ንዓኻ ጸረ ናይዞም ዚስዕቡ ክታበታት ክይወስድ ዘሎካ

ንፍዮ፡ ጽግዕ፡ ፍሮማይ

FOLKHÄLSOMYNDIGHETEN, ARTIKELNUMMER 21058-5 TIGRINJA. 2021. FORM, SÖDRA TORNET

Folkhälsomyndigheten

እዞም ሰለስተ፡ ንፍዮ፡ ጽግዕ፡ ፍሮማይ ዝተባህሉ ሕማማት፥ ኣዝዩ ከቢድ ሕማም ከስዕቡልካ ዚኽእሉ ሓማማት'ዮም። ክታበት ጽቡቕ ምክልኻል ናይቶም ሕማም ዚህብ'ዩ።

ሓደ **ንፍዮ** ዝሓዞ ሰብ ብርቱዕ ረስኒ ይገብረሉ፥ የስዕሎ፡ ኣብ ኣካላቱ ውን ሽፍታ ይገብረሉ፥ ብጽኑዕ ውን ኪሓምም ይኽእል'ዩ።

ሕማም **ጽግዕ** ድማ ንምዕጉርትኻ የሕብጦ። ብጽኑዕ ውን ክትሓምም ትኽእል ኢኻ።

እቲ ብሕማም **ፍሮማይ** ዝተታሕዘ ሰብ፥ ረስኒን ሽፍታ ናይ ኣካላትን ይገብረሉ። ሓንቲ ጥንስቲ ሰብ ብፍሮማይ እንተ ተታሒዛ፥ እቲ ዚውለድ ቆልዓ ከቢድ ጒድኣት ኣጋጢሙዎ ኪውለድ ይኽ እል'ዩ።

እዞም ሰለስተ ሕማማት'ዚኦም ብቐሊሉ ኣብ መንጎ ሰባት ኪመሓላለፉ ዚኽእሉ ብምዃኖም፥ ንሰባት ኪልበዱ ይኽእሉ እዮም።

ብዙሓት ሰባት ዝተኸትቡ ምስ ዚኾኑ ግን፥ ውሑዳት'ዮም እቶም ዚለገቦም

ንስኻ ናይዞም ሰለስተ፡ ንፍዮ፡ ጽግዕን ፍሮማ ይን ሕማማት ክታበት ዝግበረካ፥ ንርእስኻ ካብ ምሕማም ትከላኸል፡ ንኻልኦት ውን ኣይ ተልግበን። ብዙሓት ሰባት ክታበት ወሲዶም፡ ዝልበዱ ሰባት ሰብ ምስ ዘይርከቡ፥ እቲ ሕማም ባዕሉ ጠሪሹ ኪጠፍእ ይኽእል'ዩ።

እቲ ጸረ ንንፍዮ፡ ጽግዕ፡ ፍሮማይ ዚወሃብ ክታበታት 2 ጊዜ'ዩ ዚወሃብ። እቲ ሓደ ኣብ ”ማእከል ክንክን-ሕጻናት” እቲ 2ይ ድማ ኣብ ቤት ትምህርቲ ይወሃብ።

ኩሎም 'ቶም ”ብማእከል ክንክን-ሕጻናትን” ብቤትምህርቲን ዚወሃቡኻ ክታበታት፥ ብድሌትካ ትወስዶምን ገንዘብ ዘይከፈሎምን እዮም።

ብዚያዳ ክትፈልጥ ትደሊ'ዶ?

ሕቶታት ምስ ዚህልዉኻ ኲሉ ጊዜ ምስታ ነርስ ናይ ቤትትምህርቲ ክትዘራረብ ትኽእል ኢኻ። ኣብዚ ዚስዕብ ውን ዚያዳ ክተንብብ ትኽእል ኢኻ፡-

- 1177.se
- Folkhalsomyndigheten.se

ክታበት ብኸምዚ ዚስዕብ ይትግበር

ቅድሚ እቲ ክታበት

ቅድሚ ክታበት ምውሳድካ ሕቶታት ምስ ዚህልወካ፥ ምስ ሓደ ዓቢ ሰብ ካብ ስድራ ቤትካ ወይ ምስ ነርስ-ቤትትምህርቲ ክት ዛረብ ትኽእል ኢኻ። እንተ ደሊኻ ውን ናብቲ ትገብሮ ምብጻሕ ሓደ ዓቢ ሰብ ተማ ሊእካ ክትከይድ ትኽእል ኢኻ።

እቲ ክታበት

እታ ክታበት ትህበካ፡ እታ ነርስ-ቤትትምህርቲ እያ። እቲ ክታበት ኣብ ምናት ኢድካ ኢኻ ትውጋእ።

ድሕሪ እቲ ክታበት

መብዛሕትኦም ሰባት ብድሕሪ'ቲ ክታበት ዚስምዖም ነገር የልቦን ወይ ውን ኣብቲ ዝተወግኡሉ ቦታ ጥራይ'ዩ ዘቖንዞዎም። ንገለ ሰባት ረስኒን ቃንዛ ጭዋዳታትን ይግ በረሎም'ዩ። እዚ ሓደገኛ ኣይኮነን፡ ድሕሪ ቁሩብ መዓልታት ውን ዚሓድገካ'ዩ። ብድ ሕሪ'ቲ ክታበት ምውሳድካ ብዛዕባ ገለ ነገር እንተ ተሻቒልካ፥ ባዕልኻ ወይ ወለድኻ ምስታ ናትካ ነርስ ናይ ቤትትምህርቲ ወይ ትካል ክንክን-ሕማም ርክብ ክትገብር ይክ ኣል'ዩ።

ናይ ሽወደን መደብ-ክታበታት

ኣብዚ፡ ኣብ ሽወደን ነቶም ከበድቲ ሕማምት ንምክልኻል ተባሂሎም ንኹሎም ቆልዑ ዚወሃቡ ክታበታት ትርእዮም ኣሎኻ።