



ንሓደ ሓደ ቁልዕ ንክክተብዎም ዝወሃብ ምክኒ ክታቦታት

ኩሎም ቁልዕ ኣብ ሸወደን ኣንጻር ትሸፃተ ብርቱዓት ሕግግት ክክተቡ መሰል ኣለዎም (ናይ ሓበሬታ መንኹር ብዛዕባ ናይ ሸወደን መደብ ክታቦት ንቁልዕ ርክ)። ከምኡ'ውን ኩለን ኣዋልድ ክታቦት ኣንጻር ሁግንት ፓፕሎም ቪሩስ (ሆፕቪ፣ መንኹር ክላድ ማህጻን) ክክተብ ዕድል ይወሃብን (ናይ ሓበሬታ መንኹር ብዛዕባ ክታቦት ኣንጻር ሆፕቪ ንኣዋልድ ርክ)። ገለ ቁልዕ ብተወሰኹ ኣንጻር ወይዎ ዓይነት በ፣ ሕግግም ዓባይ ሰዓል፣ ኢንፍሉወንሳን ረክሲ ስተረፕተኮሱን ብናጻ ክክተቡ ዕድል ይወሃቦም።

ወይዎ በ

ወይዎ በ ቫይረስ ዝጠንቁ ናይ ጸላም ኩባዲ ረክሲ ኾይኑ ብደምን ብኸልኦት ናይ ኣካል ፈሰስትን ይመሓላለፍ። እዚ ሕግግም ኣብ ገሊጺም ሰባት ጨረሹ ዘይረክ ክኸውን ከሎ ካልኦት ሰባት ግን ንኣድሎ ኣዋርኦ ክኣሙ ይክእሉ እዮም። እቶም ዝበዘሉ ክኣውዮ ኸለዉ ኣብ ውሑዳት ሰባት ግን እቲ ቫይረስ ኣብ ኣካላት ብምጽናሕ ድሕሪ ነዊሕ ጊዜ ጠንቁ ናይ መጥገኒ ጸላም ኩባዲ ወይ መንኹር ጸላም ኩባዲ ክኸውን ይክእሉ። ሰብ ኣብ እዋን ቁልዕነቱ በዚ ረክሲ እንተ ተታሒዞ፣ እቲ ሓደጋ ዝዛየደ ይኸውን።

መንኹም ክክተቡ ዝግብኦም?

ናይ ለበዳ ሓደጋ ብዘደገ ዝተቻልዑ ቁልዕ ነዚ ክታቦት ክክተብዎ ለበዳ ይወሃብ። እዚ ብቐዳምነት ነቶም ካብ ኣባላት ስድርኦም ሕግግም ወይዎ በ ዘለዎም ወይ ወለደም ካብ ኣብ ሸወደን ንላዕሊ ወይዎ በ ዝውቁር ዝኾነሉ ሃገር እንተ መጺኦም ይምልከት። እቶም ዝበዘሉ ምምሕዳር ዘባታት ክታቦት ጸረ ወይዎ በ ንቁልዕ ክክተቡ መረጸም እዮም።

እዚ ክታቦት እንታይ ዓይነት ምክልኻል ይህብ?

እዚ ክታቦት ኣዚዩ ውጽኢታዊ እዩ። ዳርጋ ኩሎም ዝክተቡ ቁልዕ ድግሒ ሓደ ጽቡቕ ምክልኻል የግዕብሉ። እዚ መከላኸሊ ንምሉእ ሂወት ከገልግል ይክእል እዩ።

መዓለ'ዩ እዚ ክታቦት ዝወሃብ?

እዚ ክታቦት መብዛኡ ጊዜ ኣብ ሰለስተ ኣጋጣሚታት ይወሃብ፣ ምስ ካልኦት ክታቦታት ኣብ ናይ ህጻንነት ዕድመ (ኣብ ናይ 3, 5ን 12ን ወርሒ ዕድመ) ወይ ኣብ ብመሰረት ናይ ውልቂ ዝተገብረ መደብ።

እየናት ጉናዊ ሳዕቢናት ከጻገፉ ይክእሉ?

እቶም ኣዚዮም ዝበዘሉ ቁልዕ ካብዚ ጸረ ወይዎ በ ዝወሃብ ክታቦት ጨረሹ ወይ ጥሬይ ፈሰስ ጉናዊ ሳዕቢናት የሰበሉም። እቶም ኬጻገፉ ዝክእሉ ጉናዊ ሳዕቢናት መብዛኡ ጊዜ ኣብ ውሽጢ ሓደጋ መዓልታት ይኣውዩ። ናይ እዞም ዝሰዕቡ ጉናዊ ሳዕቢናት ጸብጻብ ተሓቢሩ ኣሎ።

ልሙዳት (ካብ 100 ዝተኸተቡ ካብ ኣብ 1 ዝበዘሉ ዝረከቡ) ምቕያሕ፣ ሕብጥን ቁስሊ ናይ ክታቦት ቦታን።

ሳሕቲ (ካብ 1000 ዝተኸተቡ ካብ ኣብ 1 ንታሕቲ) ረሰኒ፣ ሳሕ፣ ሕግግም ርክሲ፣ ተምላሳ፣ ውጽኢት፣ ዕንፍሩር፣ መልሱንጥፈት ቍጥቦ።

ሕግግም ዓባይ ሰዓል (ቲቢ)

ሕግግም ዓባይ ሰዓል ባክተርያ ዝጠንቁ ረክሲ ኾይኑ ሰብ ክሰዕል ከሎ ብመንገዲ ንፋስ (ኣየር) ይዘርጋሎ። መብዛኡ ጊዜ ንሳናቡእ እዩ ዘጥቅዕ። ግን ንክልኦት ክፋል ሰብነትና እውን ከጥቅዑ ይክእሉ እዮም። እዚ ሕግግም መብዛኡ ጊዜ፣ ንነዊሕ ጊዜ ዝጸንሕ ምስዓል፣ ምንካይ ክብደትን ረሰንን ሃልደም ቀስ ኢሎ ይምዕብል። ኪይኑ ግን እዚ ሕግግም ዳሕራይ ንክለዓል ኣብ ሰብነትና ንብዙሕ ዓመታት የዕረፉ ክጸንሑ ይክእሉ እዮ። ድጉል ሕግግም ዓባይ ሰዓል ተላጋቢ ኣይኮነን።

መንኹም ክክተቡ ዝግብኦም?

ሕግግም ዓባይ ሰዓል ካብ ኣብ ሸወደን ንላዕሊ ንቡር ካብ ዝኾነሉ ሃገራት ዝመጹ ወለዲ ዘለውዎም ቁልዕ፣ ክክተቡ ይምከሩ።

እዚ ክታቦት እንታይ ዓይነት ምክልኻል ይህብ?

እዚ ክታቦት ኣብ ቁልዕ ጸረ ብርቱዓት ዓይነታት ሕግግም ዓባይ ሰዓል ጽቡቕ ምክልኻል ይህብ። ምስ ዕድመ ናይ ምክልኻል ውጽኢቱ ይገኛ።

መዓለ'ዩ እዚ ክታቦት ዝወሃብ?

እዚ ክታቦት ከም ልሙድ ካብ ናይ ሸወደን ወርሒ ዕድመ ጀግሩ ከም ንጸል ዓቕን ፈውሲ (ክታቦት) ይወሃብ። እቲ ናይ ምልጋብ ሓደጋ ዓቢ እንተ ኾይኑ ግን ኣቐዲሙ ክወሃብ ይክእል እዩ።

ድሕሪኪ ክታቦት እንታይ የጋጥም?

እዚ ክታቦት ቀሊል ረክሲ ቁርባት የሰዕብ። ድሕሪ ካብ ክልተ ክሰብ ኣርባዕተ ሳምንታት ድግሒ ኣብቲ ናይ መክተብ ቦታ ንክሸተይ ምንጻድ ይፈጥር። እቲ መንገድቲ ድግሒ ይዓብን ይቐይሕን፣ ድሕሪ ቁሩብ ጊዜ ድግሒ ምጉሊ ከውጽኦ ዝክእል ቍሰሊ ይገብር። እቲ ቍሰሊ ድሕሪ ገለ ሳምንታት ባዕሉ ስለ ዝኣዊ ከም ልሙድ ዝኾነ ነገር ከይገበርካ ክግደፍ ኣለዎ። እቲ ቍሰሊ ክፋት ክሰብ ዝኾነ ኣብ መሓንበሲ ምሕንባስ ክውገድ ይግባእ። ሓደ ሓደ ቁልዕ ብጀካ ድሕሪ ሓደ ወይ ውሑዳት ኣዋርኦ ዝጠፍኦ መንገድቲ ጨረሾም ቍሰሊ ኣይገብረሎምን እዩ።

እየናት ጉናዊ ሳዕቢናት ከጻገፉ ይክእሉ?

ናይ እዞም ዝሰዕቡ ጉናዊ ሳዕቢናት ጸብጻብ ተሓቢሩ ኣሎ።

ሳሕቲ (ካብ 1000 ዝተኸተቡ ኣብ ካብ 1 ዝውሕድ ዝርከብ) ንክኣዊ ነዊሕ ጊዜ ዝወሰድ ካብ ንቡር ንላዕሊ ዓቢ ቍሰሊ፣ ረሰኒ፣ ሕግግም ርክሲ፣ መልሱንጥፈት ቍጥቦ።

ኢንፍሉወንሳ

ኢንፍሉወንሳ ብቫይረስ ዝመጽእ ሓደ ረክሲ ኣብ ጉራር እዩ። እዚ ሕግግም ሓደ ዝኣመመ ሰብ ክሰዕልን ክህንጥሰን ከሎ ብንፋስ ይዘርጋሎ። ኢንፍሉወንሳ ነፍስ ወከፍ ክረምቲ ይመላለስን ካብቲ ብዘሉ ህዝቢ መብዛኡ ጊዜ ኣብ መንጎ ክልተን ዓሰርተ ሓመታትን ሚእታዊት ይኣመሙ። ኢንፍሉወንሳ መብዛኡ ጊዜ ባዕሉ ይኣዊ። ረክሲ ሳንቡእ ግን ከሰብ ይክእል እዩ።

መንግሥት ክትትቡ ዝግብኦም?

ምስቶም ብመድሃኒታዊ ናይ ሓደጋ ጉጅሰ ዝጥርነፉ ቁልዮ፡ ጸረ ወቅታዊ ኢንፍራውንሳ ክትትቡ ይምከሩ። ክታቦት ኢንፍራውንሳ ኣብ ናይ ደርሆ እንቋቋሖ እዩ ዝራባሕ። ሰለዚ ከቢድ ናይ እንቋቋሖ ቊጠዕ ዘለዎ ሰብ መጀመርታ ምስ ሓኪሙ ናይ ግድን ክሃረብ ኣለዎ።

እቲ ምክልኻል ንክንደይ ጊዜ ይጸንኡ?

ናይ ኢንፍራውንሳ ሻይረስ ኮሎ ጊዜ ሰለ ዘለዎዎ፡ ቅድሚኡ ነፍስ ወከፍ ወቅቲ ኣንጻር ኣቶም ሽዑ ዝነጥፉ ዘለዉ ሻይረስ ሓደ ሓድሽ ክታቦት ምስራሕ ናይ ግድን እዩ። እቲ ምክልኻል ኣብ ውሽጢ ሓደ ዓመት ሓይሎ ሰለ ዝንኪ ዓመታዊ ምክትብ ናይ ግድን እዩ።

መዓለፍ እዚ ክታቦት ዝወሃብ?

ቁልዮ ካብ ናይ ሽዱሽተ ወርሒ ዕድሜኦም ጀግሮም ክትትቡ ይኽእሉ እዮም። እቲ ክታቦት ብመሰረት ናይቲ ቁልዩ ዕድሜ ብንጽል ወይ ብክልተ ዓቕን ይወሃብ። ክልተ ዓቕን(ክታቦት) እንተ ኾይኑ ዝወሃብ፡ ኣብ ናይ ኣርባዕተ ሳምንታት ፍልልይ ይወሃብ።

ኣየናት ጉናዊ ሳዕቤናት ከጓገፉ ይኽእሉ?

እዞም ናይ ኢንፍራውንሳ ክታቦታት ንዘበዘሙ ቁልዮ ዋላ ሓደ ወይ ጥራይ ቀለልቲ ጉናዊ ሳዕቤናት ይገብርሎም። ከጋጥሙ ዝኽእሉ ጉናዊ ሳዕቤናት መብዛሕትኦ ጊዜ ኣብ ውሽጢ ቁሩብ መዓልታት ይሓውዩ። ናይ እዞም ዝሰዕቡ ጉናዊ ሳዕቤናት ጸብጻብ ተሓቢሩ ኣሎ።

ልመዳት (ካብቶም ዝተኸትቡ 100 ካብ ኣብ 1 ዝበዘሙ ዝረከቡ)፡ ቅይሒ፣ ሕበጥን ቊሰልን ኣብቲ ናይ ክታቦት ቦታ፣ ረሰኒ፣ ውጽኣት፣ ተምላስ።

ሳሕቲ (ካብቶም 1 000 ዝተኸትቡ ካብ 1 ንታሕቲ)፡ ንጥፈ-መልሲ ቊጥቦ።

ጥንምኮኩሰ

ስተረጥተኮኩሰ ከም ነድሪ እዝኒን ሰርናን ዝኣመሰሉ ቀለልቲ ረኽቡታት ከምጽኡ ዝኽእሉ ባክተርያ እዮም። ግን እዚኻም ጠንቂ ናይ ኣዘዮም ብርቲዓትን ንሂወት ዘሰግኡን ከም ነድሪ ሳንቡእ፣ ምራዙ-ደምን ኣንቅጺን ዝኣመሰሉ ሕጻናት ክኾኑ ይኽእሉ እዮም። ተወሰኽቲ ሕጻናት፡ ንኣብነት ዝተፈለሉ ዓይነታት ናይ ሓንጎል መጥገኛቲ ናይ ምህላው ተኸእሎ እውን ኣሎ።

መንግሥት ክትትቡ ዝግብኦም?

ሓፈሻዊ ክታቦት ንህጻናት ጸረ ስተረጥተኮኩሰ 1 ጥሪ 2009 ተኣታቲዩ። እምበኣርከሰ ኮሎም ህጻናት ኣብ ውሽጢ እታ ናይ መጀመርታ ዕምሮም ብነጻ ክታቦት ክወሃቡ ይዕደሙ።

ብብርቲዕ ብስተረጥተኮኩሰ ክሓሙ ኣብ ሓደጋ ዘለዉ ኮሎም ዝተኸትቡን ዘይተኸትቡን ቁልዮ፡ ዕድሜኦም ብዘየገድሰ ተወሳኺ ክታቦት ምግባር ከድልዮም ይኽእል እዩ። እዚ ኣዚዩ ትሑት ስርዓተ ብይነት ወይ ንኸቢድ ሕጻን ግምቅላዕ ተወሳኺ ተኸእሎ ዝፈጥር ሕዳር ሕጻን ንዘለዎም ቁልዮ ይምልከት።

እዚ ክታቦት እንታይ ዓይነት ምክልኻል ይህብ?

እዚ ክታቦት ጸረ ካብቶም ኣብዚ ብሰንኪ እቶም ኣብዚ ከከም ፈውሲ ክትትቡት እቲዎት ዝኾኑ ዓይነታት ስተረጥተኮኩሰ ዝመጹ ብርቲዓት ረኽቡታት ስተረጥተኮኩሰ ጸብቑ ምክልኻል ይህብ እዩ።

መዓለፍ እዚ ክታቦት ዝወሃብ?

ኣብ ጉጅሰታት ሓደጋ እቲዎት ዝኾኑ ቁልዮ ብመሰረት ሓደ ውልታዊ መደብ ይኸተቡ።

ኣየናት ጉናዊ ሳዕቤናት ከጓገፉ ይኽእሉ?

ንእቶም ዝበዘሙ ቁልዮ፡ ክታቦት ጸረ ስተረጥተኮኩሰ ዋላ ሓደ ወይ ፈኮሰ ጉናዊ ሳዕቤናት ጥራይ ይገብረሎም። ከጋጥሙ ዝኽእሉ ጉናዊ ሳዕቤናት መብዛሕትኦ ጊዜ ኣብ ውሽጢ ቁሩብ መዓልታት ይሓውዩ። ናይ እዞም ዝሰዕቡ ጉናዊ ሳዕቤናት ጸብጻብ ተሓቢሩ ኣሎ።

ልመዳት (ካብቶም ዝተኸትቡ 100 ካብ ኣብ 1 ዝበዘሙ ዝረከቡ)፡ ቅይሒ፣ ሕበጥን ቊሰልን ኣብቲ ናይ ክታቦት ቦታ፣ ረሰኒ፣ ውጽኣት፣ ተምላስ።

ሳሕቲ (ካብ 1000 ዝተኸተቡ ካብ 1 ዝወሓደ)፡ መልሲ-ንጥፈታት ኣመና ተኣፋፍነት፣ ሰሓ፣ ረሰናዊ ምንፍርፋር፣ ሰሓ ቕርባት፣ ፍሕሻወ፣ ማሰናት።

ኣስተውዕል!

ቅድሚኡ እቲ ክታቦት፡ ውላድካ ሕሙም እንተ ኾይኑ፣ መለዓዓሊ ሕጻን ወይ ቊጥቦ እንተ ሃልደዎ፣ ወይ ቅድሚኡ ሕጻን ክትትቡ ከሎ ብዝኾነ መንገዲ እቲ ክታቦት ተጻቢኦም እንተ ነይሩ፡ ሓብር።

ድሕሪ እቲ ክታቦት፡ እቲ ቁልዩ ድሕሪ እቲ ክታቦት ዝሓመመ እንተ መሰሊ (ሕጻንቅ እንተ ተሰጊዖም)፡ ምስ ማእከል ክንክን ጥዕና ቁልዮ፣ ምስ ክንክን ጥዕና ኣብደተ ትምህርቲ ኣብቲ ቤት ትምህርቲ ወይ ምስ ሆስፒታል ናይ ግድን ርክብ ግበር። ሰራሕተኛታት ሕክምና ምስ ክታቦት ዝተተሓሕዙ ኮሎም ከጋጥሙ መልሲ-ንጥፈታት ክሕብሩ እዮም። ብሰንኪ እቲ ክታቦት ዝመጹ ይኹኑ ኣይኹኑ ብዘየገድሱ።

ብመንገዲ ናይ ማእከል ክንክን ጥዕና ቁልዮ ካርድ ወይ ጥራዝ ወይ ብኻልእ መንገዲ ጌርካ ናይ ውላድካ ክታቦታት ብትኽኽል ኣጻረ።



Folkhälsomyndigheten
PUBLIC HEALTH AGENCY OF SWEDEN