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

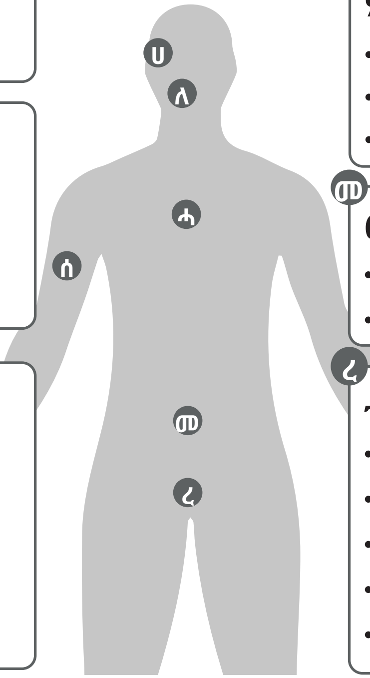
- ቁልዒ የዕይንቲ

ሐ ኣፍ-ልቢ

- ሰዓል
- ሕጽረት ምስትንፋስ
- ቀጠልያ ወይ ብጫ ልፋጭ

ሰ ቖርበት

- ማይ ዘለዎ ቁስሊ
- ምቀያሕ ወይ ሕበጥ ኣብ ከባቢ ቊስሊ
- 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 ምስትምቓር
- ልዑል ሙቐት ከምኡ'ውን
- ሓድሽን ዘየቋርጽን ሰዓል ።

ንተወሳኺ ምኽሪ ብዛዕባ ኮቪድ-19 ኣብዚ መርበብ ርአ **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: 1.1. 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 ኽትሸይን።

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 ብዉዑይ ወይ ዙሑል ቱርኩስ ሽጋማኖ ኣመቻኣዮ።

ን **ናይ እዝኒ ደጋዊ ረኽሲ**፣ ዋዒ ከባብያዊ ኣየር (ከም ዉዕይ ሽጋማኖ) 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 ተራኸብ) ምልክታትካ እንዳገደደ እንተደኣ ከይዱ ወይ በቲ ኣብ ላዕሊ ዘሎ ግዜ እንተ ዘይሓሽካ።

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 መርበብ ርኸብ **www.antibioticguardian.com**

6. ከመይ ገይረ እየ ረኽሰይ ከይላባዕ ኽዓግቶ ዝኽእል?

ክትስዕል ወይ ክትህንጥስ እንተደሊኻ:

ሓዞ

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
- ድሕሪ ምጥቃም ሽቓቅን
- እንስሳ ገዛ ወይ እንስሳ ድሕሪ ምትንኻፍ
- ካብን ናብን ገዛ ክንከይድ ከለና

ተቖጠብ 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 ኣቑሑ 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 ምቕያር

ምስዓል **ደም**

ምትንፋስ ብቕልጡፍ ወይ ካብቲ ልሙድ ንላዕሊ

ቃንዛ ኩሊት ኣብ ሕቝኻ 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 ዘይመሓየሸ

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[illegible] እንግሊዝ
ውሑድ ክኸውን እንከሎ ካብ ህጹጽ 999
www.111.nhs.uk

NHS ቀጥታ ወልስ
www.111.wales.nhs.uk

NHS ስኮትላንድ
www.nhs24.scot

ሰመናዊ ኣየርላንድ
ምስ GP(ሓፈሻዊ ሓኪምካ) ተራኸብ

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 ምቕያር።

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