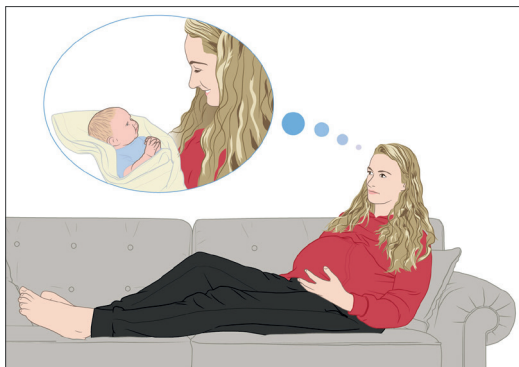


ጥንሲ ወይ ሕርሲ፣ ከምኡ እውን ኮሮና-

ብምክንያት ኮሮና-ቫይረስ ኩሉ ነገር ተቐይሩ እዩ። እዚ ንነፍስወከፍ ሰብ ከቢድ እዋን እዩ። ንነፍሰጾር ዝኾና ደቂ-አንስትዮን ንመጻምድተንን እውን። ከምኡ እውን ሕጻን ቆልዓ ንዘለዎም ወለዲ።



ንነፍሰጾር ደቂ-አንስትዮ እውን ኮሮና-ቫይረስ ክሕዘን ይኽእል እዩ።

እንተድኣ ምልክታት ሕማም ኣጋጢሙኪ፣ ናብ በዓልቲ-ሞያ ስነ-መወልዳን ወይ ናብ ሆስፒታል ደውሊ። እቶም ምልክታት ሕማም እዞም ዝስዕቡ እዮም፡

- ምስዓል
- ምህንጣስ
- ዕንጓል ንፋጥ ኣብ ኣፍንጫኺ
- ቃንዛ ጎረሮ
- ረስኒ፣ 38,0 ዲግሪ ወይ ልዕሊኡ ዝመጠኑ

እንተድኣ ምልክታት ሕማም ኣጋጢሙኪ፣ መጀመርያ ናብ ቤት-ሞያ ሕክምና ወይ ናብ ሆስፒታል ደውሊ። ከምኡ እውን እንታይ ክትገብሪ ከምዘለኪ ሕተቲ።

ሕጂ ኮሮና-ቫይረስ ስለዘሎ፣ እንታይ ዝተቐየረ ክህሉው እዩ?

1. ሕርሲ

- ንስኺ ኣበይ ክትሓርሲ ምዃንኪ፣ በዓልቲ-ሞያ ስነ-መወልዳን ምሳኺ ክትዘራረብ እያ። ኣብ ገዛ ወይ ኣብ ሆስፒታል።
- ምሳኺ ኣብ እዋን ሕርሲ ዝህሉው 1 ወይ 2 ሰባት ክትመርጺ ትኽእሊ ኢኺ። ንኣብነት ሰብኣይኪን ሓፍትኺን፣ ወይ መሓዛ። ነዚ ብዝምልከት ገና ንበዓልቲ-ሞያ ስነ-መወልዳን ወይ ንሆስፒታል ሕተቲ። እዚ ሕጊ ኣብ ነፍስወከፍ ቤት-ሞያ ሕክምና ወይ ሆስፒታል ሓደ ዓይነት ኣይኮነን።
- ነቶም ቆልዑት ዝሕዘልኪ ሰብ ከምዝህሉው ግበሪ።

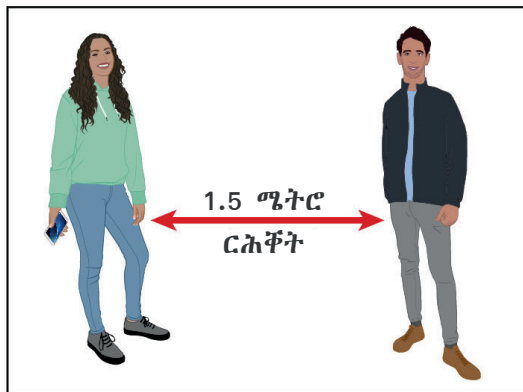
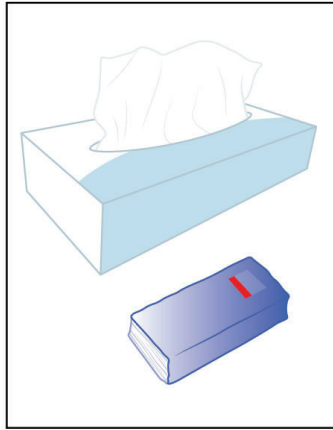


2. እቲ ሕጻን

አብ ከብድኺ እቲ ሕጻን ብኮሮናቫይረስ ክሓምም ኣይክእልን እዩ።

ድሕሪ ሕርሲ ግን እቲ ሕጻን ክሓምም ይኻእል እዩ። እቲ ክትገብርዮ እትኻእሊ እዚ ዝስዕብ እዩ፡

- ኣእዳውኪ ብሳሙና ተሓጸቢ
- መንዲል-ወረቐት ማለት ሶፍቲ ተጠቐሚ
- ኣፍኪ ብኩርናዕ-ኢድኪ ብምሽፋን ሰዓሊን ኣህንጥሲን
- ንዝኾነ ሰብ ብኢድ ሰላምታ ኣይትጨብጢ፣ ኣይትሕቆፊ ወይ ኣይትስዓሚ
- ኣብ ሞንጎኺን ካልእ ዝኾነ ሰብን ናይ 1.5 ሜትሮ ርሕቐት ሓልዊ።



3. ሕቶታት

ንዘለውኺ ኩሎም ሕቶታት ብዝምልከት፣ ናብ ቤት-ሞያ ሕክምና ናይ በዓልቲ-ሞያ ስነ-መወልዳን ክትድውሊ ትኻእሊ ኢኺ።

ምናልባት ሓኪም-ማህጻን ክትህልወኪ ትኻእል እያ። እዚኣ ናይ ደቂ-አንስትዮ ፍልይቲ ዶክተር እያ። ከምኡ እውን እዚኣ ዶክተር እንታይ ክትገብሪ ከምዘለኪ ክትነግረኪ እያ። እንተድኣ ሕቶታት ኣለኪ ኮይኑ፣ ናብ ሆስፒታል ክትድውሊ ትኻእሊ ኢኺ።



4. ቀላጽጽር

- ንስኺ ንቀላጽጽር መዓስ እንደገና ክትመጽኡ ከም እትኽእሉ እታ በዓልቲ-ሞያ ስነ-መወልዳን ወይ ዶክተር ክትነግረኪ እያ።
- እንተድኣ ጉንፋዕ ሒዙኪ ወይ ካልኣት ምልክታት ሕማም ኣለውኺ ኮይኖም፣ ናብ ቤት-ሞያ ሕክምና ወይ ናብ ሆስፒታል ኣይትምጽኡ።
- ናትኪ መጻምድቲ መብዛሕትኡ እዋን ናብ ሰዓት-ምኽሪ ወይ ናብ ኤኾ መርመራ [echo] ምሳኺ ክመጽእ ይኽእል እዩ። ነዚ ብዝምልከት ገና ሓንሳብ ንበዓልቲ-ሞያ ስነ-መወልዳን ወይ ንሆስፒታል ሕተቲ።



5. ኣብቲ ሆስፒታል

- እቲ ሕጻን ምስተወልደ፣ 1 ሰብ ጥራይ ናባኺ ናብ ሆስፒታል ክመጽእ ይኽእል። እዚ ንባዕሉ እቲ ኣብ እዋን ሕርሲ ምሳኺ ዝነበረ ሰብ ክኸውን ኣለዎ። ካልኣት ሰባት ክበጽሑኺ ክመጽኡ ኣይፍቀድን እዩ።
- ሓደ ሓደ ግዜ ኣብ ሆስፒታል ንገለ ንውሕ ዝበለ እዋን ክትጸንሑ ኣለኪ። ስለዚ ነገራት ብኸመይ ከምዝቐጽል ንሆስፒታል ሕተቲ።

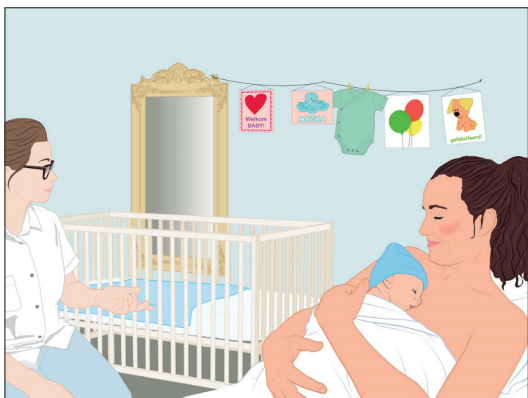


6. ኣብ ገዛ

በዓልቲ-ሞያ ስነ-መወልዳን 1 ግዜ ክትበጽሓኪ ክትመጽእ እያ፤ ድሕሪ ሕርሲ ኣብ ዘሎ ሰሙን፡ ከምኡ እውን ንሳ እትመጽእ፡ እንተድኣ በዓልቲ-ሞያ ክንክን-ሓራሳት ነዚ ንኽግበር ሓቲታ ኮይና እዩ። እንተድኣ ሕቶታት ኣለኪ ኮይኑ፡ ኩሉ ግዜ ናብ በዓልቲ-ሞያ ስነ-መወልዳን ክትድውሊ ትኽእሊ ኢኺ። ብጻውዒት-ቪድዮ እውን ክትድውሊ ትኽእሊ ኢኺ።

እታ በዓልቲ-ሞያ ክንክን-ሓራሳት ከምልሙድ ኣብ ገዛኺ ክትመጽእ እያ። ንሳ ንዓኺን ንሕጻንኪን ክትከናኸንን ክትቆጻጸርን እያ። ንስኻትኩም ንኸይትሓሙ እንታይ ክትገብሩ ከምዘለኩም ንሳ ክትገልጽልኩም እያ። እንተድኣ እታ በዓልቲ-ሞያ ክንክን-ሓራሳት ናባኺ ናብ ገዛ መጺኣ፡ ካልእ ዝበጽሕ ሰብ ክመጽእ ኣይክእልን እዩ።

ንዓኺ ኣብ ገዛ ዝበጽሓኪ ሰብ እንተዘይሃለወ እውን ዝሓሸ እዩ። ብርግጽ እንተድኣ እቲ ሰብ ምልክታት ሕግም ዘለዎ ኮይኑ፡ ንኣብነት ምሳዓል፡ ምህንግስ፡ ዕንጓል ንፋጥ ኣብ ኣፍንጫኻ፡ ቃንዛ ጎረሮ ወይ ረስኒ። ብኸምዚ ኣገባብ ብኮሮና-ቫይረስ ዝተሓዙ ሰባት ሒደት ኮይኑ ክድረት ይከኣል።



7. ፍሉያት ክዳውንቲ

ሓደ ሓደ ግዜ ሰባት ኣብ ሆስፒታል ወይ ኣብ ገዛኺ ፍሉያት ክዳውንቲ ይኽደኑ። ንኣብነት መሸፈኒ-ኣፍ፡ ጓንቲ ኢድ፡ መነጽር ወይ ጃኬት። እዚ ንነፍስወከፍ ሰብ ብኮሮና-ቫይረስ ንኸይተሓዝ ውሕስነት ይህብ።

8. ስልጠናታትን ጉጅለታትን

ብዙሓት ስልጠናታትን ጉጅለታትን ኣይክቕጽሉን እዮም። ብመንገዲ ኢንተርኔት ኣኼባታት ኣለዉ እንተድኣ ኮይኖም ሕተቲ።



በዓልቲ-ሞያ ስነ-መወልዳን፡ በዓልቲ-ሞያ ክንክን-ሓራሳትን በዓልቲ-ሞያ ሕክምና-ማህጻንን፡ ንዓኺን ንመጻምድትኺን ብጽቡቕ ንምሕጋዝ ዝከኣለን ኩሉ ክገብራ እየን!

ኣብዚ ብዛዕባ ኮሮና-ቫይረስ ዝምልከት ገና ተወሳኺ ሓበሬታ ክትረኽቢ ትኽእሊ ኢኺ፡

<https://www.pharos.nl/coronavirus/>