TARGET

Keep Antibiotics Working

ነቲ ልሙድ ረኽሲ ብኸመይ ክቈጻጸሮ ይኽእል

ዕድሚኦም 16 ዓመትን ልዕሊኡን ንዝኾኑ ኡኹላት ሰባት እተርኢ ወረቐት

1. ናይ ሉሙድ ረኽሲ ምልክታት እንታይ እዮም?

ሀ

ኣዕይንቲ

- ቁልዒ የዕይንቲ

ሓ

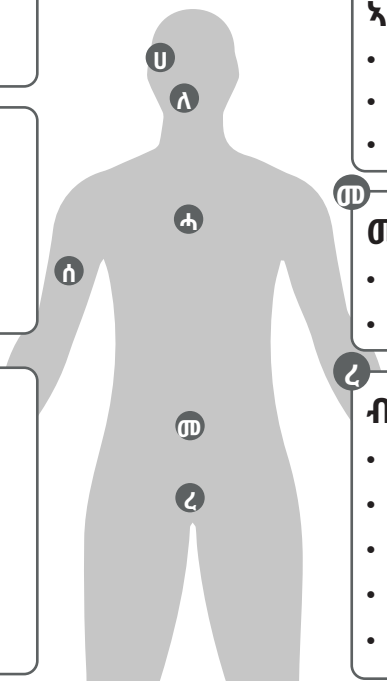
ኣፍ-ልቢ

- ሰዓል
- ሕጽረት ምስትንፋስ
- ቀጠልያ ወይ ብጫ ልፋጭ

ሰ

ቐርበት

- ማይ ዘለዎ ቁስሊ
- ምቀያሕ ወይ ሕበጥ ኣብ ከባቢ ቍስሊ
- ናይ ኣትለት ኣግሪ(ሰሓ ኣብ መንጎ ኣጻብዕቲ የእጋር)



ለ

ኣእዛን ፡ ኣፍንጫን ጎረሮን

- ቃንዛ ወይ ቁስሊ
- ጸረርታ
- ሕበጥ ሓናት

መ

መዓንጣ

- ተምላስ
- ውጽኣት

ረ

ብልዕቲን ሽንቲን

- ቃንዛ ኣብ ምሕላፍ ሽንቲ
- ለይቲ ብዙሕ ግዜ ሽንቲ ምሻን
- ቅይሕ ዝበለ ሽንቲ
- ነዝዒ
- ቃንዛ ኣብ ታሕተዋይ ከብዲ

2. ቫይረስ ኮሮና (ኮቪድ-19) ኣለኒ ኢለ እንተሓሲበኸ?

ክልለዩ ዘለዎም ልሙዳት ምልክታት ኮቪድ-19 እዞም ዝስዕቡ እዮም:

- ምስኣን ወይ ምቕያር ስምዒት ምሽታት ወይ ምስትምቕር
- ልዑል ሙቐት ከምኡ'ውን
- ሓድሽን ዘየቋርጽን ሰዓል ።

ንተወሳኺ ምኽሪ ብዛዕባ ኮቪድ-19 ኣብዚ መርበብ ርኣ **www.gov.uk/coronavirus** ወይ ከኣ ናይ ዞባኹም ናይ ሕክምና ሓገዝቁጽሪ (ንድሕሪት ናይ ወረቐት ተመልከቱ) ደውል ።

TARGET is operated by the UK Health Security Agency. Developed in collaboration with professional medical bodies.
Version: 1.0. Published: Nov 2020. Review date: Nov 2023.

3. ንሉሙድ ረኽሲ ብኸመይ ክሕክሞ እኽእል?

ቡዙሕ ዕረፍቲ ውሰድ ክሳብ ዝሓይሽ ዝስመዓካ።

ናይ ቃንዛ ውሰድ እንተደሊኻ (ነቲ መምርሒታት ከም እትኽተሎ ኣረጋግጽ)።

ብዙሕ ፈሳሲ ስተ (ካብ 6 ክሳብ 8 መስተ ፡ ወይ 2 ሊትሮ) ጹርይ ሽንቲ ብቐጻሊ ምእንቲ ኽትሽይን።

ን **ሰዓል**፣መዓርን ናይ ሰዓል መድሃኒታትን ፈትን። ን **ቃንዛ ጎሮሮ**፣ ሕክምናዊ ሎዚንጅ (ኣብ ኣፍ ዝሓቅቅ ናይ ቃንዛ ጎሮሮ መድሃኒት) ከምኡ'ውን ናይ ቃንዛ መህድኢ ፈትን።

ናይ ዓይኒ ረኽሲ ብዉሁይ ወይ ዙሑል ቱርኩስ ሹጋማኖ ኣመቸኣዮ።

ን **ናይ እዝኒ ደጋዊ ረኽሲ፣** ዋዒ ከባብያዊ ኣየር (ከም ዉዕይ ሹጋማኖ) ተጠቀም።

4. እዚ ረኽሲ እዚ ንኽንደይ ግዜ ክቕጽል ይኽእል?

ሰዓል	ቃንዛ ጎሮሮ ወይ ቃንዛ እዝኒ	ጉንፋዕ	ኖሮቫይረስ (ተምላስ ከረምቲ)	ሲኑስ ሕማም ረኽሲ
21 መዓልቲ	ካብ 7 ክሳዕ 8 መዓልቲ	14 መዓልቲ	ካብ 2 ክሳዕ 3 መዓልቲ	14 ክሳዕ 21 መዓልቲ

ምስ GP(ሓፈሻዊ ሓኪምካ ተራኽብ) ምልክታትካ እንዳገደደ እንተደኣ ከይዱ ወይ በቲ ኣብ ላዕሊ ዘሎ ግዜ እንተ ዘይሓሸካ።

ርአ **www.nhs.uk** ን **ምኽሪ ነብሰ-ምክልኻል** ብዛዕባ ሉሙድ ረኽስታት

5. ሕማመይ ንኽሓዊ መድሃኒት ጸረ-ነፍሳት የድልዮ ድዩ ?

- **ሰውነትካ ብባዕሉ**ንተራ ረኽሲታት ክቃለስ ይኽእል እዩ ።
- መብዛሕትኡ ግዜ ጸረ-ነፍሳት ኣየድልየካን እዩ ፣ ምልክታት ናይ ሓደ **ብባክተርያኣዊ ኣገባብ** ረኽሲ እንተዘይተራእዩ (ከም ረኽሲ ሽንቲ) ከቢድ እዩ - በዓል ሞያ ክንክን ጥዕና ብዛዕባ እዚ ክመኽረካ ይኽእል እዩ።
- ዘይድልየካ ከሎ ጸረ-ነፍሳት ምውሳድ ነዓካን ንስድራኻን ኣብ ሓደጋ የእቱ።
- ተኸታተል **ብዛዕባ ጸረ-ነፍሳት ብዝምልከት ንኪኢላ ሕክምናኻ ምኽሪ**።

ተወሳኺ ብዛዕባ ጸረ-ነፍሳት ኣብዚ መርበበ ርኽብ **www.antibioticguardian.com**

6. ከመይ ገይረ እየ ረኽሰይ ከይላባዕ ኽዓግቶ ዝኽእል?

ክትስዕል ወይ ክትህንጥስ እንተደሊኻ:

ሓዘ

ብ መንዲል (ወይ ብናይ ውሽጢ ኩርናዕ ኢድካ)

ቅበሮ

ነቲ ዘገልገለ መንዲል ደርብዮ

ቀተሎ

ይእዳውካ ብምጽራይ

የእዳው ኣጽሪ እንተወሓደ ን20 ሰከንድ ብ ሳሙናን ማይን ወይከኣ ናይ ኢድ ንጽህና ፣

- ቅድሚ ምግቢ ምድላውን ቅድሚ ምብላዕን
- እንስሳ ገዛ ወይ እንስሳ ድሕሪ ምትንኻፍ
- ድሕሪ ምጥቓም ሽቃቅን
- ካብን ናብን ገዛ ክንከይድ ከለና

ተቐጠብ ካብብኣዒንትኻ ፣ ኣፍንጫኻ ወይ ኣፍካ ብዘይጸረየ ኣእዳውካ ካብ ምትንካፍ።

እንተ ተኻኢሉ ፡ **ካብ ካልኦት ሰባት ርሕቕ በል**(2 ሜትሮ ወይ 6 ጫማ)፣ ብፍላይ ኣብ ውሽጢ ስድራቤትኻ ዘለዉ ተነቀፍቲ ሰባት።

ኣይትካፈልምስ ኣፍካ ዝራኸብ ኣቐሑ ኣይትጠቐም ፣ ንኣብነት ኣቕሑ ምብላዕ ከምኡውን ብራሽ ስኒ።

ንስኻን ስድራኻን **ምስ ክታበታት አዘምን። ኩሉግዜ ክረምታዊ ክታበታት ወሰድ** (ከም ናይ ሰዓል) ክትረክብ ትኽእል እንተኾይንካ።

ብጻሕ ወይ ደውል **ፋርማሲ ንተወሳኺ ምኽሪ** ብዛዕባ ሉሙዳት ርኽሰታት

7. ነየናይ ምልክት ከቢድ ሕማም እየ ክርኢ ዘሎኒ ?

ቡርቱዕ ቃንዛ-ርእሲ ከምኡ'ውን ተምላስ

ቀጻሊ **ረስኒ ወይ ቁሪ-ቁሪ** (ሙቀት ልዕሊ 38°C ወይ ትሕቲ 36°C)

ፀገማት **ምውሓጥ**

ኣብ ከባቢ ኣፍ ናብ ሰመያዊ ሕብሪ ምቅያር

ምስዓል **ደም**

ምትንፋስ ብቕልጡፍ ወይ ካብቲ ልሙድ ንላዕሊ

ቃንዛ ኩሊት ኣብ ሕቑኻ ኣብ ትሕቲ መሰንገለኻ

ቃንዛ ኣፍ-ልቢ ወይ ዓቅሊ-ጽበት

ሓድሽ **ኣዝዩ ቁልጡፍ ወይ ዝሑል**

ዝርአ **ደም** ኣብ ሽንቲ

ከቢድ ቃንዛ ሽንቲ ኣብ ዝሓልፈሉ ግዜ ወይ ብለይቲ ዝያዳ ምሻን

ቀይሕ ሽንቲ ምስ ፈሳሲ ኣብ 1 ክሳብ 2 መዓልቲ ዘይመሓየሽ

እዞም ኣብ ላዕሊ ተጠቒሶም ዘለዉ ምልክታት ምስዝህልዉኻ ፡ ናብ GP(ሓፈሻዊ ሓኪምካ) ብህጹጽ ተዘራርብ ወይ ነዞም ዝስዕቡ ኣገልግሎታት ናይ ዞባኻ ተጠቐመሎም።

NHS(ሃገራዊ ኣገልግሎት ጥዕና)ዓ.ብ እንግሊዝ	NHS ቀጥታ ወልስ	NHS ስኮትላንድ	ሰመናዊ ኣየርላንድ
CALL 111	NHS Direct Wales 0845 46 47 Galw IECHYD Cymru	NHS 24 CALL 111	HSC Public Health Agency Project supported by the PHA
ውሑድ ክኸውን እንከሎ ካብ ህጹጽ 999			
www.111.nhs.uk	www.111.wales.nhs.uk	www.nhs24.scot	ምስ GP(ሓፈሻዊ ሓኪምካ) ተራኽብ

እዞም ኣገልግሎታት እዚኣቶም እንተደሊኻ ኣስተርጓማይ ክህቡኻ ይኽእሉ እዮም ።

8. ምልክታት ሰፕሲስ እንተ ጠርጢረኽ?

ሰፒሰስ ንህይወት ኣስጋኢ ግብረመልሲ ናይ ንረኽሲ እዩ ። እዞም ዝስዕቡ ምልክታት ክኾኑ ይኽእሉ እዮም ፡-

- ዘረባ ምጥፋእ ፡ ምድንጋር ወይ ትኽስታ
- ክቱር ቀትቀት ምባል
- ንንልዕሊ ሓደ መዓልቲ ዘይምሻን
- ብብርቱዕ ሕጽረት-ትንፋስ
- ትመውት ዘለኻ ኮይኑ ይስመዓካ
- መመናፈት ኣብ ቆርበት ወይ ሕብሪ ምቅያር።

ንስኻ ወይ ካልኦት ምልክታት ሕማም ሰፒሲስ ነፍሪ እንተልዮምኻ ፡ ናብ 999 ደውል