

## Mga Hakbang Laban sa Lamok

### Ang Pakay

Ang sumusunod na impormasyon ay ibinibigay upang matulungan ang publiko sa pagpigil ng pagdami ng lamok – *Aedes albopictus*, sa bahay at sa paligid nito.

### Ang Problema sa Lamok

2. Ang lamok ay nagdudulot ng malaking peste sa tao. Ang ilang uri nito ay nagdudulot pa ng banta sa kalusugang pampubliko bilang tagapagdala ng mga sakit tulad ng *dengue fever* – isang malubhang sakit na dala ng lamok na nagbubunga ng mataas na lagnat, sakit ng ulo, singaw ng balat at pananakit ng kasu-kasuan at kalamnan. Ang *Aedes albopictus* na tagapagdala ng *dengue fever* at *dengue haemorrhagic fever* ay laganap sa Hong Kong. Ito’y nanganganak mapabukid man o mapalunsod. Ang lugar kung saan ito nanganganak ay maaaring ipasailalim sa dalawang malawak na kategorya: artipisyal na lalagyan tulad ng mga sisidlan, itinapon na gulong ng sasakyan, baunan at lata; at likas na tirahan tulad ng mga puwang sa puno, tuod ng kawayan at hugpungan ng sanga at dahon.

### Programang Laban sa Lamok

3. Para masupil ang suliranin sa lamok at pigilin ang panganganak nito sa bahay at kapaligiran tulad ng bubong, balkonahe, hanay sa labas ng bahay kung saan nagsasampay ng nilabhang damit, paradahan ng sasakyan at hardin, bawa’t isang miyembro ng tahanan ay dapat tahasang makilahok sa pagsupil ng lamok. Samakatuwid, ang mga pamilya ay dapat magsagawa ng kanya-kanyang programa para sa kanilang tirahan.

### Mga Layunin

4. Ang programang ito laban sa lamok ay may sumusunod na layunin:
- i) Hikayatin ang bawa’t miyembro ng tahanan na sumali sa pagpigil ng suliranin ng lamok at iwasan ang panganganak nito sa bahay at kapaligiran;
  - ii) Tanggalin ang mga lugar kung saan nanganganak ang lamok lalong-lalong na ang lahat ng uri ng sisidlan;
  - iii) Pukawin ang kamalayan ng bawa’t miyembro ng tahanan sa kahalagahan ng pagsupil ng lamok at paalalahanan sila na manatiling maingat laban sa sakit na dengge.

## Palatuntunan sa Bahay

5. Sa dahilang ang itlog ng lamok ay nagiging ganap na magulang sa loob ng pitong (7) araw, ang mga maaaring panganakan nito sa bahay ay dapat siyasatin minsan man lamang sa isang linggo.

## Mga Hakbang Laban sa Lamok

6. Ilan sa mga karaniwang lugar na maaaring panganakan ng lamok at ang mga paraan sa pagtanggag dito ay ang sumusunod:

### i. Sa loob ng tirahan

Lugar ng Panganakan	Sanhi ng Problema	Paraan ng Pagpigil	Paalala
Plorera	Ang tubig sa plorera ay nagsisilbing lugar sa panganganak ng lamok.	Ang tubig sa plorera ay dapat palitan minsan man lamang sa isang linggo. Linisin ang loob ng plorera.	
Platito ng paso na may tanim na palamuting halaman	Ang labis na pagdilig ng halaman ay hahantong sa pagipon ng tubig sa platito ng paso.	Agad na paagusin ang tubig matapos magdilig.	Umiwas sa paggamit ng platito sa ilalim ng mga paso ng halaman.
Sahuran o Trey sa ilalim ng makinang nagbibigay ng lamig	Ang tubig ay maaaring maipon sa trey.	Paagusin ang tubig sa tamang paraan.	Madalas na makaligtaan sa pagsisiyasat sa lamok.

### ii. Bubong at balkonahe

Lugar ng Panganakan	Sanhi ng Problema	Paraan ng Pagpigil	Paalala
Plorera	Ang tubig sa plorera ay nagsisilbing lugar sa panganganak ng lamok.	Ang tubig sa plorera ay dapat palitan minsan man lamang sa isang linggo. Linisin ang loob ng plorera.	
Platito ng paso na may tanim na palamuting halaman	Ang labis na pagdilig ng halaman ay hahantong sa pagipon ng tubig sa platito ng paso.	Agad na paagusin ang tubig matapos magdilig.	Umiwas sa paggamit ng platito sa ilalim ng mga paso ng halaman.

Mga pinag-iimbakan ng tubig	Ang mga lalagyan sa labas ng bahay ay maaaring mag-ipon ng tubig-ulan.	Lagyan ng takip.	Sa halip na mag-imbak ng tubig sa lalagyan, dapat nang palitan ito ng gripo.
Sahuran o Trey sa ilalim ng makinang nagbibigay ng lamig	Ang tubig ay maaaring maipon sa trey.	Paagusin ang tubig sa tamang paraan.	Madalas na makaligtaan sa pagsisiyasat sa lamok.
Alulod at paagusan ng tubig	1. Ang tubig ay madaling maimbak sa sirang alulod at paagusan ng tubig. 2. Barado ng basura o dahon.	1. Dapat itong ayusin. 2. Alisin ang dahon at basura na nakabara minsan man lang sa isang linggo.	

**iii. Iba pang Lugar (hardin, hanay kung saan nagsasampay at paradahan ng sasakyan)**

<b>Lugar ng Pangana-</b> <b>nakan</b>	<b>Sanhi ng Problema</b>	<b>Paraan ng Pagpigil</b>	<b>Paalala</b>
Plorera	Ang tubig sa plorera ay nagsisilbing lugar sa panganganak ng lamok.	Ang tubig sa plorera ay dapat palitan minsan man lamang sa isang linggo. Linisin ang loob ng plorera.	
Platito ng paso na may tanim na palamuting halaman	Ang labis na pagdilig ng halaman ay hahantong sa pag-ipon ng tubig sa platito ng paso.	Agad na paagusin ang tubig matapos magdilig.	Umiwas sa paggamit ng platito sa ilalim ng mga paso ng halaman.
Basura, lalong-lalona ang mga itinapon na bote at lata	Madaling mag-imbak ng tubig	Ilagay sa itinaling supot na plastik at iligpit sa lagayang may takip.	
Mga pinag-iimbakan ng tubig	Ang mga lalagyan sa labas ng bahay ay maaaring mag-ipon ng tubig-ulan.	Lagyan ng takip.	Sa halip na mag-imbak ng tubig sa lalagyan, dapat nang palitan ito ng gripo.

Puwang sa puno at tuod ng kawayan	Likas na sisidlan ng tubig	Paagusin ang tubig o punuin ng buhangin, putik o semento kung angkop.	
Mga lumang gulong na ginagamit sa ibang layunin tulad ng proteksyon ng mga sasakyan sa paradahan.	Pagsilo ng tubig-ulan at tubig sa paglinis ng sasakyan	Lagyan ng malaking butas	Mas makakabuti kung ang umbok na goma ay palitan na lamang ng marka sa lupa
Alulod at paagusan ng tubig	1. Ang tubig ay madaling maimbak sa sirang alulod at paagusan ng tubig. 2. Barado ng basura o dahon.	1. Dapat itong ayusin. 2. Alisin ang dahon at basura na nakabara minsan man lang sa isang linggo.	
Lanaw	Ang hindi umaagos na tubig ay nakakaakit ng lamok.	Lagyan ng isdang kumakain ng uhod ng lamok.	

7. Ang magulang na lamok na natatagpuan sa bahay ay maaaring patayin sa pamamagitan ng karaniwang pambomba ng insekto.

8. Sa kalimitan, ang pagpatay ng uhod ng lamok ay dapat isagawa lamang kapag ang pinagmumulan ng panganganak nito o ang mga lugar na maaaring panganakan ng lamok ay hindi matanggal sa loob ng isang linggo.

#### **Palatandaan sa Paggawa**

9. Upang mapadali ang paghadlang sa lamok, maghanda ng isang talaan ng mga nauukol na gawain sa ilalim ng programang ito sa pamamagitan ng pagtukoy sa mga hakbang na nakasaad sa ika-anim na talata.

10. Para sa panlaban sa lamok, maaaring maghirang ng isang kompanyang taga-patay ng peste. Ang mga payo sa paghadlang ng lamok ay maaaring kunin mula sa Kagawaran ng Pagkain at Pangkaligirang Kalinisan (Food and Environmental Hygiene Department).