ብዛዕባ ሕማም ንፍዮ ፍለጡ

ሕማም ንፍዮ እንታይ እዩ?

ሕማም ንፍዮ ብሰንኪ ቫይረስ ንፍዮ ዝመጽእ ኣዝዩ ተላባዒ ሕማም እዩ። ንፍዮ ብልዑል ረስኒ፣ ሰዓል፣ ኣፍንጫ ጸረር ምባል፣ ምቑያሕን ምንባዕን ዓይኒ ይጅምር። ድሕሪ ሰለስተ ክሳብ ሓሙሽተ መዓልቲ፣ ዕንፍሩር ካብ ገጽ ጀሚሩ ናብ ካልእ ክፍሊ ኣካላት ይዝርጋሕ።

ኣብ ገሊኡ ኣጋጣሚታት፡ ሕማም ንፍዮ ኣብ ሆስፒታል ምእታው፡ ሕበጥ ሓንጎል፡ ሕማም ሳንቡእን ሞትን ከስዕብ ይኽእል። ትሕቲ 5 ዓመት ዝዕድሚኦም ህጻናት፡ ድኹም ስርዓተ ምክልኻል ዘለዎም፡ ከምኡ'ውን ነፍሰጾራት ዝያዳ ኣብ ሓደጋ ይርከቡ።

ልሙዳት ምልክታት

ልዑል ረስኒ

ሰዓል

ጸረር ዝብል ኣፍንጫ

ቐይሕ፣ ዝነብዑ ኣዒንቲ

ዕንፍሩር ምሉእ ኣካላት

ሕማም ንፍዮ ብኸመይ ይላባዕ?

ሓደ ዝሓመመ ሰብ ብሰዓል፡ ብምሕንጣስ፡ ብምትንፋስ ወይ ብምዝራብ ሕማም ዕንፍሩር ከስፋሕፍሕ ይኽእል። ሰባት ነዚ ኣየር ምስ ዘስተንፍሱ ወይ ድማ እቲ ቫይረስ ኣብ ኢዶም እንተረኺቦም ገጾም ምስ ዝትንክፉ ሕማም ንፍዮ ክሕዞም ይኽእል። ሕማም ንፍዮ ክሳብ ክልተ ሰዓት ኣብ ኣየር ስለዝጸንሕ፡ ሰባት ዋላ ሓደ ዝሓመመ ሰብ ካብቲ ከባቢ ምስ ከደ፡ ሕማም ንፍዮ ክሕዞም ይኽእል።

ኣብ ገዛኹም ጸኒሕኩም ናብ ሓኪምኩም ደውሉ።

ምልክታት ሕማም ንፍዮ እንተሃልዩኩም ናብ ቤት ጽሕፈት ሓኪምኩም ደውሉ። ንኻልኦት ንኸይተሕሙ ፍሉይ መምርሒታት ክህቡኹም እዮም። ሕማም ንፍዮ ናብ ካልኦት ዘይምስፍሕፋሕ ኣገዳሲ እዩ። ሕማም ንፍዮ እንድሕር ኣለኩም ካብ ገዛኹም ኣይትውጽኡ። ረስኒ ወይ ዕንፍሩር እንተሃልዩኩም፣ በጻሕቲ ኣይትሃልዉኹም።

ቤተሰብኩም ካብ ሕማም ንፍዮ ምሕላዉ

- ክታበት measles, mumps, and rubella (MMR, ሕማም ንፍዮ፣ ማምፕስን ሩቤላን) እቲ ዝሓየለ መከላኸሊ ኣንጻር ሕማም ንፍዮ እዩ።
- ክታበት MMR ካብ ብሕማም ንፍዮ ምሕማም ዝያዳ ውሑስ እዩ።
- ህጻናት ኣብ ሓደ ዓመትን ኣርባዕተ ዓመትን ዕድሚኦም ክታበት MMR ይወስዱ።
- ሰባት ገና ነቲ ናይ MMR ክታበት ክወስድዎ ይኽእሉ'ዮም፡ እንተድኣ ብነኣሽትኦም ዘይወሲደምዎ።
- ሰባት ቅድሚ ናብ ዝተፈላለያ ሃገራት ምጉዓዝ ክልተ ሰሙን ክኽተቡ ኣለዎም።
- ኣሜሪካን ካልኦት ሃገራትን ክሳብ ሕጂ ለበዳ ሕማም ንፍዮ ኣለወን።
- ምኽታብ ንነብስኻን ንስድራኻን ንማሕበረሰብካን ካብ ምሕማም ይከላኸለልካ።
- ሕቶታት እንተሃልዩኩም ምስ እትኣምንዎ ሓኪም፡ ነርስ ወይ ፋርማሲስት ተዘራረቡ።

Washington State Department of HEALTH | Public Health Seattle & King County | Somali Health Board — Peace, Unity, Life, Health

ነዚ ሰነድ'ዚ ብኻልእ መልክዕ ክውሃበካ ንምጥላብ ናብ ብ 1-800-525-0127 ደውል። ጽሙማን ወይ ናይ ምስማዕ ጸገም ዘለኩም ዓማዊል፣ ብኽብረትኩም ናብ 711 ደውሉ (Washington Relay) ወይ ናብ doh.information@doh.wa.gov ኢመይል ስደዱ።

DOH 348-651 June 2024 Tigrinya