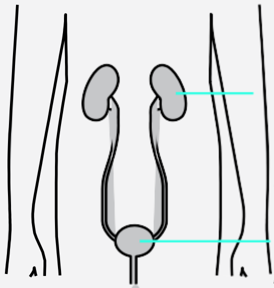
ረኽሲ ስርዓተ ሽንቲ

ንዓበይቲ ሰባትን ኣለይትን ዝምልከት መሐበሪ ወረቐት።

ናይ ስርዓተ ሽንቲ ረኽሲ እንታይ እዩ?

ረኽሲ ሽንቲ ባክተርያ ኣብ ዝኾነ ክፋል ናይ ስርዓተ ሽንቲ ምስ ዝኣትዉ ምልክት ሕማም ዝህብ ተርእዮ እዩ።

እንተድኣ ኣብ መርመራ ሽንቲ ባክተርያ ተራእዩ፡ ግን ዘይሕመካ ምስ ዝኸውን
እዚ ንቡርን ኩሉሳዕ ዘጋጥምን ስለዝኾነ ብዙሕ ኣይትጨነቐሉ፡ ጸረ ረኽሲ ምውሳድ ውን ኣየድልየካን እዩ።
እንተኾነ ግን፡ ብርቱዕ ረኽሲ ሽንቲ ምስ ዝህሉ ንሂወትካ ዝፈታተን ክኸውን ይኽእል እዩ።



ረኽሲ ስርዓተ ሽንቲ ንምክልኻል ንታይ ክትገብር ትኽእል?

ዝኣክል ፈሳሲ ትሰቲ ዶ ኣለኻ? ንሕብሪ ሽንትኻ ጽቡቕ ጌርካ ተዓዘቦ ወይ ተኸታተሎ።

- እኹል ዝኾነ ፈሳሲ (6-8 ብኬሪ) ውሰድ ፡ስለዚ መታን መዓልታዊ ጽርይ ዝበለ ሽንቲ ክትሸይን፡ ከምኡውን ብሕልፊ ኣብ ግዜ ሙቐት ጽምኢ ኣወግድ።
- ብዙሕ ሓፈስቲ ነገራት ወይድማ ኣልኮል ምስታይ ኣወግድ
- ካብ ውጽኢት ክራምበሪን ከምኡውን ናይ ፍሕኛ ረኽሲ ተባሂሎም ዝወሃቡ ጥቕላታት መድሃኒታት ተፈቲኖም ጥቕሞም ኣይተራእየን
- ካብ ድርቐት ምክልኻል። ኣድላዪ ምስ ዝኸውን ናይ ምኽሪ ሓገዝ ሕተት
- ናይ ሕማም ሽኮር ዘድሊ ምክንኻን ግበር

ባክተርያ ካብ ከስዐኻ ናብ ፍሕኛኻ ከምዘይሳገሩ ግበር:

- ዓይኒ ምድሪ ድሕሪ ምጥቃምካ ስርዓተ ሽንትኻ ካብ ቕድሚት ናብ ድሕሪት ገጽካ ወልውል።
- ነቶም ሓደስቲ መወልወሊ ቀይርካ ርሰሓት ዝተጸየቐ ስርዓተ ሽንትኻ ምስዝህሉ ወልውል
- ስርዓተ መፍረ ጽሩይን ንቁጽን ከምዝኸውን ግበርን፡ ከምኡውን ሽታ ዘለዎም ሳምናታት ኣወግድ
- ቅድምን ድሕርን ጾታዊ ርክብ ብማይ ተሓጸብ

ብዛዕባ ናብ ሓፈሻዊ ሓኪምካ ምቕራብ ወይ ናብ ካልእ ሕክምና ምኻድ ንናይ መድሃኒት ኽኢላኻ ኣዘራርብ።

እንታይ ዓይነት ምልክታት ሕማም ከተርኢ ይግብኣካ?

ትቦ ሽንቲ ወይ ካቲተር ተጌሩልካ ምስ ዝህሉ ነዞም ዝስዕቡ ምልክታት ሕማም ኣብ ግምት ኣእቱ።

- ምንቅጥቃጥ
- ልዑል ወይ ትሑት መጠን ሙቐት ኣካላት
- ኣብ ሕቖኻ ኣብ ትሕቲ መሰናግለ ስምዒት ቃንዛ ኩሊት ምህላው

ኣብ ኩሎም ሰባት ዝርአ ሓድሽ ወይ ዝበኣሰ ናይ ሽንቲ ረኽሲ:

- ቃንዛ ወይ ስምዒት ምቅጻል ኣብ ግዜ ሽንቲ
- ልዑል ወይ ትሑት መጠን ሙቐት ኣካላት
- ምንቅጥቓጥ
- ቀልጢፍካ (ናይ ምሻን ህጹጽ ድፍኢት ስምዒት)
- ኣብ ታሕተዋይ ከብድኻ ኣብ ልዕሊ ታሕተዋይ ሸነኽ ናይ ዓጽሚ ጎሎ ቃንዛ
- ዘይቀጻሊ (ካብ ልሙድ ወጻኢ ነብስኻ ምጥልቃይ)
- ካብ ልሙድ ንላዕሊ ደጋጊምካ ምሻን
- ደባን ሽንቲ፡ ወይ ዝርአ ደም ኣብ ሽንትኻ ምስ ዝህሉ
- ምድንጋር፡ ናይ ባህሪ ለውጢ ምግባር፡ ወይ ሰንከልከል ምባል

ወላእኳ ምድንጋር ብረኽሲ ሽንቲ ዝመጽእ እንተኾነ፡ ካልኦት ነገራት ውን ምድንጋር ክፈጥሩ ከምዝኽእሉ ኣብ ግምት ከተእትዎም ኣለካ

- ቃንዛ
- ድርቀት
- ጽቡቕ ዘይምድቓስ
- ኣብ ከባቢ ገዛኻ
- ብዙሕ ፈሳሲ ዘይምስታይን
- ጎድናዊ ሳዕቤን ናይ መድሃኒት
- ካልእ ረኽሲ
- ኣብ መዓልታዊ ሂወትካ ምልውዋጥ ወይ ጽቡቕ ዘይምህላው
- ብቑዕ መግቢ ዘይምውሳድን

ኮቪድ-19 ዘለኩም እንተመሲልኩም፣ እቲ ናይ ቀረባ እዋን መምርሕን ሓበሬታን ንምርካብ ናብ ናይ GOV.UK ናይ ኮሮናቫይረስ ክፋል ከምኡ`ውን ናብ NHS ኪዱ።

ዝሓሸ ንኽስምዓካ ዝሕግዘካ ነገር እንታይ ክትገብር ትኽእል?

- ኣብ መዓልቲ ብፍላይ ድማ ኣብ ግዜ ሃሩር ስሩዕ ዝኾነ ሽንቲ ንምሻን እኹል ዝኾነ ፈሳሲ ውሰድ
- ካብ ቃንዛን ረስንን ንምሕዋይ ፓራሲታሞል ዝተባህለ መድሃኒት፡ ክሳዕ 4 ግዜ ንመዓልቲ ብስሩዕ ውሰድ

- ካብ ውጽኢት ክራምበሪን ከምኡውን ናይ ፍሕኛ ረኽሲ ተባሂሎም ዝወሃቡ ጥቕላታት ኣፋውስን ጥቕሞም ተፈቲኑ ኣይተራእየን
- ብዛዕባ ምጥልቃይ ናይ ኣካላትካ ትሻቐል እንተኼንካ፡ ንሓኪምካ ወይ ንኣላይት ሕሙማት ምኽሪ ንምርካብ ተወከስ
- ምኽሪ ምንርካብ ንናትካ ኣላይት/ናይ መድሃኒት ብዓል ሞያ ተወኸስ
- ስምዒት ጽምእኻ ንምውጋድ ከምኡውን ጽሩይ ሽንቲ ንምሻን እኹል ፈሳሲ ውሰድ

ናትካ ናይ መድሃኒት በዓል ሞያ / ኣላይት ሕሙም / ሓኪምካ እንታይ ክገብሩ ምኽኣሉ?

- ምልክታት ሕማምካ ባዕሎም እንዳተማሓየሹ ምስ ዝኸዱ ካብ ቃንዛ ንኽትጋላገል ባዕልኻ ናይ ምእላይ ምኽሪ ክትወሃብ ትኽእል ኢኻ
- ብዙሕ ፈሳሲ ምስታይ ከድልየካ እዩ
- ንመርመርራ ዝኸውን ናይ ሽንቲ ቅምሶ መሃብ ከድልየካ እዩ
- እቲ ምልክት ሕማም እንተብኢሱካ ወይ ምምሕያሽ እንተዘይኣርኢኻ ጸረ ረኽሲ መድሃኒት ክትወሃብ ትኽእል ኢኻ

ኩሉ ግዜ ብዛዕባ ጸረ ረኽሲ መድሃኒታት ብናትካ ናይ መድሃት ክኢላ / ኣላይት ሕሙም / ሓኪም ንዝወሃበካ ምኽሪ ክትኣምን ኣለካ

- ጸረ ረኽሲ መድሃኒት ንኣዝዮም ብርቱዓት ናይ ሽንቲ ረኽስታት ሂወት- ኣድሕን ክኾኑ ይኽእሉ እዮም
- እንተኾነግን ጸረ ረኽሲ መድሃኒታት ኩሉግዜ ንናይ ሽንቲ ረኽሲ የድልዩ ማለት ኣይኮነን
- ፍሉጣት ጎድናዊ ሳዕቤናት ናይ ጸረ ረኽሲ መድሃት ምውሳድ፡ ከምበዓል ጸዕዳ ፈሳሲ፡ ናይ ቆርበት ዕንፋሩር፡ ተምላስን ተቕማጥን የጠቓልሉ፡ ዘሻቕለካ ምስ ዝኸውን ምኽሪ
- እቲ ጸረ ረኽስታት ኣብ ከስዐኻ ንዝርከቡ ባክተርያ እንተወሓደ ንሓደ ዓመት ናይ ጸረ ረኽሲ ተጻዋርነት ከምዘጥርዩ ብምግባር ይጸልዎም እዩ
- ንጸረ ረኽስታት ከምዝሰርሑ ጌርካ ሓዞም፡ ሓኪምካ / ኣላይት ሕሙምካ ምስ ኣዘዝዎም ጥራይ ውሰዶም

መዓስ ሓገዝ ክትረክብ ይግበኣካ?

እዞም ቀጺሎም ዘለዉ ተኽእሎታት ተርእዮ ናይ ብርቱዕ ሕማም ምልክታት ብህጹጽ ክግምገሙ ኣለዎም

ምስ ናትኻ ሓፈሻዊ ሓኪም ወይ ናብ ሃገራዊ ኣገልግሎት ጥዕና (NHS) 111 (ዓዲ እንግሊዝ)፡NHS 24 (እስኮትላንድ ኣብ 111 ደውል)፡ NHS ቀጥታዊ (ዌልስ ኣብ 0845 4647 ደውል)፡ወይ ሓፈሻዊ ሓኪም (NI)

ምንቅጥቃጥ፡ ገብገብታ፡ ከምኡውን ቃንዛ ጭዋዳ

ብዙሕ ናይ ምድንጋር ስምዒት ይፈጥር፡ ምብዕጋግን ጸያፍ ኣዘራርባን የስዕብ

ምሉእ መዓልቲ ከይሸንካ ምውዓል

ሙቐት ናይ ኣካላትካ ልዕሊ 38ºC ወይ ትሕቲ 36ºC ምኳን

ናይ ምስትንፋስ ጸገም ምፍጣር

ናይ ኩሊት ቃንዛ ኣብ ሕቖኻ ኣብ ትሕቲ መሰናግለኻ

ኣብ ሽንትኻ ዝርአ ደም ምህላው

ኣዝዩ ትሑት መጠን ሙቐት

ምልክታት ሕማም እንዳገደዱ ኣብዝኸድሉ ግዜ፡ ወይ ኣብ ውሽጢ 2 መዓልታት ምምሕያሽ ክርአ ምስዘይጅምር።

እቶም ምልክታት ክሳብ ክንደይ ህጹጻት ከምዝኾኑ፡ብባህሪኻ ብምትእምማን፡ ንእትጣራጠረሎም ነገራት ምኽሪ ክትሓተሎም ትኽእል ኢኻ።

TARGET is operated by the UK Health Security Agency. Developed in collaboration with professional medical bodies. Version: 2.4. Published: October 2018. Review date: June 2021.