(Om svininfluensan på tigrinska)

እዚ ሓዲሽ ኢንፍሉዌንሳ - ስቪን-ኢንፍሉዌንሳ

ምልክታት ናይዚ ሓዲሽ ኢንፍሉዌንሳ

እቶም ልሙዳት ምልክታት ናይዚ ሓዲሽ ኢንፍሉዌንሳ: ረስኒ: ምስዓል: ምቅርጣም: ቃንዛ-ርእሲ: ቃንዛ-ጎሮሮ: ድኻም እዩ::

ንኸይለግበካ ተጠንቀቕ

ኢድካ ብጥንቃቐ ብማይን ብሳሙናን ጌርካ ምሕጻብ ጽቡቕ እዩ:: ኣብ ኣፍንጫኻ: ዓይንኻ ከማኡውን ኣብ ኣፍካ ብኢድካ ኣይትተናኸፍ::

እቲ ዚበለጸ ክትገብሮ እትኽእል መከላኸሊ: ክትባት ምውሳድ እዩ::

ገለ ሰባት ብጽኑዕ ክሓሙ ይኽእሉ

ገለ ሰባት በዚ ኢንፍሉዌንሳ እዚ ብጽኑዕ ክሓሙ ስለ ዝኽእሉ: ኣንጻር እዚ ቪሩስ እዚ: ፍሉይ መድሃኒት የድልዮም:: ብጽኑዕ ክሓምም ይኽእል እየ ኢልካ ምስ ትጥርጥር: ምልክታት ኢንፍሉዌንሳ ውን እንተ ተሰሚዑካ ወይ ውን ምስ ኢንፍሉዌንስ ዝሓመመ ሰብ ርክብ እንተጌርካ: ምስ ቤት - ሕክምና ርክብ ግበር:: እቶም ዚምልከቶም ሰባት ከም: -

- ጥኑሳት
- ብዙሕ ኣካላዊ ስንክልና ዘለዎም ሰባት
- ዓበይቲን ንኣሽቱን እዚ ዚስዕብ ሕማማት ዘለዎም ሰባት እዮም::
  - ሕማም ልቢ ወይ ሳምቡእ
  - ሕማም-ሽኮር
  - ድኹም መከላኸሊ ሕማማት ዘለዎም
  - ብሂቭ (HIV) ዝተለኽፉ ሰባት
  - ናይ ጭዋዳዊ-ነርቭታት ሕማም ዘለዎም
  - ናይ ጸሊም-ከብዲ ወይ ኮላሊት ሕማም ዘለዎም
  - ገዚፍቲን ረጎድቲን (ዘፍጣጣት) ዝኾኑ ሰባት

ንኸይለግበካ ተጠንቀቕ: ኢድካ ኣዘውቲርካን ብጥንቃቐን: ብማይን ብሳ ሙናን ጌርካ ተሓጸብ::

ILLUSTRATION: LOTTA PERSSON

እንተ ሓሚምካ

መብዛሕትኡ ግዜ: እዚ ኢንፍሉዌንሳ ባዕሉ እዩ ዚሓገካ:: እንተ በርቲዑካ ግን ሕክምና የድልየካ:: እዚ ዚስዕብ እንተ ኣጋጢሙካ: ምስ ቤት-ሕክምና ርክብ ግበር::

- ረስኒ ካብ ልዕሊ ክልተ መዓልቲ እንተ ጸኒሑ
- ንምትንፋስ እንተ ተሸጊርካ ወይ ከንፈርካን ቆርበትካን እንተ ጸሊሙ
- ኣብ ኣፍልብኻ እንተተቐንዚኻ
- ደም እንተ ስዒልካ
- መልሓስካ እንተ ነቒጹ ወይ ሒደት ጥራይ ምሻን ምስ ትጅምር
- ብዙሕ ምስ ተምልስ ወይ ዝኣክል ፈሳሲ ምስታይ ምስ ትስእን

»»

1177 ምኽሪ ክንክን - ሕማም

ብቴለፎን 1177 ጌርካ ብዌብ - ኣድራሻን ብቴለፎንን: ለይትን መዓልቲን ሓበሬታ ክትረክብ ትኽእል ኢኻ:: 1177.se ናይ ወረዳዊን ዞባዊን ምምሕዳራት ብዛዕባ ሓለዋ ጥዕናን ክንክን ሕማምን ሓበሬታ ዚወሃበሉ ናይ ሓባር ዌብ ኣድራሻ እዩ:: እቲ ሓበሬታታት ኩሉ ብሸወደን እዩ:: ናብ 1177 ደዊልካ ካብ ኣላዩት - ሕሙማት ምኽሪ ክትረክብ ውን ትኽእል ኢኻ:: ኣብዚ ጥራዝ እዚ ዚወሃብ ሓበሬታ: ብምትሕግጋዝ "ሶሻልስትይረልሰን" ዝተዳለወ እዩ::

ትሕቲ ክልተ ዓመት ቆልዓ ዝኾነ ውላድካ፡ ናይ ኢንፍሉዌስና ምልክት ምስ ዘገብር፡ ምስ ቤት-ሕክምና ርክብ ግበር፡፡

ዝሓመመ ሰብ ናይ ምንቃጽ ምልክት ወይ ልሙድ ዘይኮነ ዓወንወን ክብል ምስ ዚጅምር፡ ቆልዓ ውን እንተ ፈዚዙ ወይ ጸወታ ምስ ዚኣቢ፡ ብቐጥታ ምስ ቤት-ሕክምና ርክብ ግበር፡፡

ቅድሚ ናብ ቤት-ሕክምና ብኣካል ምምጻእካ፡ ኣቐዲምካ ብስልኪ ምዝርራብ ጽቡቕ እዩ፡፡ እዚ ሕማም ከም ዘይላባዕ ምግባር ኣዝዩ ኣገዳሲ እዩ፡፡

ኩሉ ግዜ ናብ ቤት-ሕክምና ደዊልካ ምኽሪ ክትሓትት ዕዱም ኢኻ፡፡

ባዕልኻኸ እንታይ ክትገብር ትኽእል?

እንተ ሓሚምካ ኣብ ገዛኻ ጽናሕ እምበር ምስ ሰብ ኣይትራኸብ፡፡ ክሳዕ እቲ ረስኒ ጠፊኡልካ ሓደ መዓልቲ ዘገብር፡ ወይ ውን ክሳብ ሸውዓተ መዓልቲ ካብቲ ምልክት ኢንፍሉዌስና ዝተሰምዓካ ዕለት፡ ንኻላኦት ሰባት ክተላግበሎም ትኽእል ኢኻ፡፡ ክትስዕል ወይ ክትንጥስ ከሎኻ፡ ኣብ ቅልጽምካ ድኣ ገብሮ፡፡ ኣብ ወረቐት-መንዲል ምስ ትስዕል ድማ፡ ኣብ እንዳ ጉሓፎ ኣእትዎ፡፡

ክተዕርፍ ጽቡቕ እዩ፡ ኣብ ዓራት ጥራይ ምዃን ግን ኣየድልን እዩ፡፡ ጸጸኒሕካ ተንሲእካ ምንቅስቓስ ጽቡቕ እዩ፡፡ መታን ነቲ ብምኽንያት ረስኒ ካብ ኣካላትካ እተጥፍኦ ፈሳሲ ንምትካእ ክትብል፡ ካብቲ ልሙድ ንላዕሊ ክትሰቲ የድልየካ፡፡ ብልዒ ውን ብዝተኻእለ ክትበልዕ ፈትን፡ ንኣብነት ከም ርግኦ ወይ ጀላቲ፡፡ ኣፍንጫኻ እንተ ተሓቲሙ፡ ኣብቲ ዓራት ክብ ኢልካ እንተ ደቀስካ፡ ብዝሓሸ ክተተንፍስ ይሕግዘካ እዩ፡፡

ብዘይ ወረቐት-ሓኪም ዚግዛእ መድሃኒት

ቃንዛ ዘጉድልን ረስኒ ዘዝሕልን፡ paracetamol ትሕዝቶ ዘለዎ መድሃኒታት፡ ንኣብነት ከም እኒ ኣልቨዶን ወይ ፓኖዲል ክትጥቀም ትኽእል ኢኻ፡፡ ንቑጽ-ሰዓል ምስ ዚህልወካ፡ ምስዓል ዘተሃዳድእ ከም noskapin ዝተባህለ ትሕዝቶ ዘለዎ መድሃኒት፡ ክትጥቀም ትኽእል ኢኻ፡፡ ኣፍንጫኻ እንተ ተለኾኹ፡ ፊሽ-ፊሽ ዚብል ናይ ኣፍንጫ መድሃኒት ተጠቐም፡፡ ብተኸታታሊ ካብ 10 መዓልቲ ንላዕሊ ግን ኣይትጠቐመሉ፡፡

ILLUSTRATION: LOTTA PERSSON

ክትስዕል ወይ ክትንጥስ ከሎኻ፡ ኣብ መዓጻጽፎ ቅልጽምካ ድኣ ግብሮ፡፡

ኣብ 1177.se ኣቲኻ ኣንብብ

- 1177.se ናይ ወረዳዊን ዞባዊን ምምሕዳራት ብዛዕባ ሓለዋ ጥዕናን ክንክን ሕማምን ሓበሬታ ዚወሃበሉ ናይ ሓባር ዌብ ኣድራሻ እዩ፡፡ እቲ ሓበሬታታት ኩሉ ብሽወደን እዩ፡፡

ናብ 1177 ደዊልካ ምኽሪ ክንክን-ሕማም ርኸብ

- ኣብ መብዛሕትኡ ወረዳዊን ዞባዊን ምምሕዳራት ናብ 1177 ደዊልካ ካብ ኣላዪት-ሕሙማት፡ ለይቲን መዓልቲን ምኽሪ ክትረክብ ትኽእል ኢኻ፡፡ 1177.se ኣቲኻ ውን፡ ናይ ምሉእ ሽወደን ናይ ሓለዋ ጥዕናን ክንክን ሕማምን ሓበሬታ ዚወሃበሉ ዝርዝር ቁጽሪ ቴሌፎናት ክትረክብ ኢኻ፡፡

ሓፈሻዊ ሓበሬታ

- ኣብ 020- 20 20 00 ብምድዋል ውን፡ ሓፈሻዊ ናይዚ ኢንፍሉዌንሳ እዚ፡ ሓበሬታ ክትረክብ ትኽእል ኢኻ፡፡ ኣብዚ እቶም ዘዝምልከቶም ኣብያት-ስልጣናት እዮም ነቲ ሕቶታት መልሲ ዚህቡሉ፡፡