PAANO IWASAN AT GAMUTIN ANG PAGTATAE

Pag-iwas sa pagtatae

Pagpapasuso
Ang gatas mula sa malusog na ina ay ligtas sa mikrobyo at hindi sanhi ng nakakahawang pagtatae. Naglalaman ito ng mga anti-bodies na tumutulong upang patayin ang nakakasamang mikrobyo. Kadalasan naglalaman ng maraming micro-organismo na sanhi ng pagtatate ang gatas mula sa maruruming bote ng sanggol.

Wastong pagtatapon ng dumi
Panatilihing malayo sa inuming tubig ang dumi (tae). Gumamit ng palikuran. Kung walang palikuran, maaring magbigay ng mga alituntunin ang komite ng kalusugan ng baranggay upang bumuo nito.

Gumamit ng malinis na tubig
Kung hindi mo pinagkakatiwalaan ang tubig, pakuluan ito o sundin ang mga alituntunin para sa kemikal na pagdidisimpekta. Tingnan ang mga alituntunin ukol sa **"How to turn unsafe water into drinkable water"** ("Paano gawing ligtas na panginumin ang maruming tubig").

Hugasan ang inyong mga kamay
Hugasan ang inyong mga kamay pagkatapos ng manggaling sa palikuran at bago kumain o humawak ng pagkain.

Panatilihin malayo ang pagkain sa langaw
Madaling magbuhat ng masasamang mikrobyo mula sa dumi (tae) ang langaw at dumapo sa pagkain. Laging takpan ng mabuti ang pagkain.

Pigilan ang mga bata na kumain ng dumi (lupa)
Huwag hayaan ang isang bata na kumain ng pagkain na bumagsak sa lupa.

Paggagamot sa pagtatae

Ang pagtatae ay kadalasang sanhi ng mga micro-organismo, at hindi palaging napapagaling.
Ang panganib ng pagtatae ay ang kawalan ng tubig sa katawan o dehydration.
Ang dehydration ay isang malubhang komplikasyon ng pagtatae na madaling dumapo sa bata.
Kailangan gamutin agad ang komplikasyon na ito.
Tignan ang alituntunin ukol sa **"How to prevent and treat dehydration"** ("Paano iwasan at gamutin ang kawalan ng tubig sa katawan").