



የግምገማ ጥያቄዎች
የሰራተኞች መሳሪያ ለተሳታፊ ተኮር
የሰጋት ግምገማ



ይህ ተቋም ለሁሉም እኩል እድል ሰጪ ነው። የዋሺንግተን Special Supplemental Nutrition Program for Women, Infants & Children (ለሴቶች፣ ጨቅላዎች እና ሕጻናት ልዩ ተጨማሪ የምግብ ስርዓት ፕሮግራም) መድልዎ አያደርግም።

Washington State WIC Nutrition Program (የዋሺንግተን የስነምግብ WIC ፕሮግራም) ማንንም አያገልግልም።

የአካል ጉዳት ላለባቸው ሰዎች፣ ይህ ሰነድ በጥያቄ መሰረት በሌላ ቅርጸት ይገኛል። ጥያቄ ለማስገባት፣ እባክዎ ወደ 1-800-841-1410 (TDD/TTY 711) ይደውሉ።



PUBLIC HEALTH
ALWAYS WORKING FOR A SAFER AND
HEALTHIER WASHINGTON

የቅድመ ወሊድ የምዘና ጥያቄዎች

የመግቢያ መግለጫ፡- የሚከተሉትን ጥቂት ጥያቄዎች ለሁሉም ሰው እናቀርባለን። እነዚህ ስለ እርግዝናዎ እና ስለ እርስዎ እንዳውቅ ያግዙኛል። አሁን ስላሉበት ሁኔታ ጥቂት ጥያቄዎችን ብንጠይቅዎት ፈቃደኛ ነዎት?

የCascades ማያ	ጥያቄዎች (የደመቁ ጥያቄዎች ግዴታ ናቸው)
<p>የጤና መረጃ <i>ይዳምጡና ይመዝኑ</i> እርግዝና የጤና ችግሮች</p> <ul style="list-style-type: none"> • በነፍስ ጡሮች ላይ የሚከሰት የስኳር በሽታ • በነፍስ ጡሮች ላይ የሚከሰት የስኳር በሽታ (ታሪክ) • የከፍተኛ የቅድመ ወሊድ የዕድገት መጠን ጠቋሚ (ታሪክ) • ከስነ ምግብ ጋር የተያያዙ የወሊድ ችግሮች (ታሪክ) • በሴቶች ላይ የሚከሰት ከፍተኛ የደም ግፊት (ታሪክ) • በእርግዝና ምክንያት የሚከሰት የደም ግፊት • ከባድ ማቅለሽለሽ/ትውከት <p>የ እርግዝና ታሪክ (በራስ ስር የሚሰሉ ስጋቶች)</p> <ul style="list-style-type: none"> • አነስተኛ የወሊድ ክብደት ≤ 5 ፓውንድ 8 oz (ታሪክ) • ከጊዜው አስቀድሞ የሚከናወን ወሊድ $< = 38$ ሳምንት (ታሪክ) <p>የጤና ችግሮች ለምሳሌ፡-</p> <ul style="list-style-type: none"> • የአልኮል ተጠቃሚነት • ድባቴ • የመድሃኒትና አልሚ ምግብ መስተጋብር • የአደንዛዥ ዕዕ ተጠቃሚነት • የምግብ አለርጂ (ከባድ ስነ-ምግባዊ ተጽእኖ) • የአንጅትና የሆድ ዕቃ ሕመም • የደም ግፊት/ቅድመ ደም ግፊት • ላክቶዝ አለመቋቋም • ኒኮቲን እና ቶባኮ መጠቀም • የአፍ ጤና ችግር • በቅርብ ጊዜ የተደረገ ከባድ ቀዶ ጥገና፣ አካላዊ ጉዳት፣ ቃጠሎ 	<p>ነፍሰጡር ከመሆንዎ በፊት ክብደትዎ ስንት ነበር? ልጅዎ መወለድ የነበረበት ቀን መቼ ነበር? (መንትያዎች፣ ሶስት ልጆች፣ ወዘተ... መኖራቸውን ያደምጡ) ስለ እርግዝናዎ የሚያሳስቡት ነገሮች ምንድን ናቸው?</p> <p>ዶክተርዎን ለመጀመሪያ ጊዜ ያገኙት መቼ ነበር? • ከዶክተርዎ ጋር ምን ያህል የቅድመ ወሊድ ጉብኝቶች አድርገዋል? • ዶክተርዎ ስለ እርግዝናዎ ምን አሉ?</p> <p>ይህ እርግዝና ከበፊቶቹ እርግዝናዎች ጋር ሲነጻጸር እንዴት ነው? ከእርግዝና ጋር ያልተያያዘ ምን ዓይነት የጤና ሁኔታዎች ወይም የሕክምና ችግሮች አሉብዎት? ጡት ያጠባሉ? በቅርቡ የሃዘን ወይም የድባቴ ስሜት ተስምቶዎት ነበር? ያጨሳሉ፣ ማናቸውንም ዓይነት የቶባኮ ምርቶች፣ ወይም ኒኮቲን ማስቲካዎች ወይም ፓቾች ይጠቀማሉ?</p> <ul style="list-style-type: none"> • አዎ ከሆነ፣ የሚጠቀሟቸው ምርቶች ምንድናቸው? • ሲጋራዎች ከሆነ፣ በቀን ስንት? <p>አልኮል በምን ያህል ጊዜ ይጠጣሉ ወይም ማሪዋና ጨምሮ አደንዛዥ ዕቃዎችን በምን ያህል ጊዜ ይጠቀማሉ? • ምን ያህል መጠን? • ለመጨረሻ ጊዜ የተጠቀሙት መቼ ነበር?</p>
<p>ANTHRO/ላብራቶሪ የክብደት ጭማሪ ግራድ ያጋሩ</p>	<p>ዶክተርዎ ስለ ክብደትዎ ምን አሉ? ምን ይሰማዎታል? እስካሁን በእርግዝናዎ ወቅት ስለጨመሩት የክብደት መጠን ቻርት ማየት ይፈልጋሉ? (የሄሞግሎቢን መጠንዎ ዝቅተኛ ከሆነ) ዶክተርዎ ስለ እርስዎ አይረገግ ምን አሉ?</p>

የቅድመ ወሊድ የምዘና ጥያቄዎች

የCascades ማያ	ጥያቄዎች (የደመቁ ጥያቄዎች ግዴታ ናቸው)
<p>ቤተሰባዊ ምዘና <i>ያዳምጡና ይመዝኑ</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ለአካባቢያዊ ቶባኮ ጭስ ተጋላጭነት የጥቃት ስለባ (ከ6 mos. በላይ) (የተመደበ የስጋት ጉዳይ ማያን ይምረጡ) 	<p>እነዚህ ቀጣይ ጥቂት ጥያቄዎች ቤተሰብዎንና በቤትዎ ውስጥ የሚኖሩ ሌሎች ሰዎችን የሚመለከቱ ናቸው።</p> <p>ባለፉት ሳምንታት ውስጥ፣ ሌላ ሰው እያጨሰ በነበረበት ጊዜ እርስዎ ወይም ልጅዎ በተዘጋ ስፍራ ላይ ነበሩ (ቤት ውስጥ፣ መኪና ውስጥ፣ ስራ ቦታ ወይም ሕጻናት ማቆያ፣ ወዘተ)?</p> <p>ቤትዎ ውስጥ የደህንነት ስጋት ተሰምቶት ያውቃል? የኑሮ አጋርዎን ወይም የቤተሰብን አባል ፈርተው ያውቃሉ?</p> <p>ለተሳታፊ(ዎች) የሕክምና አቅራቢ(ዎች)፡-</p> <p>አቅራቢ 1 _____</p> <p>አቅራቢ 2 _____</p> <p>አቅራቢ 3 _____</p> <p>ስለ WIC የሰሙት ከየት ነው? (በመጀመሪያ ማረጋገጫ ወቅት ብቻ ይጠይቁ)</p>
<p>ስነ ምግብ እና ጤና <i>ያዳምጡና ይመዝኑ</i></p> <p>ስነ ምግባዊ አሳሳቢ ጉዳዮች ለምሳሌ፡-</p> <ul style="list-style-type: none"> በቂ ያልሆነ የአዮዲን ተጨማሪ ንጥረ ነገር (<150 mcg) በቂ ያልሆነ የአይረን ተጨማሪ ንጥረ ነገር (<27 mg) አግባብነት የሌላቸው ወይም ከመጠን ያለፉ ተጨማሪ ንጥረ ነገሮች ፒካ የመበከል ዕድል ያላቸው ምግቦች በጣም ጉዳቢ የሆነ አመጋገብ 	<p>አሁን ደግሞ በአመጋገብ ላይ ማተኮር እፈልጋለሁ።</p> <ul style="list-style-type: none"> በእርግዘና ወቅት መመገብን በተመለከተ ምን ሰምተዋል? አሁን ስላለዎት አመጋገብ ምን የተለየ ነገር አለ? አትክልትና ፍራፍሬ መመገብን በተመለከተ ምን ይሰማዎታል? በአንድ መደበኛ ቀን ምን ይጠጣሉ? በመውሰድ ላይ ያሉት ቫይታሚን ወይም ሌሎች ተጨማሪ ንጥረ ነገሮች ምንድን ናቸው? ስለአመጋገብ አንድ ነገር መቀየር ቢችሉ፣ ምን ሊሆን ይችላል? ለልጅዎ ጡት ማጥባትን በተመለከተ ምን ይሰማዎታል?
<p>ኢኮ - ማሕበራዊ</p>	<p>አማራጭ ማያ</p>
<p>የተመደቡ የስጋት ጉዳዮች</p>	<p>የተለዩ ስጋቶች ከሌሉ፣ ይመድቡ፡- የስነ-ምግብ መመሪያዎችን አለመከተል</p>

ጡት ማጥባት - የምዘና ጥያቄዎች

የመግቢያ መግለጫ፡- የሚከተሉትን ጥቂት ጥያቄዎች ለሁሉም ሰው እናቀርባለን። ይህም ስለእርስዎና ስለቤተሰብዎ እንዳውቅ ያግዘኛል። አሁን ስላሉበት ሁኔታ ጥቂት ጥያቄዎችን ብንጠይቅዎት ፈቃደኛ ነዎት?

የCascades ማያ	ጥያቄዎች (የደመቁ ጥያቄዎች ግዴታ ናቸው)
<p>የጤና መረጃ ያዳምጡና ይመዘኑ የጤና ችግሮች ለምሳሌ፡-</p> <ul style="list-style-type: none"> • የአልኮል ተጠቃሚነት • ድባቱ • የስኳር በሽታ • የመድሃኒትና አልሚ ምግብ መስተጋብር • የአደንዛዥ ዕዕ ተጠቃሚነት • የደም ግፊት/ቅድመ ደም ግፊት • ላክቶዝ አለመቋቋም • ኒኮቲን ወይም ቶባኮ መጠቀም • የአፍ ጤና ችግር • በቅርብ ጊዜ የተደረገ ከባድ ቀዶ ጥገና፣ አካላዊ ጉዳት፣ ቃጠሎ <p>በፒጂ ገፋፊነት የሚከሰቱ የጤና ችግሮች</p> <ul style="list-style-type: none"> • በነፍሰ ጡሮች ላይ የሚከሰት የስኳር በሽታ • በነፍሰ ጡሮች ላይ የሚከሰት የስኳር በሽታ (ታሪክ) • የከፍተኛ የቅድመ ወሊድ የዕድገት መጠን ጠቋሚ (ታሪክ) • በሴቶች ላይ የሚከሰት ከፍተኛ የደም ግፊት (ታሪክ) <p>የ እርግዝና ታሪክ (በራስ ስር የተሰሉ ስጋቶች)</p> <ul style="list-style-type: none"> • አነስተኛ የወሊድ ክብደት ≤ 5 ፓውንድ 8 oz (Hx) • ከጊዜው አስቀድሞ የሚከናወን ወሊድ $< = 38$ ሳምንት (ታሪክ)። <p>ከጡት ማጥባት ጋር የተያያዙ የጤና እክሎች ያዳምጡና ይመዘኑ የጡት ፓምፕ አስፈላጊነት/አጠቃቀም</p>	<p>(በ WIC ለ እርግዝና ካልሆነ)፣ ነፍሰጡር ከመሆንዎ በፊት ክብደትዎ ስንት ነበር? ስለ ጤናዎ የሚያሳስቡት ነገሮች ምንድን ናቸው? አንዳንድ ጊዜ ልጅ ከወለዱ በኋላ ሃዘን ይሰማዎታል። በቅርቡ የሃዘን ወይም የድባቱ ስሜት ተስምቶት ነበር? ከዚህ በፊት በነበሩዎት እርግዝናዎች ላይ ምን ዓይነት የጤና ችግሮች ነበሩብዎት? በወሊድ ወቅት ክብደትዎ ስንት ነበር? ያጨሳሉ፣ ማናቸውንም ዓይነት የቶባኮ ምርቶች፣ ወይም ኒኮቲን ማስቲካዎች ወይም ፓቾች ይጠቀማሉ?</p> <ul style="list-style-type: none"> • አዎ ከሆነ፣ የሚጠቀሟቸው ምርቶች ምንድናቸው? • ሲጋራዎች ከሆነ፣ በቀን ስንት? <p>አልኮል በምን ያህል ጊዜ ይጠጣሉ ወይም ማሪዋና ጨምሮ አደንዛዥ ዕቃዎችን በምን ያህል ጊዜ ይጠቀማሉ?</p> <ul style="list-style-type: none"> • ምን ያህል መጠን? • ለመጨረሻ ጊዜ የተጠቀሙት መቼ ነበር? <p>የጨቅላ ማረጋገጫ ወይም የ BF ተሳታፊ ማያ ላይ አስገባ፡-</p> <ul style="list-style-type: none"> • ልጅዎን የተገላገሉት በምጥ ነው ወይስ በቀዶ ጥገና? • ልጅዎ የተወለደው ከጊዜው አስቀድሞ ነው? ምን ያህል ሳምንት? • ልጅዎ ሲወለድ የነበረው ቁመትና ክብደት ስንት ነበር?

ጡት ማጥባት - የምዘና ጥያቄዎች

የCascades ማያ	ጥያቄዎች (የደመቁ ጥያቄዎች ግዴታ ናቸው)
ANTHRO/ላብራቶሪ	(የሄሞግሎቢን መጠንዎ ዝቅተኛ ከሆነ) ዶክተርዎ ስለ እርስዎ አይረን ምን አሉ?
<p>ቤተሰባዊ ምዘና <i>ያዳምጡና ይመዘኑ</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ለአካባቢያዊ ቶባኮ ጭስ ተጋላጭነት የጥቃት ስለባ (ከ6 mos. በላይ) (የተመደበ የስጋት ጉዳይ ማያን ይምረጡ) 	<p>እነዚህ ቀጣይ ጥቂት ጥያቄዎች ቤተሰብዎንና በቤትዎ ውስጥ የሚኖሩ ሌሎች ሰዎችን የሚመለከቱ ናቸው።</p> <p>ባለፉት ሳምንታት ውስጥ፣ ሌላ ሰው እያጨሰ በነበረበት ጊዜ እርስዎ ወይም ልጅዎ በተዘጋ ስፍራ ላይ ነበሩ (ቤት ውስጥ፣ መኪና ውስጥ፣ ስራ ቦታ ወይም ሕጻናት ማቆያ፣ ወዘተ)?</p> <p>ቤትዎ ውስጥ የደህንነት ስጋት ተሰምቶዎት ያውቃል? የኑሮ አጋርዎን ወይም የቤተሰብን አባል ፈርተው ያውቃሉ?</p> <p>ለተሳታፊ(ዎች) የሕክምና አቅራቢ(ዎች)፡-</p> <p>አቅራቢ 1 _____</p> <p>አቅራቢ 2 _____</p> <p>አቅራቢ 3 _____</p> <p>ስለ WIC የሰሙት ከየት ነው? (በመጀመሪያ ማረጋገጫ ወቅት ብቻ ይጠይቁ)</p>
<p>ስነ ምግብ እና ጤና <i>ያዳምጡና ይመዘኑ</i></p> <p>ስነ ምግባዊ አሳሳቢ ጉዳዮች ለምሳሌ፡-</p> <ul style="list-style-type: none"> በቂ ያልሆነ የፎሊክ አሲድ ተጨማሪ ንጥረ ነገር (<400 mcg) በቂ ያልሆነ የአዮዲን ተጨማሪ ንጥረ ነገር (<150 mcg) አግባብነት የሌላቸው ወይም ከመጠን ያለፉ ተጨማሪ ንጥረ ነገሮች ፒካ በጣም ጉዳቢ የሆነ ስነ-ምግብ 	<p>አሁን ደግሞ በአመጋገብዎ ላይ ማተኮር እፈልጋለሁ። ጡት በማጥባት ላይ እያሉ መመገብን በተመለከተ ምን ሰምተዋል?</p> <p>አሁን ስላለዎት አመጋገብ ምን የተለየ ነገር አለ?</p> <p>አትክልትና ፍራፍሬ መመገብን በተመለከተ ምን ይሰማዎታል?</p> <p>በአንድ መደበኛ ቀን ምን ይጠጣሉ?</p> <p>በመውሰድ ላይ ያሉት ቫይታሚን ወይም ሌሎች ተጨማሪ ንጥረ ነገሮች ምንድን ናቸው?</p> <p>ስለአመጋገብዎ አንድ ነገር መቀየር ቢችሉ፣ ምን ሊሆን ይችላል?</p> <p>የጤና ምዘና</p> <p>በቀን (ቀኑን ይጥቀሱ) ከተሰጠው ማረጋገጫ በኋላ በጤናዎ ላይ የተደረገ ለውጥ ምንድን ነው?</p> <p>በአመጋገብዎ ወይም አካላዊ እንቅስቃሴዎ ላይ ምን የተቀየረ ነገር አለ?</p> <p>ጤናዎን፣ አመጋገብዎን ወይም አካላዎ እንቅስቃሴዎን በተመለከተ የሚያሳስቡዎት ነገሮች ምንድን ናቸው?</p>
ኢኮ - ማሕበራዊ	አማራጭ ማያ
የተመደቡ የስጋት ጉዳዮች	የተለዩ ስጋቶች ከሌሉ፣ ይመድቡ፡- የስነ-ምግብ መመሪያዎችን አለመከተል

ጡት ስለ ማጥባት ያልሆኑ የድህረ ወሊድ የምዘና ጥያቄዎች

የመግቢያ መግለጫ፡- የሚከተሉትን ጥቂት ጥያቄዎች ለሁሉም ሰው እናቀርባለን። ይህም ስለእርስዎና ስለቤተሰብዎ እንዳውቅ ያገዘኛል። አሁን ስላሉበት ሁኔታ ጥቂት ጥያቄዎችን ብንጠይቅዎት ፈቃደኛ ነዎት?

የCascades ማያ	ጥያቄዎች (የደመቁ ጥያቄዎች ግዴታ ናቸው)
<p>የጤና መረጃ <i>ያዳምጡና ይመዝኑ</i></p> <p>የጤና ችግሮች ለምሳሌ፡-</p> <ul style="list-style-type: none"> • የአልኮል ተጠቃሚነት • ድባቱ • የሰኳር በሽታ • የመድሃኒትና አልሚ ምግብ መስተጋብር • የአደንዛዥ ዕዕ ተጠቃሚነት • የደም ግፊት/ቅድመ ደም ግፊት • ላክቶዝ አለመቋቋም • ኒኮቲን እና ቶባኮ መጠቀም • የአፍ ጤና ችግር • በቅርብ ጊዜ የተደረገ ከባድ ቀዶ ጥገና፣ አካላዊ ጉዳት፣ ቃጠሎ <p>በ እርግዝና ገፋፊነት የሚከሰቱ የጤና ችግሮች</p> <ul style="list-style-type: none"> • በነፍስ ጡሮች ላይ የሚከሰት የሰኳር በሽታ • በነፍስ ጡሮች ላይ የሚከሰት የሰኳር በሽታ (ታሪክ) • የከፍተኛ የቅድመ ወሊድ የዕድገት መጠን ጠቋሚ (ታሪክ) • በሴቶች ላይ የሚከሰት ከፍተኛ የደም ግፊት (ታሪክ) <p>የ እርግዝና ታሪክ (በራስ ስር የሚሰሉ ስጋቶች)</p> <ul style="list-style-type: none"> • አነስተኛ የወሊድ ክብደት ≤ 5 ፓውንድ 8 oz (Hx) • ከጊዜው አስቀድሞ የሚከናወን ወሊድ < 38 ሳምንት (ታሪክ) 	<p>(በ WIC ለ እርግዝና ካልሆነ)፣ ነፍሰጡር ከመሆንዎ በፊት ክብደትዎ ስንት ነበር?</p> <p>ስለ ጤናዎ የሚያሳስቡት ነገሮች ምንድን ናቸው?</p> <p>አንዳንድ ጊዜ ልጅ ከወለዱ በኋላ ሃዘን ይሰማዎታል። በቅርቡ የሃዘን ወይም የድባቱ ስሜት ተስምቶት ነበር? ከዚህ በፊት በነበሩዎት እርግዝናዎች ላይ ምን ዓይነት የጤና ችግሮች ነበሩብዎት? ያጨሳሉ፣ ማናቸውንም ዓይነት የቶባኮ ምርቶች፣ ወይም ኒኮቲን ማስቲካዎች ወይም ፓቾች ይጠቀማሉ?</p> <ul style="list-style-type: none"> • አዎ ከሆነ፣ የሚጠቀሟቸው ምርቶች ምንድናቸው? • ስጋራዎች ከሆነ፣ በቀን ስንት? <p>አልኮል በምን ያህል ጊዜ ይጠጣሉ ወይም ማሪዋና ጨምሮ አደንዛዥ ዕዎችን በምን ያህል ጊዜ ይጠቀማሉ?</p> <ul style="list-style-type: none"> • ምን ያህል መጠን? • ለመጨረሻ ጊዜ የተጠቀሙት መቼ ነበር? <p><i>የጨቅላ ማረጋገጫ ወይም የ BF ያልሆነ ተሳታፊ ማያ ላይ አስገባ፡-</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • በወሊድ ወቅት ክብደትዎ ስንት ነበር? • ልጅዎን የተገላገሉት በምጥ ነው ወይስ በቀዶ ጥገና? • ልጅዎ የተወለደው ከጊዜው አስቀድሞ ነው? ምን ያህል ሳምንት? • ልጅዎ ሲወለድ የነበረው ቁመትና ክብደት ስንት ነበር?
<p>ANTHRO/ላብራቶሪ</p>	<p>(የሄሞግሎቢን መጠንዎ ዝቅተኛ ከሆነ) ዶክተርዎ ስለ እርስዎ አይረን ምን አሉ?</p>
<p>ቤተሰባዊ ምዘና <i>ያዳምጡና ይመዝኑ</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • ለአካባቢያዊ ቶባኮ ጭስ ተጋላጭነት • የጥቃት ስለባ (ከ6 mos. በላይ) (የተመደቡ የስጋት ጉዳዮች ማያን ይምረጡ) 	<p>እነዚህ ቀጣይ ጥቂት ጥያቄዎች ቤተሰብዎንና በቤትዎ ውስጥ የሚኖሩ ሌሎች ሰዎችን የሚመለከቱ ናቸው።</p> <p>ባለፉት ሳምንታት ውስጥ፣ ሌላ ሰው እያጨሰ በነበረበት ጊዜ እርስዎ ወይም ልጅዎ በተዘጋ ስፍራ ላይ ነበሩ (ቤት ውስጥ፣ መኪና ውስጥ፣ ስራ ቦታ ወይም ሕጻናት ማቆያ፣ ወዘተ)?</p> <p>ቤትዎ ውስጥ የደህንነት ስጋት ተስምቶት ያውቃል? የኑሮ አጋርዎን ወይም የቤተሰብን አባል ፈርተው ያውቃሉ?</p>

ጡት ስለ ማጥባት ያልሆኑ የድህረ ወሊድ የምዘና ጥያቄዎች

የCascades ማያ	ጥያቄዎች (የደመቁ ጥያቄዎች ግዴታ ናቸው)
	<p>ለተሳታፊ(ዎች) የሕክምና አቅራቢ(ዎች):- አቅራቢ 1 _____ አቅራቢ 2 _____ አቅራቢ 3 _____</p> <p>ስለ WIC የሰሙት ከየት ነው? (በመጀመሪያ ማረጋገጫ ወቅት ብቻ ይጠይቁ)</p>
<p>ስነ ምግብ እና ጤና <i>ያዳምጡና ይመዝኑ</i> ስነ ምግባዊ አሳሳቢ ጉዳዮች ለምሳሌ:-</p> <ul style="list-style-type: none"> • በቂ ያልሆነ የፎሊክ አሲድ ተጨማሪ ንጥረ ነገር (<400 mcg) • አግባብነት የሌላቸው ወይም ከመጠን ያለፉ ተጨማሪ ንጥረ ነገሮች • ፒካ • በጣም ገዳቢ የሆነ አመጋገብ 	<p>አሁን ደግሞ በአመጋገብ ላይ ማተኮር እፈልጋለሁ።</p> <p>ከወሊድ በኋላ መመገብን በተመለከተ ምን ሰምተዋል? አሁን ስላለዎት አመጋገብ ምን የተለየ ነገር አለ? አትክልትና ፍራፍሬ መመገብን በተመለከተ ምን ይሰማዎታል? በአንድ መደበኛ ቀን ምን ይጠጣሉ? በመውሰድ ላይ ያሉት ቫይታሚን ወይም ሌሎች ተጨማሪ ንጥረ ነገሮች ምንድን ናቸው? ስለአመጋገብዎ አንድ ነገር መቀየር ቢችሉ፣ ምን ሊሆን ይችላል?</p>
<p>ኢኮ - ማሕበራዊ</p>	<p>አማራጭ ማያ</p>
<p>የተመደቡ የስጋት ጉዳዮች</p>	<p>የተለዩ ስጋቶች ከሌሉ፣ ይመድቡ:- የስነ-ምግብ መመሪያዎችን አለመከተል</p>

ጨቅላ 0-4 ወራት የምዘና ጥያቄዎች

የመግቢያ መግለጫ፣ የሚከተሉትን ጥቂት ጥያቄዎች ለሁሉም ሰው እናቀርባለን። ይህም ስለሕጻን ልጅዎና ስለቤተሰብዎ እንዳውቅ ያግዘኛል። ጥቂት ጥያቄዎችን

ብጠይቅዎት ፈቃደኛ ነዎት?

የCascades ማያ	ጥያቄዎች (የደመቁ ጥያቄዎች ግዴታ ናቸው)	
<p>የጤና መረጃ</p> <p><i>ያዳምጡና ይመዘኑ</i></p> <p>የጤና ችግሮች ለምሳሌ፦</p> <ul style="list-style-type: none"> የመድሃኒትና አልሚ ምግብ መስተጋብር የምግብ አለርጂ (ከባድ ስነ-ምግባዊ ተጽእኖ) የአንጀትና የሆድ ዕቃ ሕመም በዘር የሚተላለፍና አብሮ የሚወለዱ የጤና ችግሮች የምግብ አፈጫጨትና አጠቃቀም ችግር በአደንዛዥ ዕዕ ተጠቃሚነት ወይም በሃኪም ትእዛዝ በሚወሰዱ መድሃኒቶች ምክንያት በጨቅላ ሕጻናት ላይ የሚከሰት ሕመም (≤ 6 ወራት) ሌሎች የጤና ችግሮች (የአልሚ ምግብ ሁኔታ) በቅርብ ጊዜ የተደረገ ከባድ ቀዶ ጥገና፣ አካላዊ ጉዳት፣ ቃጠሎ <p><i>ያዳምጡና ይመዘኑ</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ከጡት ማጥባት ጋር የተያያዙ የጤና እክሎች የጡት ፓምፕ አስፈላጊነት/አጠቃቀም ክትባቶች 	<p>ልጅዎ ሲወለድ የነበረው ቁመትና ክብደት ስንት ነበር?</p> <p>ልጅዎ የተወለደው በመውለጃ ጊዜዎት ነው ወይስ ከዚያ በፊት?</p> <p>የልጅዎን ጤና በተመለከተ የሚያሳስቦት ነገሮች ምንድን ናቸው?</p> <p>ልጅዎ ለመጨረሻ ጊዜ በዶክተር የታየው መቼ ነበር? የልጅዎ ዶክተር ስለ ልጅዎ ዕድገት ወይም ጤንነት ምን አሉ?</p> <p>ምግባዎ እንዴት እየሆነ ነው?</p>	<p>ጡት የሚያጠቡ ከሆነ፣ ማንኛውም መጠን፦</p> <p>ጡት የሚያጠቡት ወይም ፓምፕ የሚያደርጉት በምን ያህል ጊዜ ነው?</p> <p>ልጅዎ ከጡት ወተት ሌላ የሚወስደው ነገር አለ? (አዎ ካሉ) በስንት ዕድሜው ላይ?</p> <p>ምን ያህል? (በ24 ሰዓት ጊዜ ውስጥ)</p> <p>ልጅዎ በ24 ሰዓት ውስጥ ምን ያህል ዳይፐር በሽንት ያረጥባል?</p> <p>ልጅዎ በ24 ሰዓት ውስጥ ምን ያህል ዳይፐር በካካ ያረጥባል?</p>
<p>ANTHRO/ላብራቶሪ</p> <p>የዕድገት ቻርትን ያጋሩ</p>	<p>የልጅዎን ዕድገት በተመለከተ ምን ይሰማዎታል?</p>	
<p>ቤተሰባዊ ምዘና</p> <p><i>ያዳምጡና ይመዘኑ</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ለአካባቢያዊ ቶባኮ ጭስ ተጋላጭነት 	<p>እነዚህ ቀጣይ ጥቂት ጥያቄዎች ቤተሰብዎንና በቤትዎ ውስጥ የሚኖሩ ሌሎች ሰዎችን የሚመለከቱ ናቸው።</p> <p>ባለፉት ሳምንታት ውስጥ፣ ሌላ ሰው እያጨሰ በነበረበት ጊዜ እርስዎ ወይም ልጅዎ በተዘጋ ስፍራ ላይ ነበሩ (ቤት ውስጥ፣ መኪና ውስጥ፣ ስራ ቦታ ወይም ሕጻናት ማቆያ፣ ወዘተ)?</p> <p>ቤትዎ ውስጥ የደህንነት ስጋት ተሰምቶት ያውቃል? የኑሮ አጋርዎን ወይም የቤተሰብን አባል ፈርተው ያውቃሉ?</p> <p>ለተሳታፊ(ዎች) የሕክምና አቅራቢ(ዎች)፦</p>	

ጨቅላ 0-4 ወራት የምዘና ጥያቄዎች

የCascades ማያ	ጥያቄዎች (የደመቁ ጥያቄዎች ግዴታ ናቸው)	
<ul style="list-style-type: none"> የጥቃት ሰለባ (ከ6 mos. በላይ) (የተመደበ የስጋት ጉዳይ ማያን ይምረጡ) 	<p>አቅራቢ 1 _____ አቅራቢ 2 _____ አቅራቢ 3 _____ ስለ WIC የሰሙት ከየት ነው? (በመጀመሪያ ማረጋገጫ ወቅት ብቻ ይጠይቁ)</p>	
<p>ስነ ምግብ እና ጤና</p> <p><i>ያዳምጡና ይመዘኑ</i></p> <p>ስነ ምግባዊ አሳሳቢ ጉዳዮች ለምሳሌ:-</p> <ul style="list-style-type: none"> ጠጣር ነገሮችን አስቀድሞ ማስተዋወቅ (ከ6 ወር በታች) የስኳር ይዘት ያላቸውን መጠጦች መመገብ በቂ ያልሆነ የፍሎራይድ ተጨማሪ ንጥረ ነገር (≥ 6 ወራት) በቂ ያልሆነ የቫይታሚን ዲ ተጨማሪ ንጥረ ነገር (< 400 IU) አግባብነት የሌለው የፎርሙላ ውህድ አግባብነት የሌላቸው ወይም ከመጠን ያለፉ ተጨማሪ ንጥረ ነገሮች አግባብነት የሌለው የጡት ማጥባት/የፎርሙላ ምትክ ጡጦ/ኩባያ ያለአግባብ መጠቀም የጡት ማጥባት ድግግሞሽ ውስንነት (ከ 2 ወር በታች) ዕድገትን/የአመጋገብ ግንኙነትን አለመደገፍ የመበከል ዕድል ያላቸው ምግቦች የጡት ወተት/ፎርሙላን ደህንነቱ ባልተጠበቀ መንገድ መያዝ/ማስቀመጥ በጣም ገዳቢ የሆነ አመጋገብ 	<p>አብዛኞቹ ተንከባካቢዎች አመጋገብን በተመለከተ ጥያቄዎች አሏቸው። ያሉዎት ጥያቄዎች ምንድን ናቸው?</p> <p>ልጅዎ ሲርበው/ሲርባት የሚነግርዎት/የምትነግርዎት እንዴት ነው?</p> <p>ልጅዎ ሲጠግብ/ስትጠግብ የሚነግርዎት/የምትነግርዎት እንዴት ነው?</p>	<p>ጡት ማጥባት:-</p> <p>ፎርሙላ መመገብ:-</p>
ኢኮ - ማህበራዊ	<p>አማራጭ ማያ</p> <p>ማስታወሻ:- በዚህ ማያ ላይ ግቤት ከተደረገ፣ አካላዊ እንቅስቃሴ እና የቲቪ/ቪድዮ የሚያሳዩው ተቆልቋይ ለጨቅላ እና ለሕጻን ምላሽ ያስፈልገዋል።</p>	
የተመደቡ የስጋት ጉዳዮች -	<p>ለ WIC ብቁ የሆኑ እናት ጨቅላ ሕጻን (ከ6 ወር በታች)</p> <p>ስለ አመጋገብ ውሳኔዎችን ለመስጠት የአቅም ውስንነት ያለባቸው ተንከባካቢ እናት አደንዛዥ ዕፅ ተጠቃሚ ሲሆኑ (በእርግዝና ወቅት)</p> <p>የተለዩ ስጋቶች ከሌሎች ይመድቡ:- የአመጋገብ መመሪያዎችን አለመከተል</p>	

ጨቅላ 5-8 ወራት የምዘና ጥያቄዎች

የመግቢያ መግለጫ፡ የሚከተሉትን ጥቂት ጥያቄዎች ለሁሉም ሰው እናቀርባለን። ይህም ስለሕጻን ልጅዎና ስለቤተሰብዎ እንዳውቅ ያግዘኛል። ጥቂት ጥያቄዎችን

ብጠይቅዎት ፈቃደኛ ነዎት?

የCascades ማያ	ጥያቄዎች (የደመቁ ጥያቄዎች ግዴታ ናቸው)	
<p>የጤና መረጃ</p> <p><i>ያዳምጡና ይመዘኑ</i></p> <p>የጤና ችግሮች ለምሳሌ፡-</p> <ul style="list-style-type: none"> የመድሃኒት/አልሚ ምግብ መስተጋብር የምግብ አለርጂ (ከባድ ስነ-ምግባዊ ተጽእኖ) የአንጀትና የሆድ ዕቃ ሕመም በዘር የሚተላለፍና አብሮ የሚወለዱ የጤና ችግሮች የምግብ አፈጫጨትና አጠቃቀም ችግር በአደንዛዥ ዕፅ ተጠቃሚነት ወይም በሃኪም ትእዛዝ በሚወሰዱ መድሃኒቶች ምክንያት በጨቅላ ሕጻናት ላይ የሚከሰት ሕመም (≤ 6 ወራት) ሌሎች የጤና ችግሮች (የአልሚ ምግብ ሁኔታ) በቅርብ ጊዜ የተደረገ ከባድ ቀዶ ጥገና፣ አካላዊ ጉዳት፣ ቃጠሎ <p><i>ያዳምጡና ይመዘኑ</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ከጡት ማጥባት ጋር የተያያዙ የጤና እክሎች የጡት ፓምፕ አስፈላጊነት/አጠቃቀም ክትባቶች 	<p>ልጅዎ ሲወለድ የነበረው ቁመትና ክብደት ስንት ነበር?</p> <p>ልጅዎ የተወለደው በመውለጃ ጊዜዎት ነው ወይስ ከዚያ በፊት?</p> <p>የልጅዎን ጤና በተመለከተ የሚያሳስቡት ነገሮች ምንድን ናቸው?</p> <p>ልጅዎ ለመጨረሻ ጊዜ በዶክተር የታየው መቼ ነበር?</p> <p>የልጅዎ ዶክተር ስለ ልጅዎ ዕድገት ወይም ጤንነት ምን አሉ?</p> <p>ምግባዎ እንዴት እየሆነ ነው?</p>	<p>ጡት የሚያጠቡ ከሆነ፣ ማንኛውም መጠን፡-</p> <p>ጡት የሚያጠቡት ወይም ፓምፕ የሚያደርጉት በምን ያህል ጊዜ ነው?</p> <p>ልጅዎ ከጡት ወተት ሌላ የወሰደው ነገር አለ? (ተለጣፊ ወረቀቶችን ይጠቀሙ)</p> <p>(አዎ ካሉ) በስንት ዕድሜው ላይ?</p> <p>ለልጅዎ የትኛውንም ዓይነት ፎርሙላ ይሰጣሉ? (አዎ ካሉ) ምን ያህል መጠን?</p> <p>ልጅዎ አሁን ከጡት ወተት ሌላ የሚወስደው ነገር አለ?</p> <ul style="list-style-type: none"> (አዎ ካሉ) ምን? ምን ያህል? (በ24 ሰዓት ጊዜ ውስጥ)
<p>ANTHRO/ላብራቶሪ</p> <p>የዕድገት ቻርትን ያጋሩ</p>	<ul style="list-style-type: none"> የልጅዎን ዕድገት በተመለከተ ምን ይሰማዎታል? (ከ6 ወር በኋላ እንዲሁም የሄሞግሎቢን መጠን ዝቅተኛ ከሆነ) ዶክተርዎ ስለ ልጅዎ አይረን ምን አሉ? 	
<p>ቤተሰባዊ ምዘና</p> <p><i>ያዳምጡና ይመዘኑ</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ለአካባቢያዊ ቶባኮ ጭስ ተጋላጭነት የጥቃት ሰለባ (ከ6 mos. በላይ) 	<p>እነዚህ ቀጣይ ጥቂት ጥያቄዎች ቤተሰብዎንና በቤትዎ ውስጥ የሚኖሩ ሌሎች ሰዎችን የሚመለከቱ ናቸው።</p> <p>ባለፉት ሳምንታት ውስጥ፣ ሌላ ሰው እያጨሰ በነበረበት ጊዜ እርስዎ ወይም ልጅዎ በተዘጋ ስፍራ ላይ ነበሩ (ቤት ውስጥ፣ መኪና ውስጥ፣ ስራ ቦታ ወይም ሕጻናት ማቆያ፣ ወዘተ)?</p> <p>ቤትዎ ውስጥ የደህንነት ስጋት ተስምቶት ያውቃል? የኑሮ አጋርዎን ወይም የቤተሰብን አባል ፈርተው ያውቃሉ?</p>	

ጨቅላ 5-8 ወራት የምዘና ጥያቄዎች

የCascades ማያ	ጥያቄዎች (የደመቄ ጥያቄዎች ግዴታ ናቸው)
(የተመደበ የስጋት ጉዳይ ማያን ይምረጡ)	<p>ለተሳታፊ(ዎች) የሕክምና አቅራቢ(ዎች)፡-</p> <p>አቅራቢ 1 _____</p> <p>አቅራቢ 2 _____</p> <p>አቅራቢ 3 _____</p> <p>ስለ WIC የሰሙት ከየት ነው? (በመጀመሪያ ማረጋገጫ ወቅት ብቻ ይጠይቁ)</p>
<p>ስነ ምግብ እና ጤና</p> <p><i>ያዳምጡና ይመዘኑ</i></p> <p>ስነ ምግባዊ አሳሳቢ ጉዳዮች ለምሳሌ፡-</p> <ul style="list-style-type: none"> • ጠጣር ነገሮችን አስቀድሞ ማስተዋወቅ (ከ6 ወር በታች) • የስኳር ይዘት ያላቸውን መጠጦች መመገብ • በቂ ያልሆነ የፍሎራይድ ተጨማሪ ንጥረ ነገር (≥ 6 ወራት) • በቂ ያልሆነ የቫይታሚን ዲ ተጨማሪ ንጥረ ነገር (< 400 IU) • አግባብነት የሌለው የፎርሙላ ውህድ • አግባብነት የሌላቸው ወይም ከመጠን ያለፉ ተጨማሪ ንጥረ ነገሮች • አግባብነት የሌለው የጡት ማጥባት/የፎርሙላ ምትክ • ጡጦ/ኩባያ ያለአግባብ መጠቀም • ዕድገት/የአመጋገብ ግንኙነትን አለመደገፍ • የመበከል ዕድል ያላቸው ምግቦች • የጡት ወተት/ፎርሙላን ደህንነቱ ባልተጠበቀ መንገድ መያዝ/ማስቀመጥ • በጣም ገዳቢ የሆነ አመጋገብ 	<p>አብዛኞቹ ተንከባካቢዎች በልጃቸው አመጋገብ ላይ ስለሚኖሩ ለውጦች ጥያቄዎች አሏቸው። አንዳንድ የሚነሱ የተለመዱ አርእስት ስለ ጣዕም እና ስሪት እንደዚሁም በኩባያ መጠጣትን መማር ናቸው።</p> <ul style="list-style-type: none"> • ጠጣር ምግቦችን መጀመርን በተመለከተ ምን ስምተዋል? • ልጅዎ ኩባያ እንዲጠቀም ማስተማር ጀምረዋል? • ለልጅዎ የሚሰጡት ቫይታሚን ወይም ሌሎች ተጨማሪ ንጥረ ነገሮች ምንድን ናቸው? • ልጅዎን ስለመመገብ የሚያስደስትዎት ነገር ምንድን ነው?
ኢኮ - ማህበራዊ	<p>አማራጭ ማያ</p> <p>ማስታወሻ፡- በዚህ ማያ ላይ ግቤት ከተደረገ፣ አካላዊ እንቅስቃሴ እና የቲቪ/ቪዲዮ የሚያሳዩው ተቆልቋይ ለጨቅላ እና ለሕጻን ምላሽ ያስፈልገዋል።</p>
የተመደቡ የስጋት ጉዳዮች	<p>ለ WIC ብቁ የሆኑ እናት ጨቅላ ሕጻን (ከ6 ወር በታች)</p> <p>ስለ አመጋገብ ውሳኔዎችን ለመስጠት የአቅም ውስንነት ያለባቸው ተንከባካቢ እናት አደንዛኝ ዕዕ ተጠቃሚ ሲሆኑ (በእርግዝና ወቅት)</p> <p>የተለዩ ስጋቶች ከሌሉ፣ ይመድቡ፡- የአመጋገብ መመሪያዎችን አለመከተል</p>

ጨቅላ 9-11 ወራት የምዘና ጥያቄዎች

የመግቢያ መግለጫ:- የሚከተሉትን ጥቂት ጥያቄዎች ለሁሉም ሰው እናቀርባለን። ይህም ስለሕጻን ልጅዎና ስለቤተሰብዎ እንዳውቅ ያግዘኛል። ጥቂት ጥያቄዎችን ብጠይቅዎት ፈቃደኛ ነዎት?

የCascades ማያ	ጥያቄዎች (የደመቁ ጥያቄዎች ግዴታ ናቸው)	
<p>የጤና መረጃ <i>ያዳምጡና ይመዝኑ</i> የጤና ችግሮች ለምሳሌ:-</p> <ul style="list-style-type: none"> • የደም ዝውውር ስርዓት መዛባት • የመድሃኒትና አልሚ ምግብ መስተጋብር • የምግብ አለርጂ (ከባድ ስነ-ምግባዊ ተጽእኖ) • የአንጀትና የሆድ ዕቃ ሕመም • በዘር የሚተላለፍና አብሮ የሚወለዱ የጤና ችግሮች • የምግብ አፈጫጨትና አጠቃቀም ችግር • በቅርብ ጊዜ የተደረገ ከባድ ቀዶ ጥገና፣ አካላዊ ጉዳት፣ ቃጠሎ • ሌሎች የጤና ችግሮች (የአልሚ ምግብ ሁኔታ) <p><i>ያዳምጡና ይመዝኑ</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • ከጡት ማጥባት ጋር የተያያዙ የጤና እክሎች • የጡት ፓምፕ አሰፈላጊነት/አጠቃቀም • ክትባቶች 	<p>ልጅዎ ሲወለድ የነበረው ቁመትና ክብደት ስንት ነበር? ልጅዎ የተወለደው በመውለጃ ጊዜዎት ነው ወይስ ከዚያ በፊት? የልጅዎን ጤና በተመለከተ የሚያሳስቦት ነገሮች ምንድን ናቸው? ልጅዎ ለመጨረሻ ጊዜ በዶክተር የታየው መቼ ነበር? የልጅዎ ዶክተር ስለ ልጅዎ ዕድገት ወይም ጤንነት ምን አሉ? ምገባዎ እንዴት እየሆነ ነው?</p>	
	<p>ጡት የሚያጠቡ ከሆነ፣ ማንኛውም መጠን:-</p>	<p>ጡት የማያጠቡ ከሆነ:-</p>
	<p>ጡት የሚያጠቡት ወይም ፓምፕ የሚያደርጉት በምን ያህል ጊዜ ነው? ልጅዎ ከጡት ወተት ሌላ የወሰደው ነገር አለ? (ተለጣፊ ወረቀቶችን ይጠቀሙ) (አዎ ካሉ) በስንት ዕድሜው ላይ? ለልጅዎ የትኛውንም ዓይነት ፎርሙላ ይሰጣሉ? (አዎ ካሉ) ምን ያህል መጠን? ልጅዎ አሁን ከጡት ወተት ሌላ የሚወስደው ነገር አለ? <ul style="list-style-type: none"> • (አዎ ካሉ) ምን? ምን ያህል? (በ24 ሰዓት ጊዜ ውስጥ) </p>	<p>ልጅዎ ለመጨረሻ ጊዜ የጡትዎን ወተት የጠባው መቼ ነበር? ጡት ማጥባት ወይም የወተት ጡት መስጠት ያቆሙበትን ምክንያት ይንገሩኝ?</p>
<p>ANTHRO/ላብራቶሪ የዕድገት ቻርትን ያጋሩ</p>	<ul style="list-style-type: none"> • የልጅዎን ዕድገት በተመለከተ ምን ይሰማዎታል? • (የሄሞግሎቢን መጠን ዝቅተኛ ከሆነ) ዶክተርዎ ስለ ልጅዎ አይረን ምን አሉ? 	

ጨቅላ 9-11 ወራት የምዘና ጥያቄዎች

የCascades ማያ	ጥያቄዎች (የደመቁ ጥያቄዎች ግዴታ ናቸው)
<p>ቤተሰባዊ ምዘና <i>ያዳምጡና ይመዘኑ</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ለአካባቢያዊ ቶባኮ ጭስ ተጋላጭነት የጥቃት ስለባ (ከ6 mos. በላይ) (የተመደበ የስጋት ጉዳይ ማያን ይምረጡ) 	<p>እነዚህ ቀጣይ ጥቂት ጥያቄዎች ቤተሰብዎንና በቤትዎ ውስጥ የሚኖሩ ሌሎች ሰዎችን የሚመለከቱ ናቸው። ባለፉት ሳምንታት ውስጥ፣ ሌላ ሰው እያጨሰ በነበረበት ጊዜ እርስዎ ወይም ልጅዎ በተዘጋ ስፍራ ላይ ነበሩ (ቤት ውስጥ፣ መኪና ውስጥ፣ ስራ ቦታ ወይም ሕጻናት ማቆያ፣ ወዘተ)?</p> <p>ቤትዎ ውስጥ የደህንነት ስጋት ተሰምቶት ያውቃል? የኑሮ አጋርዎን ወይም የቤተሰብን አባል ፈርተው ያውቃሉ? ለተሳታፊ(ዎች) የሕክምና አቅራቢ(ዎች)፡-</p> <p>አቅራቢ 1 _____ አቅራቢ 2 _____ አቅራቢ 3 _____</p> <p>ስለ WIC የሰሙት ከየት ነው? (በመጀመሪያ ማረጋገጫ ወቅት ብቻ ይጠይቁ)</p>
<p>ስነ ምግብ እና ጤና <i>ያዳምጡና ይመዘኑ</i></p> <p>ስነ ምግባዊ አሳሳቢ ጉዳዮች ለምሳሌ፡-</p> <ul style="list-style-type: none"> የስኳር ይዘት ያላቸውን መጠጦች መመገብ በቂ ያልሆነ የፍሎራይድ ተጨማሪ ንጥረ ነገር (≥ 6 ወራት) በቂ ያልሆነ የቫይታሚን ዲ ተጨማሪ ንጥረ ነገር (< 400 IU) አግባብነት የሌለው የፎርሙላ ውህድ አግባብነት የሌላቸው ወይም ከመጠን ያለፉ ተጨማሪ ንጥረ ነገሮች አግባብነት የሌለው የጡት ማጥባት/የፎርሙላ ምትክ ጡጦ/ኩባያ ያለአግባብ መጠቀም ዕድገትን/የአመጋገብ ግንኙነትን አለመደገፍ የመበከል ዕድል ያላቸው ምግቦች የጡት ወተት/ፎርሙላን ደህንነቱ ባልተጠበቀ መንገድ መያዝ/ማስቀመጥ በጣም ገዳቢ የሆነ አመጋገብ 	<p>አንዳንድ የሚነሱ የተለመዱ አርእስት በኩባያ መጠጣት፣ የቤተሰብ ምግቦችን ማስተዋወቅና ወደ ወተት መሸጋገርን የሚመለከቱ ናቸው። ከልጅዎ ጋር ስላለዎት የምግብ ጊዜ ይገነኩኝ።</p> <p>ለልጅዎ የሚሰጡት ቫይታሚን ወይም ሌሎች ተጨማሪ ንጥረ ነገሮች ምንድን ናቸው? ልጅዎን ስለመመገብ የሚያስደስትዎት ነገር ምንድን ነው? ተጨማሪ ማወቅ የሚፈልጉት ስለምንድን ነው?</p>
<p>ኢኮ - ማሕበራዊ</p>	<p>አማራጭ ማያ ማስታወሻ፡- በዚህ ማያ ላይ ግቤት ከተደረገ፣ አካላዊ እንቅስቃሴ እና የቲቪ/ቪዲዮ የሚያሳየው ተቆልቋይ ለጨቅላ እና ለሕጻን ምላሽ ያስፈልገዋል።</p>
<p>የተመደቡ የስጋት ጉዳዮች</p>	<p>ስለ አመጋገብ ውሳኔዎችን ለመስጠት የአቅም ውስንነት ያለባቸው ተንከባካቢ እናት አደንዛኝ ዕፅ ተጠቃሚ ሲሆኑ (በእርግዝና ወቅት) የተለዩ ስጋቶች ከሌሉ፣ ይመድቡ፡- የአመጋገብ መመሪያዎችን አለመከተል</p>

የልጅ ምዘና ጥያቄዎች

የመግቢያ መግለጫ፡- የሚከተሉትን ጥቂት ጥያቄዎች ለሁሉም ሰው እናቀርባለን። ይህም ስለእርስዎና ስለቤተሰብዎ እንዳውቅ ያግዘኛል።

ጥቂት ጥያቄዎችን ብጠይቅዎት ፈቃደኛ ነዎት?

የCascades ማያ	ጥያቄዎች (የደመቁ ጥያቄዎች ግዴታ ናቸው)
<p>የጤና መረጃ</p> <p><i>ያዳምጡና ይመዘኑ</i></p> <p>የጤና ችግሮች ለምሳሌ፡-</p> <ul style="list-style-type: none"> • የመድሃኒትና አልሚ ምግብ መስተጋብር • የምግብ አለርጂ (ከባድ ስነ-ምግባዊ ተጽእኖ) • የአንጀትና የሆድ ዕቃ ሕመም • በዘር የሚተላለፍና አብሮ የሚወለዱ የጤና ችግሮች • ላክቶዝ አለመቋቋም • የአፍ ጤና ችግር • በቅርብ ጊዜ የተደረገ ከባድ ቀዶ ጥገና፣ አካላዊ ጉዳት፣ ቃጠሎ <p><i>ያዳምጡና ይመዘኑ</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • ክትባቶች 	<p>ልጅዎ ሲወለድ የነበረው ቁመትና ክብደት ስንት ነበር?</p> <p>ልጅዎ የተወለደው በመውለጃ ቀንዎ አካባቢ ነው?</p> <p>ለመጨረሻ ጊዜ የልጅዎን ሐኪም በአካል ያነጋገሩት መቼ ነበር?</p> <p>የልጅዎ ሐኪም የልጅዎን ጤንነት በተመለከተ የሚያሳስቡት ነገሮች ምንድን ናቸው?</p> <p>የሚያሳስቡት ነገሮች ምንድን ናቸው?</p>
<p>ANTHRO/ላብራቶሪ</p> <p>የዕድገት ቻርትን ያጋሩ</p>	<p>የልጅዎ ዶክተር ስለልጅዎ ዕድገት ምን አሉ?</p> <p>የልጅዎን የዕድገት ቻርት ለማየት ይፈልጋሉ?</p> <p>የልጅዎን ዕድገት በተመለከተ ምን ይሰማዎታል?</p> <p>(የሄሞግሎቢን መጠን ዝቅተኛ ከሆነ) ዶክተርዎ ስለ ልጅዎ አይረን ምን አሉ?</p>
<p>ቤተሰባዊ ምዘና</p> <p><i>ያዳምጡና ይመዘኑ</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • ለአካባቢያዊ ቶባኮ ጭስ ተጋላጭነት • የጥቃት ሰለባ (ያለፉት 6 ወራት) (የተመደበ የስጋት ጉዳይ ማያን ይምረጡ) 	<p>እነዚህ ቀጣይ ጥቂት ጥያቄዎች ቤተሰብዎንና በቤትዎ ውስጥ የሚኖሩ ሌሎች ሰዎችን የሚመለከቱ ናቸው።</p> <p>ባለፉት ሳምንታት ውስጥ፣ ሌላ ሰው እያጨሰ በነበረበት ጊዜ እርስዎ ወይም ልጅዎ በተዘጋ ስፍራ ላይ ነበሩ (ቤት ውስጥ፣ መኪና ውስጥ፣ ስራ ቦታ ወይም ሕጻናት ማቆያ፣ ወዘተ)?</p> <p>ቤትዎ ውስጥ የደህንነት ስጋት ተሰምቶት ያውቃል? የኑሮ አጋርዎን ወይም የቤተሰብን አባል ፈርተው ያውቃሉ? ለተሳታፊ(ዎች) የሕክምና አቅራቢ(ዎች)፡</p> <p>አቅራቢ 1 _____</p> <p>አቅራቢ 2 _____</p> <p>አቅራቢ 3 _____</p> <p>ስለ WIC የሰሙት ከየት ነው? (በመጀመሪያ ማረጋገጫ ወቅት ብቻ ይጠይቁ)</p>

የልጅ ምዘና ጥያቄዎች

የCascades ማያ	ጥያቄዎች (የደመቁ ጥያቄዎች ግዴታ ናቸው)
<p>ስነ ምግብ እና ጤና</p> <p><i>ያዳምጡና ይመዘኑ</i></p> <p>ስነ ምግባዊ አሳሳቢ ጉዳዮች ለምሳሌ:-</p> <ul style="list-style-type: none"> • የስኳር ይዘት ያላቸውን መጠጦች መመገብ • በቂ ያልሆነ የፍሎራይድ ተጨማሪ ንጥረ ነገር (> 6 mos.) • በቂ ያልሆነ የቫይታሚን ዲ ተጨማሪ ንጥረ ነገር (< 400 IU) • አግባብነት የሌለው የወተት ምትክ • አግባብነት የሌላቸው ወይም ከመጠን ያለፉ ተጨማሪ ንጥረ ነገሮች • ጡጦ/ኩባያ ያለአግባብ መጠቀም • ዕድገትን/የአመጋገብ ግንኙነትን አለመደገፍ • ፒካ • የመበከል ዕድል ያላቸው ምግቦች • ዝቅተኛ የቅባት መጠን ያለው ወይም ቅባት አልባ ወተት (12-23 mos.) • በጣም ገዳቢ የሆነ አመጋገብ 	<p>ተንከባካቢዎች የልጅዎን አመጋገብ በተመለከተ ብዙ ጊዜ ጥያቄ የሚያነሱበት ጊዜ አሁን ነው።</p> <p>የልጅዎን አመጋገብ በተመለከተ ምን ይሰማዎታል?</p> <p>በአለርጂ ወይም በሌሎች ምክንያቶች የተነሳ ልጅዎ ሊመገባቸው የማይችላቸው ምግቦች አሉ?</p> <p>ልጅዎ አትክልትና ፍራፍሬ መመገብን በተመለከተ ምን ይሰማዎል?</p> <p>ልጅዎ በአንድ መደበኛ ቀን ምን ይጠጣል?</p> <p>ለልጅዎ የሚሰጡት ቫይታሚን ወይም ሌሎች ተጨማሪ ንጥረ ነገሮች ምንድን ናቸው?</p> <p>የልጅዎን አመጋገብ በተመለከተ በጣም የሚያስደስትዎት ነገር ምንድን ነው?</p> <p>ስለልጅዎ አመጋገብዎ አንድ ነገር መቀየር ቢችሉ፣ ምን ሊሆን ይችላል?</p> <p>የጤና ምዘና</p> <p>በቀን (ቀኑን ይጥቀሱ) ከተሰጠው ማረጋገጫ በኋላ በልጅዎ ጤናዎላይ የታየ ለውጥ ምንድን ነው?</p> <p>በልጅዎ አመጋገብ ወይም አካላዊ እንቅስቃሴ ላይ ምን የተቀየረ ነገር አለ?</p> <p>የልጅዎን ጤና፣ አመጋገብ ወይም አካላዊ እንቅስቃሴዎን በተመለከተ የሚያሳስቡዎት ነገሮች ምንድን ናቸው?</p>
<p>ኢኮ - ማህበራዊ</p>	<p>አማራጭ ማያ</p> <p>ማስታወሻ:- በዚህ ማያ ላይ የሚደረግ ማንኛውም ግብት አካላዊ እንቅስቃሴ እና ቲቪ/ቪዲዮ ማያ ተቆልቋይ መምረጥን ይጠይቃል።</p>
<p>የተመደቡ የስጋት ጉዳዮች</p>	<p>ትክክለኛ ስነ-ምግብ ለመምረጥ ወይም የአመጋገብ ውሳኔዎችን ለመወሰን ውስን ክህሎቶች</p> <p>የተለዩ ስጋቶች ከሌሎች ይመድቡ:-</p> <p>የየአመጋገብ መመሪያዎችን አለመከተል የስነ-ምግብ መመሪያዎችን አለመከተል</p>