

# Homa ya Kurudia ya kutokana na Kupe Ngumu

Karatasi ya Ukweli



Homa ya Kupe Ngumu (HTRF) ni ugonjwa unaosababishwa na bakteria *Borrelia miyamotoi*. Huenezwa kwa kuumwa na kupe aliyeambukizwa *Ixodes scapularis* (pia huitwa kupe kulungu).



Mtu yeyote anaweza kupata HTRF, lakini watu wanaotumia muda nje wako kwenye hatari kubwa zaidi.

## Ishara na Dalili



Homa na Kuhisi Baridi



Maumivu ya kichwa

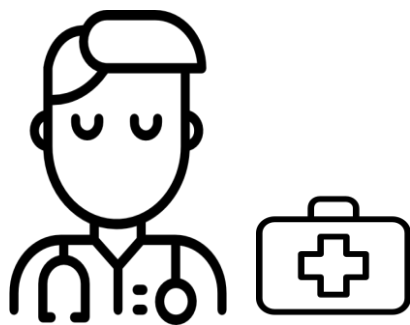


Maumivu ya Misuli au Viungo



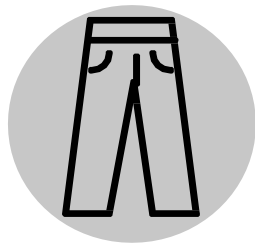
Uchovu

Dalili zingine ambazo hazijazoeleka ni pamoja na upele, maumivu ya tumbo, kuhara, na kuhisi kizunguzungu au kuchanganyikiwa. Ni watu wachache sana wanaopata ishara na dalili hizi **ZOTE**.



Ongea na daktari wako ikiwa una mojawapo ya ishara hizi au dalili baada ya kuumwa na Kupe. Homa ya kurudia itokanayo na Kupe Hugunduliwa kwa kuzingatia Ishara na dalili na kuthibitishwa kupitia vipimo vya damu.

## Kuzuia Kuumwa na Kupe



Vaa nguo za rangi angavu, za mikono mirefu. Weka suruali yako kwenye soksi zako.



Tumia dawa iliyoidhinishwa na EPA



Ondoa majani yako na uweke nyasi yako ikiwa imekatwa.



Fanya ukaguzi wa kupe kila siku na uangalie wanyama wako wa kipenzi pia.

## Uondoaji salama wa Kupe



Tumia kijiko cha kupe au kibano chenye ncha nyembamba ili kuondoa kupe.

- Kwa kutumia kibano, shika kupe kwa mdomo wake na tumia mgandamizo thabiti kuvuta tiki nje. Usitumie mwendo wa kusokota.

-Ukitumia kijiko cha kupe, weka ncha ya kijiko juu na kichwa cha tiki na uichote kwa upole.

Usitumie rangi ya kucha, kiberiti, au mafuta ya petroli kuondoa kupe. Njia hizi huongeza hatari ya maambukizi ya ngozi ya ndani.

## Kupe wa Kulungu Zinapatikana wapi Maine?

Kupe wa kulungu, ambao wanaweza kubeba bakteria wa *Borrelia miyamotoi*, wanapatikana kila mahali Maine. Maeneo ambayo kupe huishi ni pamoja na:

- Maeneo ya misitu au misitu
- Mandhari pori, isiyotunzwa na yenye nyasi ndefu
- Kwenye majani au rundo la majani



Kupe hufanya kazi kwa halijoto yoyote juu ya kuganda.

## Kwa Taarifa Zaidi, Tembelea:



1. [www.maine.gov/dhhs/mecdc/infectious-disease/epi/vector-borne/borrelia-miyamotoi/](http://www.maine.gov/dhhs/mecdc/infectious-disease/epi/vector-borne/borrelia-miyamotoi/)
2. [www.cdc.gov/ticks/miyamotoi.html](http://www.cdc.gov/ticks/miyamotoi.html)
3. [www.epa.gov/insect-repellents/find-repellent-right-you](http://www.epa.gov/insect-repellents/find-repellent-right-you) (Kwa dawa zilizoidhinishwa na EPA))
4. [ticks.umaine.edu](http://ticks.umaine.edu) (Kuwasilisha kupe kwa utambulisho na majaribio)

Unaweza pia kupiga simu ya Maine CDC kwa 1-800-821-5821.