong ito:

02-894-COVID (02-894-26843)/ 1555

Kung mauubusan o naubusan ng ARV, maaring makipag ugnayan kay **Ms. Norielle Cabanatan** mula sa CWC, tumawag o magpadala ng mensahe sa mga sumusunod:

09081240999/ 09350544902

Kung kinakailangan ng tulong patungkol sa mental health services, legal services, at iba pa, maaaring makipag-ugnayan sa **UPD PSYCSERV**, tumawag o magpadala ng mensahe sa mga sumusunod:

09063743466/ 09167573157
psycserv.upd@up.edu.ph

Kung kinakailangan ng iba pang tulong gaya ng social assistance, maaring sumangguni sa dokumentong ito:

Social Amelioration Measures https://bit.ly/SAPDSWD

Maaari ding makipag-ugnayan sa pinakamalapit na Local Social Welfare Development Office, Field Office o DSWD Central Office sa inyong lugar.

To know more about CWC visit:

No. 10 Apo St., Brgy. Sta. Teresita, Quezon City, 1114, Philippines
(02) 8740-8864; 8742-8323; 8522-6777; 8742-8319 (02) 3414-0641
www.cwc.gov.ph cwc@cwc.gov.ph /CWCgovph
@CWC_govph CWChildrenOfficial

in partnership with unicef