ئەو ئەنفلۆنزا تازەیە

خۆت و دەوروبەرەکەت لە تووشبوون بپارێزە

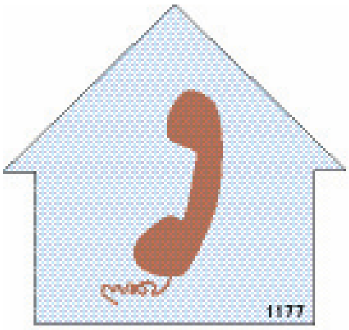
Kurdiska/sorani

زۆر دەستەکانت بشۆ

ئەو ڤایرۆسە زۆر بە ئاسانی بە پەنجە و شوێگەلی وەکو دەستکی دەرگاوە دەنوسێت، لە شێنانەشەوە بڵاو دەبێتەوە. بە ئاو و سابون دەستەکانت بشۆ. بە بەکارهێنانی کحولی دەست شوشتن، دەتوانی ڤایرۆسی زیاتریش لادەبری.

لە کاتی پژمین و کۆخیندا بەری ئانیشکت بە دەمتەوە بگرە

لەکاتی پژمین و کۆخیندا ڤایرۆسەکان بە بەری ئانشکت یاخود کلینسێك بگرەوە و ڕاستەوخۆ کلێنسەکە فڕێ بدە. بە هیچ شێوەیەك لە کاتی پژمین و کۆخیندا دەستت بە دەمتەوە مەگرە.



کە نەخۆش بووی لەماڵەوە بمێنەوە

کە نەخۆش کەوتی لە ماڵەوە بمێنەوە، تا لە سەر کار یان لە خوێندنگا یان لە نێو پاسدا ڤارۆسی ئەنفلۆنزاکە بڵاو نەکەیەوە. لە جیاتی ئەوەی کە بچی لە ژووری چاوەڕوانکردنی نەخۆشخانە دانیشی، تەلەفۆن بکە بۆ نەخۆشخانە، تا ڕێگا لە بڵاوکردنەوە ئەو ڤایرۆسە بگری.

ئەو ئەنفلۆنزا نوێیە، کە ناوی A(H1N1) ، بریتیە لە ڤایرۆسێکی نوێی ئەنفلۆنزا، کە بە هەموو جیهاندا بڵاو دەبێتەوە. بۆ زۆربەی خەڵکی نەخۆشیەکی بێمەترسیە و هەندێك جار بێزارکەرە، نیشانە (سیمتۆم)ەکانی دواى چەند ڕۆژێك نامێنن. نیشانە گشتیەکانی بریتین لە تا، کۆخەی ووشك، ئازاری قورگ، ئازاری لەش، سەرئێشە، لەرزین، ئاوی لوت و ماندووییەکی زۆر. زۆر زۆر گرنگە کە بە هەموو شێوەیەك ڕێ لە بڵاوبوونەوەی ئەو نەخۆشیە بگری، بۆ پاراستنی گیانی ئەو کەسانەی کە بە شێوەیەکی مەترسیدار ئەو ئەنفلۆنزایەیان توش دەبێت. بۆ زانیاری زیاتر دەربارەی ئەو ئەنفلۆنزا نوێیە یاخود A(H1N1) بڕوانە www.1177.se و www.krisinformation.se

Design: Jupiter Reklam, 2009 • Article number: 2009-126-221

Landstinget Kronoberg

Socialstyrelsen
THE NATIONAL BOARD OF HEALTH AND WELFARE

SMITTSKYDDSINSTITUTET
Swedish Institute for Infectious Disease Control

1177