

BLESI FREDI SOU PO KI GRAV

SA KI BLESI FREDI SOU PO KI GRAV LA YE (FROSTBITE)?

Blesi fredri sou po ki grav (Frostbite) se lè ou ekspoze nan tanperati fredri ki grav, tanperati ke twò frèt diminye sikilasyon san epi li lakòz glas fòme andedan tisi kò ou, ki lakòz domaj grav epi ki pafwa pèmanan. Blesi fredri sou po ki grav (Frostbite) kapab lakòz blesi pèmanan nan nè — an prensip lakranp oswa doulè — ak destwiksyon tisi menm pèt dwèt ak zòtèy yo. Blesi fredri sou po ki pa grav (Frostnip) se yon maladi ki gen rapò ak fredri ki pi modere, revèsib ki lakòz sèlman lakranp tanporè ak doulè.

ÈSKE BLESI FREDI SOU PO KI GRAV (FROSTBITE) SE YON MALADI KI KOMEN?

Blesi fredri sou po ki grav (Frostbite) pa tèlman frekan nan Merilann. Pifò moun yo kapab evite vrèman move tanperati ki glasyal. Anpil nan ka blesi fredri sou po ki grav (Frostbite) yo lopital yo trete nan depatman ijans yo gen ladan yo moun ki sanzabri yo, moun ki sou, ki genyen maladi sikolojik, ki pa egzèsè bon jijman oswa ki pa pran prekosyon nòmal yo.

KI MOUN KI PI RISKE POU ATRAPE BLESI FREDI SOU PO KI GRAV (FROSTBITE)?

Yon sèl faktè ki pi enpòtan ki genyen rapò nan devlopman blesi fredri sou po ki grav (frostbite), se konpòtman. Moun yo ki gen plis tandans devlope blesi fredri sou po ki grav (frostbite) se moun ki pran move desizyon avèk bagay yo, tankou lè ekspoze yo ak rad dekòlte, lè yo pran alkòl ak dwòg. Timoun ak adolesan yo ki pètèt ka pran presyon kamarad yo, ak moun ki genyen maladi sikyatrik vrèman vilnerab. Granmoun aje yo genyen pi gwo ris pou blesi fredri sou po ki grav (frostbite) paske yo pafwa genyen kondisyon medikal, tankou dyabèt, atewosklewoz, anemi ak lòt kondisyon ki anpeche san koule byen. Sèten medikaman, espesyalman sa yo pran pou maladi kè yo oswa tansyon kapab jwe yon wòl tou. Alkòl non sèlman entèfere ak bon jijman, men tou li dilate veso sangen yo, ki lakòz pèt chalè, epitou li redui sansasyon, yon menas ki triple lè genyen maladi ki gen rapò ak fredri.

KÒMAN OU FÈ KONNEN OU TRAPE BLESI FREDI SOU PO KI GRAV (FROSTBITE), OLYE SE SÈLMANPATI NAN KÒ W KI VRÈMAN FRÈT ?

Si sentòm yo — lakranp, doulè ak chanjman nan koulè po — pa amelyore malgre rechofman pandan 15 a 30 minit, chèche jwenn swen medikal. Blesi fredri sou po ki pa grav (frostbite) revèsib byen vit. Lè ou genyen blesi fredri sou po ki pa grav (frostbite), po a parèt pal, pwès epi rès, li kapab menm fè zanpoud. Anplis, ou santi lakranp nan po a, menm lè li genyen yon ti sansasyon tou piti lè ou manyen li.

ÈSKE BLESI FREDI SOU PO KI GRAV (FROSTBITE) AFEKTE PLIS PASE MEN AK PYE?

Wi. Pati kò sa yo ki pi detache nan twon kò a (vant la ak pwatrin la) tankou dwèt yo, zòtèy yo, nen, zòrèy ak manton, yo pi vilnerab pou blesi fredri sou po ki grav (frostbite) ta afekte yo.

- PIPLIS-



MARYLAND
Department of Health

Office of Preparedness and Response

Updated 11/2017

KI PREMÈ BAGAY OU TA DWE FÈ SI OU ATRAPE BLESÈ FREDI SOU PO KI GRAV (FROSTBITE)?

Rechofman se li ki kle nan tretman. Si ou deyò, antre andedankay ou. Si ou pa kapab jwenn andedan kay pou ou antre, sèvi ak bon jan, rad sèch oswa kenbe pati nan kò w ki afekte yo yon kote ki tyèd, tankou anba bra w oswa nan mitan janm ou. Si ou panse ou genyen blesi fredri sou po ki grav (frostbite), pa fwote po a, paske fwotman kapab lakòz plis domaj. Se sèlman dlo tyèd, jamè dlo cho ki itil pou trete blesi fredri sou po ki grav (frostbite).

ÈSKE MOUN TA DWE EVITE KOULE DLO CHO SOU MEN YO KI JELE?

Wi. Dlo cho boule, espesyalman pou pasyan ki genyen blesi fredri sou po ki grav (frostbite), sa ka lakòz destwiksyon plis tisi. Epi tou, paske po ou kapab genyen lakranp lè ou atrape blesi fredri sou po ki grav (frostbite) oubyen blesi fredri sou po ki pa grav (frostbite), ou gen dwa genyen pwoblèm pou santi konbyen dlo a cho, ki ka lakòz ou menm boule pi rèd.

ÈSKE OU TOUJOU BEZWEN CHÈCHE ÈD MEDIKAL?

Pa toutan. Si ou vrèman panse ou genyen blesi fredri sou po ki grav (frostbite), chèche atansyon medikal. Men si sentòm ou yo — doulè, lakranp, chanjman koulè — rezoud lè ou rechofe ou, ou pa ta bezwen wè yon doktè.

ÈSKE OU GENYEN CHANS POU OU GENYEN BLESÈ FREDI SOU PO KI GRAV (FROSTBITE) SI OU TE GENYEN LI DEJA?

Wi. Domaj nan tisi ak veso sangen yo blesi fredri sou po ki grav (frostbite) te lakòz yo rann ou pi sansib pou ratrape blesi fredri sou po ki grav (frostbite). Epi tou, men pwoblèm konpòtman yo ki te fè ou atrape blesi fredri sou po ki grav (frostbite) premye fwa a kapab toujou la.

ÈSKE PWOBLEM YO KI GENYEN RAPÒ AVÈK BLESÈ FREDI SOU PO KI GRAV (FROSTBITE) DIRE LONTAN ?

Wi. Ou kapab devlope lakranp nan po a epi ak sansiblitenan fredri. Blesi fredri sou po ki grav (frostbite) anpil kapab lakòz tisi kò ki afekte yo pèdi, pa egzanp pwent nen, zòrèy, zòtèy ak dwèt yo.

KI PI BON FASON POU ANPECHE BLESÈ FREDI SOU PO KI GRAV (FROSTBITE)?

Evite ekspozè nan tanperati frèt ki ekstrèm. Mete rad ki epè epi ki sèch. Sèvi ak mouf alaplas gan. Kouvri tèt ou ak zòrèy ou yo avèk yon bonèt ki fèt ak lenn mouton pito. Mete yon foula. Kouvri figi w (pa egzanp avèk yon kagoul/mas pou eski). Rad sere espesyalman soulye, kapab koupe sikilasyon san ki fè sa anpeche w rete cho. Mete soulye ak bòt ki pa pran dlo epi ki kenbe chalè. Rete byen idrate. Limite kantite alkòl w ap bwè. Pa fimen sigarèt, paske nikotin fèmen veso sangen yo pi plis.

PLIS ENFÒMASYON

 preparedness.health.maryland.gov

 facebook.com/MarylandOPR

 twitter.com/MarylandOPR

 health.maryland.gov

 facebook.com/MarylandDHMH

 twitter.com/MDHealthDept



MARYLAND
Department of Health

Office of Preparedness and Response

Updated 11/2017