Tigrinja

ኢንፍለወንዛ- ናይ ሕሙም ሓበሬታ

ሓፈሻዊ

ኢንፍለውንዛ ኣብ ኣዋርሕ ከረምቲ ኣብ ሽውደን ካብ ዝረኣዩ ልሙድ ናይ ቫይርስ ሕማም እዩ። እቲ ልሙድ ፍሉ ከም ወቕታዊ ፍሉ ክንጽዎ ንኽእል ኢና።

እቲ ቫይረስ ብዝለዓለ ዝማሓላለፍ ክሙኡ`ውን ካብ እዚ ዓመት እዚ ናብ ዝቕጽል ዓመት ስለዝቕየር ናይ ምልባዕ ተኽሉኡ ክትዓግቶ ከቢድ እዩ። ድሮ ቅድሚ እቲ ምልክታት ምርኣዩ ሓደ ማዓልቲ ኣቐዲሙ ናብ ካልኦት ተመሓላሊፉ ኣሎ። እቲ ቫይረስ ብኣየር ስለዝምሓላለፍ እቲ ሕሙም ኣብ ዝስዕለሉ፡ ሕንጥሸው ኣብ ዝብለሉ ኣብ ዝተንፍስሉ ግዜ ክማሓላለፍ ይክእል። እቲ ምትሕልላፍ ካብ ደገ ኣብ ውሽጢ ገዛ ይዓቢ ምኽንያቱ እቲ ቫይረስ ኣብ ክፉት ኣየር ዝያዳ ይብተን። ኢንፍልወንዛ ብተወሳኺ ኢድ ብምትንኻፍ፡ ነገራት ወይ መሳርሒታት ብምትንካፍ ክመሓልላለፍ ይኽእል ኢዩ።

ንኣብነት ኣብ ኣውቶቡሳት፡ ኣባይቲ፡ ቤት ትምህርቲ፡ ስርሓን ናይ ምስፍሕፋሕ ተኽእሉኡ ዝውቱር እዩ። ኢንፍልወንዛ ብባዕሉ ድሕሪ ሓሙሽተ ወይ ሸውዓተ ማዕልቲ ናይ ምኻድ ልምዲ ኣለዎ፡ እንትኮነ ግን ሓደ ሓደ ግዜ ናብ ነድሪ ሳምቡእ(ኒሞንያ) ክሽይድ ይኽእል እዩ። ኣብ ሓደገኛ ናይ ዕድመ ክሊ ማለት ዕድመኻ ልዕሊ 65 ወይ ናይ ልቢ ወይ ናይ ሳንቡእ ሽግር ምዝህልወካ ኒሞንያ ናይ ምሓዝ ተኽእሎኻ ዝላዓለ እዩ።

ምልክታት

ብኢንፍለወንዛ ምስትልከፍ ብርቱዕ ረስኒ፡ ርእሲ ሕማም፡ ቃንዛ ጭዋዳታት፡ ቃንዛ ጎሮሮ፡ ቃንዛ ዓይኒ፡ ምስዓል፡ ነድሪ ዓይንን ምቅያሕን እዮም። ሽውሃት ምግቢ ምጉዳልን ኣብ ሰብነትና ዘሎ ማይ ምጉዳል ካብ ልሙዳት ምልክታት እዮም። ድሕሪ ኢንፍልውንዛ ምስኣጥቀዓና ዝተወሰኑ ሰሙናት ድኻም ይስማዓና።

ኣተሓሕዛ

ኢንፍልዎንዛ ቫይረስ ብምኻኑ ጸረ-ነፍሳት ክሕግዘና ኣይክእልን እዩ። ነቲ ምልክታት ንምጉዳል ዕረፍቲ ብምውሳድ፡ ብዙሕ ፈሳሲ ብምውሳድ፡ ርስኒ ንምግዳል ኣብ ብርኽ ዝብለ ቦታ ብርእስካ ምድቃስ፡ ፎውሲ ቃንዛ ምውሳድ ከምኡወን መድሃኒት ምውሳድ። ብተወ ይከኣል። ከምኡ`ውን ምዝቕዛቕ ዝኣሊ መድሃኒት ምውሳድ ይከኣል።

ጸረ-ቫይርስ መድሃኒት ምውሳድ ነቲ ሕማም ብናይ ሓንቲ መዓልቲ ክሕጽሮ ይክእል ይክውን። ካብቶም ሓደገኛታት ጉጅለ ክሊ ዕድመ ምስትክወን ግን ጸረ-ቫይረስ ብምውሳድ ክትፍወስ ይኽኣል፡ እንተኮነ ጥዑያት ዝኾኑ ፈውሲ ምውሳድ ኣየድልዮምን እዩ።

ከምይ ጌርካ ካብ መልከፍቲ ትከላኸል

- ኩሉ ግዜ ብጥንቃቒ ኢድካ ብማይን ሳምናን ተሓጸብ። ኢድካ ብናትካ ሽጎማኖ ኣድርቆ።
- ዓይኒኻ፡ ኣፍንጫኻን ኣፍካን ካብ ምሓዝ ተቖጠብ።
- ምስ ካልኦት ሰባትን ከምዝሓመሙ ትፈልጦም ሰባት ምርኻብ ኣወግድ።

ከመይ ጌርካ ንካልኦት ሰባት ካብ ምልባድ ትከላኸል

- ኩሉ ግዜ ብጥንቃቐን ኣዘውቲርካን ኢድካ ተሓጸብ፡ ብፍላይ ኣብ ትስዕለሉን ህንጥሸው ኣብ ትብለሉን ግዜ።
- ብኢድካ ሽፍንካ ወይ ሶፍት ተጠቒምካ ኣብ ትስዕለሉ ወይ ሕንጥሸው ኣብ ትብለሉ እዋን ነቲ ዝተጠከምካሉ ሶፍቲ ኣብ እንዳጓሓፍ ደርብዮ።
- ረስኒ ምስዝህልወካ ካብ ስራሕ ወይ ትምህርቲ ብምኻድ ኣቋርጽ።
  ናብ ዶክቶር ምኻድ ኣይድለየካን

Region Halland

ከምልሙድ ኢንፍልወንዛ ልዑል ረስኒን ሕማምን የስዕበልካ። ከምኡ ስለዝኾነ እዩ ድማ ንሰሙን ዝኣክል ካብ ስራሕን ትምህርትን ኣቋሪጽካ ኣብ ገዛኻ ከተዕርፍ ዘድልየካ። ድሕሪ እዚ ምግባርካ እቲ ዝኸፈአ ምልክታት ይገደፍካ፡ እንተኾነ ንዝተወሰነ ሰሙናት ድኻም ይስማዓካ።
ኩነታትካ ክትከታተለን ኣህለኸቲ ዝኾኑ ንጥፍታት ከተቛርጽን ኣገዳሲ እዩ ። ዕረፍቲ ክትወስድ ኣለካ ከምኡ ክንብል ከለና ግን ምሉእ መዓልቲ ኣብ ዓራት ደቒስካ ወዓል ማለትና ኣይኮነን። ብዙሕ ግዜ ደጋጊምካ ምንቅቓሕውን ጽቡቅ እዩ። ኣብ ደገ ግዜ ምሕላፍ እውን ገል ቅሩብ ጽሩይ ኣየር ክንረክብን ነቲ ናይ ልፋጭ መሽፈኒ መተሓላለፊ ኣየር ጽቡቅ እዩ።

ብሆስፒታላት ዝውሰድ ስጉምትታት

ናይ ኢንፍለዎንዛ ምልክታት ክሳብ ዘለካ ተነጺልካ ኣብ ክፍልኻ ክትጸነሕ ይግባእ። እቲ ሓማም ምስሓደገካ እውን ንዝተወሰነ መዓልትታት ከምዝለካዮ ከትጸነሕ ኣለካ። ኣብዚ ግዜ እዚ፡ መግቢ ኣብቲ ዘለኻዮ ክፍሊ ይዋሃበካ። ኢድካ ተሓጸብ ብፍላይ ኣብ ትስዕለሉን ሕንጥሸው ኣብ ትብለሉ እዋን። ክትስዕል ወይ ሕንጥሸው ኣብ ትብለሉ ብኢድካ ሽፈንካ ሃንጥስ፡ ወይ ከኣ ሶፍት ተጠቂምካ ኣብ ጉሓፍ ደርብዮ።
ዝከኣል እንተኾይኑ በጻሕቲ ኣይብጽሑካ። በጻሕቲ እንተሃልዮምኻ ድማ ጽቡቕ ልሚዲ ናይ ኢድ ጽርየት ቅድምን ድሕርን ምብጻሕን ይሃልዎም። እቶም በጻሕትኻ ኣብ ክፍልኻ ጥራሕ ኣንተዘይኮይኑ ናብ ክልእ ክፍሊ ኣይብጹሑ።

Ring 1177 for health care advice in English/Swedish or visit www.1177.se/Halland/other-languages

Region Halland

Produktion: Region Halland, Kommunikationsservice, januari 2016.