



ናይ ገምጋም ሕቶታት

ናይ ሰራሕተኛታት መሳርሒ
ን ኣብ ተሳተፍቲ ማእኸል ዝተደረኸ ገምጋም



እዚ ትካል እዚ ማዕረ ዕድል ዝህብ ትካል እዩ።
The Special Supplemental Nutrition Program for Women, Infants & Children
(WIC, ዝተፈለዩ ናይ ቀረብን ኣመጋግባን ፕሮግራም ን ደቂ-ኣንስትዮ ፣ ዕሽላትን ፣ ቆልዑን) መድልዎ ኣይፍፀምን።

ኣካል ጉዳእ ንዝኾነ ሰብ እዚ ዶክመንት እዚ ብኻልእ መልክዕ ንዝተቱ ተዳሊጢ ኣሎ። ነዚ ንምሕታት በይዘኣም 1-800-841-1410 (TDD/TTY 711) ናብ ይደውሉ።



PUBLIC HEALTH
ALWAYS WORKING FOR A SAFER AND
HEALTHIER WASHINGTON

ናይ መእተዊ መግለጺ፣ ንነፍስ ወከፍ እዞም ዝሰዕቡ ሕቶታት ንሓተን ኢና። እዚ እም ብዛዕባኹን ብዛዕባ ጥንሰኹን ንኸፈልጥ ንኸሕግዙኒ እዮም። ብዛዕባ ከመይ ምህላውኪ ውሑዳት ሕቶታት ከንሓተኪ ጸገም ኣለዎ ድዩ።

ናይ Cascades ሕቶታት	ሕቶታት (ደሚቕም ተጻሒፎም ዘለዉ ሕቶታት ግድን ተደለይቲ እዮም)
<p>ሓበሬታ ጥዕና</p> <p><i>ስምዒ ከምኡ ድማ ነዚ ዝሰዕብ ገምግሚ</i></p> <p>ጸገማት ጥዕና PG</p> <ul style="list-style-type: none"> • ናይ እዋን ጥንሲ ሸኮርያ • ናይ እዋን ጥንሲ ሸኮርያ (ታሪኽ) • ዓቢ ንናይ ጥንሲ ዕድመ (ታሪኽ) • ምስ ኣመጋግባ ዝዛመዱ ናይ ወሊድ ጉድለታት (ታሪኽ) • ፕሪክላምፒሳ (ታሪኽ) • ብጥንሲ ዝሰዓበ ጸቕጢ-ደም • ከቢድ ዕውልውል ምባል/ተምላስ <p>ታሪኽ PG (ባዕልኺ ዝገምገምኩዮም ስግኣተ-ሓደጋታት)</p> <ul style="list-style-type: none"> • ትሑት ክብደት ኣብ ሕርሲ ≤ 5 ፓውንድን 8 oz (ወቕት) (ታሪኽ) • ናይ ቅድመ-ወቕቲ ወይ ኣብ ፈለማ ወቕቲ ምሕራስ ≤ 38 ሰሙናት (ታሪኽ) <p>ናይ ጥዕና ጸገማት ከም፡</p> <ul style="list-style-type: none"> • ተጠቓምነት ኣልኮላዊ መስተ • ጭንቀት • ምጽልላዎት ድራግን መኣዛታት ምግብን • ተጠቓምነት ሓሸሽ • ናይ ምግቢ ኣለርጂ/ዘይምቅብባል (ከቢድ ናይ ምግቢ ጽልዎ) • ከሰዑ-መዓንጣዊ ሕመም • ጸቕጢ-ደም/ቅድመ ጸቕጢ-ደም • ዘይተጻዋርነት ላክቶስ • ምጥቃም ኒኮቲንን ትምባኾን • ጸገም ናይ ኣፍ ጥዕና • ኣብ ቀረባ እዋን ዝነበሩ ዓቢ መጥባሕቲ፡ ኣካላዊ ነውጺ፡ ቃጽሎታት 	<p>ቅድሚ ምጥናስኪ ክብደትኪ ክንደይ ነይሩ።</p> <p>ህጻንኪ ዝውለደሉ ዕለት መኣስ'ዩ። (ንመናቱ፡ ሰለስተ መናቱ፡ ወዘተ ስምዒ)</p> <p>ብዛዕባ ጥንሰኺ እንታይ ስክፍታታት ኣለዉኺ።</p> <p>ንመጀመርታ ግዜ ናብ ዶክተር ዝበጻሕኩ መኣስ ነይሩ።</p> <ul style="list-style-type: none"> • ክንደይ ግዜ ናብ ዶክተርኪ ናይ ቅድመ-ወሊድ ምብጻሓት ፈጹምኪ። • ዶክተርኪ ብዛዕባ ጥንሰኺ እብታይ ኢሉ ኣሎ። <p>እዚ ጥንሲ እዚ ምስቶም ቅድሚኡ ዝነበሩ ጥንሰታት ብኸመይ ይነጻጸር።</p> <p>ምስ ጥንሲ ዘይዛመዱ እንታይ ናይ ጥዕና ኩነታት ወይ ሕክምናዊ ጸገማት ኣለዉኺ።</p> <p>ተጥብቂ ኣለኺ'ዶ።</p> <p>ኣብ ቀረባ ግዜ ጓሂ ወይ ጭንቀት ተሰሚዑኪ ነይሩ ድዩ።</p> <p>ሸጋራ ተትክኺ ዲኺ? ፣ ዝኾነ ይኹን ናይ ትምባኾ ውፅኢታት ትጥቀሚ ዶ? ፣ ኒኮቲን ዘለዎም ማስቲካታት ወይ 'ውን መበረታትዕታት ትጥቀሚዶ?</p> <ul style="list-style-type: none"> • መልስኺ እወ እንተደኣ ኾይኑ ኣየነኡም ትጥቀሚ? • መልስኺ ሲጋራ እንተደኣ ኾይኑ ንመዓልቲ ክንደይ ዝኣክል? <p>ማዕረ ክንደይ ተደጋጋሚ ግዜ ኣልኮላዊ መስተ ትሰትዩ ወይ ሓሸሻት ትጥቀሚ፡ ንማሪዎና ዘጠቓለለ።</p> <ul style="list-style-type: none"> • ክንደይ። • እቲ ናይ መወዳእታ ግዜ መኣስ ነይሩ።

ናይ ካስከይድታት (ተቐባባበልቲ ነገራት) ሕቶታት	ሕቶታት (ደሚጃም ተጻሒሮም ዘለዉ ሕቶታት ግድን ተደለይቲ እዮም)
<p>አንተሮ/ላባራቶሪ</p> <p>ናይ ምውሳኽ ክብደት ካርታ ኣካፍሊ</p>	<p>ዶክተርኪ ብዛዕባ ክብደትኪ እንታይ ኢሉ ኣሎ፤</p> <p>ብዛዕባኡ ከመይ ይስምዓኪ፤</p> <p>ኣብቲ ጥንሲ ክሳብ ሕጂ ዘለኪ ምውሳኽ ክብደት ዘርኢ ቻርት ክትርእዩ ምደለኺ'ዶ፤</p> <p>(ሂምግሎቢን ትሑት እንተኾይኑ) ዶክተርኪ ብዛዕባ ናትኪ ኣይሮን እንታይ ኢሉ ኣሎ፤</p>
<p>ግምገማ ስድራቤት</p> <p><i>ስምዒ ከምኡ ድማ ነዚ ዝስዕብ ገምገማ</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • ከባብደዊ ተጋላፅነት ምትካኽ ትምባኽ • ግፍዒ ዘሕለፈት (ዝሃለፉ 6 ኣዋርሕ) (ኣብ ናይ Assigned Risk Factor (ዝተመደበ ናይ ስግኣተ-ሓዲጋ ረጅሒ) ስክሪን ሕረዩ) 	<p>እዞም ዝቐጽሉ ውሑዳት ሕቶታት እዚኦም ብዛዕባ ስድራቤትክን ካልእ ኣብ ዝኾኑ ዝነበሩ ሰባትን እዮም።</p> <p>ኣብ ዝሓለፉ ቁሩብ ሰሙናት ፤ ንስኺ ወይ ከዓ ህፃንኪ ኣብ ዝኾነ ዝተዓፀወ ቦታ (ኣብ ገዛ ፣ ኣብ መኪና ፣ ኣብ ስራሕ ወይ ኣብ መውዓሊ ህፃናት፣ ወዘተ) ተዓዲኹም ኔርኩም ዶ ካልእ ሰብ እናትከኽ ወይ እናተዓጠነ?</p> <p>ኣብ ገዛ ውሕስነት ናይ ዘይምህላው ስምዒት ተሰሚዑኪ ይፈልጥ'ዶ፤ ካብ መጽምድኺ ወይ ኣባል ስድራቤት ፍርሒ ተሰሚዑኪ ይፈልጥ ድዩ፤</p> <p>ወሃብቲ ሕክምናዊ ኣገልግሎት ንተሳታፊ(ፍቲ)፤</p> <p>ወሃቢ ክንክን ጥዕና 1 _____</p> <p>ወሃቢ ክንክን ጥዕና 2 _____</p> <p>ወሃቢ ክንክን ጥዕና 3 _____</p> <p>ዛዕባ WIC (ደወንስትዮ፣ ዕሸላትን ቆልዑን) ኣበይ ሰሚዕኪ፤ (ኣብ ናይ ፈለግ ምርግጋጽ ጥራይ ሕተት)</p>
<p>ኣመጋግባን ጥዕናን</p> <p><i>ስምዒ ከምኡ ድማ ነዚ ዝስዕብ ገምገማ</i></p> <p>ናይ ኣመጋግባ ስክፍታታት ከምዞም ዝስዕቡ ዝኣመሰሉ፤</p> <ul style="list-style-type: none"> • ዘይእኹል መመላእታ ኣዮዲን (< 150 ማይክሮ-ግራም) • ዘይእኹል መመላእታ ሓጺን (< 27 ሚሊግራም) • ዘይግቡእ ወይ ዝያዳ መመላእታታት • ቃሕታ ናይ ጥንስቲ • ተመሪዞም ክህልዉ ተኸእሎ ዘለዎም ምግባታት • ኣዝዩ ቀደዲ ምግቢ 	<p>ሕጂ ኣብ ኣመጋግባኺ ከተኩር ይደሊ።</p> <ul style="list-style-type: none"> • ብዛዕባ ኣብ እዋን ጥንሲ ክህሉ ዘለዎ ኣመጋግባ እንታይ ሰሚዕኪ ኣለኺ፤ • ሕጂ ኣብ ኣመጋግባኺ ዝተፈልየ ነገር እንታይ እዩ፤ • ብዛዕባ ምምጋብ ኣሕምልትን ፍሩታታትን ከመይ ይስምዓኪ፤ • ኣብ ንቡር መዓልቲ እንታይ ትሰትዩ፤ • እንታይ ቪታሚናት ወይ ካልእ መመላእታታት ትወስዲ ኣለኺ፤ • ብዛዕባ ኣመጋግባኺ ሓደ ነገር ክትቐይሪ እንተትኸእሊ፡ እንታይ ምኾነ፤ • ብዛዕባ ንህጻንኪ ምጥባው ዝብል ሓሳብ ከመይ ይስምዓኪ፤
<p>ስነኣክባብያዊ-ማሕበራዊ</p>	<p>ናይ ኣማራጺ ስክሪን</p>
<p>ዝተመደቡ ናይ ስግኣተ-ሓዲጋ ረጅሒታት</p>	<p>እንተድኣ ዝኾኑ ስግኣተ-ሓዲጋታት ዘይተለልዮም፡ እዚ ዝስዕብ መድቢ፡ ናይ ኣመጋግባ መምርሒታት ዘይምምላእ</p>

ምጥባው - ናይ ግምገማ ሕቶታት

ናይ መእተዊ መግለጺ፡ ንነፍስ ወከፍ እዞም ዝስዕቡ ሕቶታት ንሓተን ኢና። እዚ ብዛዕባኹን ብዛዕባ ስድራቤትኩን ንክፈልጥ ይሕግዘኒ። ብዛዕባ ከመይ ምህላውኪ ውሑዳት ሕቶታት ክንሓተኪ ጸገም ኣለዎ ድዩ።

ናይ Cascades ሕቶታት	ሕቶታት (ደሚቕም ተጻሒፎም ዘለዉ ሕቶታት ግድን ተደለይቲ እዮም)
<p>ሓበሬታ ጥዕና</p> <p><i>ሰምዒ ከምኡ ድማ ነዚ ዝስዕብ ገምገማ</i></p> <p>ናይ ጥዕና ጸገማት ከም፡</p> <ul style="list-style-type: none"> • ተጠቃምነት ኣልኮላዊ መስተ • ጭንቀት • ሽኮርያ መሊተስ • ምጽልላዎት ድራግን መኣዛታት ምግብን • ተጠቃምነት ሓሸሽ • ጸቕጢ-ደም/ቅድመ ጸቕጢ-ደም • ዘይተጻዋርነት ላክቶስ • ምጥቃም ኒኮቲንን ትምባኾን • ጸገም ናይ ኣፍ ጥዕና • ኣብ ቀረባ እዋን ዝነበሩ ዓቢ መጥባሕቲ፡ ኣካላዊ ነውጺ፡ ቃጽሎታት <p>ብPG ዝሰዓቡ ጸገማት ጥዕና</p> <ul style="list-style-type: none"> • ናይ እዋን ጥንሲ ሽኮርያ • ናይ እዋን ጥንሲ ሽኮርያ (ታሪኽ) • ዓቢ ንናይ ጥንሲ ዕድመ (ታሪኽ) • ፕሪክላምፒሳ (ታሪኽ) <p>ታሪኽ ጥንሲ (ባዕልኺ ዝገምገምኩዮም ስግኣተ-ሓደጋታት)</p> <ul style="list-style-type: none"> • ትሑት ክብደት ኣብ ሕርሲ ≤ 5 ፓውንድን 8 oz (ወቕት) (ታሪኽ) • ናይ ቅድመ-ወቕቲ ወይ ኣብ ፈለማ ወቕቲ ምሕራስ ≤ 38 ሰሙናት (ታሪኽ) <p>ናይ ምጥባው ሕልኻላኻት</p> <p><i>ሰምዒ ከምኡ ድማ ነዚ ዝስዕብ ገምገማ</i></p> <p>ኣድላይነት/ተጠቃምነት ናይ ጡብ ፖምፓ (መቕድሒ)</p>	<p>(እንተድኣ ኣብ WIC (ደቀንስትዮ፡ ዕሸላትን ቆልዑን) ንጥንሲኺ ዘየለኺ ኮይንኪ) ቅድሚ ምጥናስኪ ክብደትኪ ክንደይ ነይሩ።</p> <p>ብዛዕባ ጥዕናኺ እንታይ ስክፍታታት ኣለዉኺ፡</p> <p>ሓድሓደ ግዜ ንሕሪ ህጻን ምውላድኪ ጓሂ ይሰምዓኪ እዩ። ኣብ ቀረባ ግዜ ጓሂ ወይ ጭንቀት ተሰሚዑኪ ነይሩ ድዩ።</p> <p>ኣብ እዋን ናይ ቅድም ጥንስታትኪ እንታይ ናይ ጥዕና ጸገማት ነይሮምኺ፡</p> <p>ኣብ እዋን ሕርሲ ክብደትኪ ክንደይ ነይሩ፡</p> <p>ሰጋራ ተትክኺ ዲኺ?፣ ዝኾነ ይኹን ናይ ትምባኾ ውፅኢታት ትጥቀሚ ዶ? ፣ ኒኮቲን ዘለዎም ማስቲካታት ወይ 'ውን መበረታትዕታት ትጥቀሚዶ?</p> <ul style="list-style-type: none"> • መልስኺ እወ እንተደኣ ኾይኑ ኣየነኣም ትጥቀሚ? • መልስኺ ሰጋራ እንተደኣኻይኑ ንመዓልቲ ክንደይ ዝኣክል? <p>ማዕረ ክንደይ ተደጋጋሚ ግዜ ኣልኮላዊ መስተ ትሰትዩ ወይ ሓሸሻት ትጥቀሚ፡ ንማሪዋና ዘጠቓለለ፡</p> <ul style="list-style-type: none"> • ክንደይ፡ • እቲ ናይ መወዳእታ ግዜ መኣስ ነይሩ፡ <p><i>ኣብቲ ናይ መረጋገጺ ህጻን ወይ ተሳታፊ BF ስክሪን እቶ፡</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • ህጻንኪ ብባህርያዊ መንገዲ ድዩ ወይ ብመጥባሕቲ እዩ ተወሊዱ፡ • ህጻንኪ ኣቕዲሙ ድዩ መጽዮ፡ ክንደይ ሰሙናት፡ • ናይ ህጻንኪ ናይ እዋን ሕርሲ ንውሓቱን ክብደቱን ክንደይ ነይሩ፡

ምጥባው - ናይ ግምገማ ሕቶታት

ናይ Cascades ሕቶታት	ሕቶታት (ደሚቕም ተጻሒፎም ዘለዉ ሕቶታት ግድን ተደለይቲ እዮም)
አንትሮ/ላባራቶሪ	(ሂምግሎቢን ትሑት እንተኾይኑ) ዶክተርኪ ብዛዕባ ናትኪ ሓጺን እንታይ ኢሉ ኣሎ።
<p>ግምገማ ስድራቤት</p> <p><i>ስምዒ ከምኡ ድማ ነዚ ዝስዕብ ገምገማ</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • ከባብደዊ ተጋላፅነት ምትካኽ ትምባኽ • ግፍዒ ዘሕለፈት (ዝሓለፉ 6 ኣዋርሕ) <p>(ኣብ ናይ Assigned Risk Factor (ዝተመደበ ናይ ስግኣተ-ሓደጋ ረቕሒ) ዝበል ሕረዩ)</p>	<p>እዞም ዝቐጽሉ ውሑዳት ሕቶታት እዚኦም ብዛዕባ ስድራቤትክን ካልእ ኣብ ዝህኪ ዝነበሩ ሰባትን እዮም።</p> <p>፤ኣብ ዝሓለፉ ቁሩብ ሰሙናት ፤ ንስኪ ወይ ከዓ ህፃንኪ ኣብ ዝኾነ ዝተዓፀወ ቦታ (ኣብ ዝዛ ፤ ኣብ መኪና ፤ ኣብ ስራሕ ወይ ኣብ መውዓሊ ህፃናት፣ ወዘተ) ተዓዲኹም ኔርኩም ዶ ካልእ ሰብ እናትከኽ ወይ እናተዓጠነ?</p> <p>ኣብ ዝዛ ውሕስነት ናይ ዘይምህላው ስምዒት ተሰሚዑኪ ይፈልጥዎ፣ ካብ መጽምድኺ ወይ ኣባል ስድራቤት ፍርሒ ተሰሚዑኪ ይፈልጥ ድዩ።</p> <p>ወሃብቲ ሕክምናዊ ኣገልግሎት ንተሳታፊ(ፍቲ)፣</p> <p>ወሃቢ ክንክን ጥዕና 1 _____</p> <p>ወሃቢ ክንክን ጥዕና 2 _____</p> <p>ወሃቢ ክንክን ጥዕና 3 _____</p> <p>ዛዕባ WIC (ደወንስትዮ፣ ዕሸላትን ቆልዑን) ኣበይ ሰሚዕኪ፣ (ኣብ ናይ ፈለግ ምርግጋጽ ጥራይ ሕተት)</p>
<p>አመጋግባን ጥዕናን</p> <p><i>ስምዒ ከምኡ ድማ ነዚ ዝስዕብ ገምገማ</i></p> <p>ናይ አመጋግባ ስክፍታታት ከምዞም ዝስዕቡ ዝአመሰሉ፣</p> <ul style="list-style-type: none"> • ዘይእኹል መመላእታ ፎሊክ ኣሲድ (< 400 ማይክሮ-ግራም) • ዘይእኹል መመላእታ ኣዮዲን (< 150 ማይክሮ-ግራም) • ዘይግቡእ ወይ ዝያዳ መመላእታታት • ቃሕታ ናይ ጥንሰቲ • ኣዝዩ ቀያዲ ምግቢ 	<p>ሕጂ ኣብ አመጋግባኺ ከተኩር ይደሊ። ብዛዕባ ኣብ ተጥብውሉ እዋን ክህልወኪ ዘለዎ አመጋግባ እንታይ ሰሚዕኪ ኣለኺ።</p> <p>ሕጂ ኣብ አመጋግባኺ ዝተፈልየ ነገር እንታይ እዩ።</p> <p>ብዛዕባ ምምጋብ ኣሕምልትን ፍሩታታትን ከመይ ይስምዓኪ።</p> <p>ኣብ ንቡር መዓልቲ እንታይ ትሰትዩ።</p> <p>እንታይ ቪታሚናት ወይ ካልእ መመላእታታት ትወስዲ ኣለኺ።</p> <p>ብዛዕባ አመጋግባኺ ሓደ ነገር ክትቅይሪ እንተትኽእሊ፣ እንታይ ምኾነ።</p> <p>ግምገማ ጥዕና</p> <p>ካብቲ መረጋግጺ ኣትሒዙ ኣብ ጥዕናኺ እንታይ ተቐይሩ ኣሎ (ነቲ ዕለት ጥቕስዮ)።</p> <p>ኣብ ናይ አመጋግባ ወይ ኣካላዊ ንጥፈትኪ እንታይ ተቐይሩ ኣሎ።</p> <p>ብዛዕባ ጥዕናኺ፣ አመጋግባኺ ወይ ኣካላዊ ንጥፈትኪ እንታይ ስክፍታታት ኣለዉኺ።</p>
ECO-SOCIAL (ስነኣክባብያዊ-ማሕበራዊ)	ናይ አማራጺ ስክሪን
ዝተመደቡ ናይ ስግኣተ-ሓደጋ ረቕሒታት	እንተድኣ ዝኾኑ ስግኣተ-ሓደጋታት ዘይተለልዮም፣ እዚ ዝስዕብ መድቢ፣ ናይ አመጋግባ መምርሒታት ዘይምምላእ

ናይ ምጥባው-ዘይኮኑ ናይ ድሕረ-ሕርሲ ሕቶታት ግምገማ

ናይ መእተዊ መግለጺ፡ ንነፍስ ወከፍ እዞም ዝሰዕቡ ሕቶታት ንሓተን ኢና። እዚ ብዛዕባኸን ብዛዕባ ስድራቤትኸን ንኸፈልጥ ይሕግዘኒ። ብዛዕባ ከመይ ምህላውኪ ውሑዳት ሕቶታት ከንሓተኪ ጸገም ኣለዎ ድዩ።

ናይ Cascades ሕቶታት	ሕቶታት (ደሚቕም ተጻሒፎም ዘለዉ ሕቶታት ግድን ተደለይቲ እዮም)
<p>ሓበሬታ ጥዕና</p> <p><i>ስምዒ ከምኡ ድማ ነዚ ዝሰዕብ ገምገማ</i></p> <p>ናይ ጥዕና ጸገማት ከም፡</p> <ul style="list-style-type: none"> • ተጠቓምነት ኣልኮላዊ መስተ • ጭንቀት • ሽኮርያ መሊተስ • ምጽልላዎት ድራግን መአዛታት ምግብን • ተጠቓምነት ሓሸሽ • ጸቕጢ-ደም/ቅድመ ጸቕጢ-ደም • ዘይተጻዋርነት ላክቶስ • ምጥቃም ኒኮቲንን ትምባኸን • ጸገም ናይ ኣፍ ጥዕና • ኣብ ቀረባ እዋን ዝነበሩ ዓቢ መጥባሕቲ፡ ኣካላዊ ነውጺ፡ ቃጽሎታት <p>ብPG ዝሰዓቡ ጸገማት ጥዕና</p> <ul style="list-style-type: none"> • ናይ እዋን ጥንሲ ሽኮርያ • ናይ እዋን ጥንሲ ሽኮርያ (ታሪኽ) • ዓቢ ንናይ ጥንሲ ዕድመ (ታሪኽ) • ፕሪክላምፒሳ (ታሪኽ) <p>ታሪኽ PG (ባዕልኺ ዝገምገምከዮም ስግኣተ-ሓደጋታት)</p> <ul style="list-style-type: none"> • ትሑት ክብደት ኣብ ሕርሲ ≤ 5 ፓውንድን 8 oz (ወቕት) (ታሪኽ) • ናይ ቅድመ-ወቕቲ ወይ ኣብ ፈለማ ወቕቲ ምሕራስ <38 ሰሙናት (ታሪኽ) 	<p>(እንተድኣ ኣብ WIC (ደቀንስትዮ፡ ዕሸላትን ቆልዑን) ንPG ዘየለኺ ኮይንኪ) ቅድሚ ምጥናስኪ ክብደትኪ ከንደይ ነይሩ።</p> <p>ብዛዕባ ጥዕናኺ እንታይ ስክፍታታት ኣለዉኺ፡</p> <p>ሓድሓደ ግዜ ንሕሪ ህጻን ምውላድኪ ጓሂ ይስምዓኪ እዩ። ኣብ ቀረባ ግዜ ጓሂ ወይ ጭንቀት ተሰሚዑኪ ነይሩ ድዩ።</p> <p>ኣብ እዋን ናይ ቅድም ጥንስታትኪ እንታይ ናይ ጥዕና ጸገማት ነይሮምኺ፡</p> <p>ሺጋራ ተትክኺ ዲኺ? ፣ ዝኾነ ይኹን ናይ ትምባኸ ውፅኢታት ትጥቀሚ ዶ? ፣ ኒኮቲን ዘለዎም ማስቲካታት ወይ 'ውን መበረታትዕታት ትጥቀሚዶ?</p> <ul style="list-style-type: none"> • መልስኺ እወ እንተደኣ ኾይኑ ኣየነኣም ትጥቀሚ? • መልስኺ ሲጋራ እንተደኣኻይኑ ንመዓልቲ ክንደይ ዝኣክል?። <p>ማዕረ ክንደይ ተደጋጋሚ ግዜ ኣልኮላዊ መስተ ትሰትዩ ወይ ሓሸሻት ትጥቀሚ፡ ንማሪዋና ዘጠቓለለ፡</p> <ul style="list-style-type: none"> • ክንደይ፡ • እቲ ናይ መወዳእታ ግዜ መኣስ ነይሩ። <p><i>ኣብቲ ናይ Infant Certification or Non-BF Postpartum (ናይ ዕሸል መረጋገጺ ወይ ቢኤፍ-ዘይኮኑ ድሕረ ሕርሲ) ስክሪን ኣእቲ፡</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • ኣብ እዋን ሕርሲ ክብደትኪ ክንደይ ነይሩ። • ህጻንኪ ብባህርያዊ መንገዲ ድዩ ወይ ብመጥባሕቲ እዩ ተወሊዱ። • ህጻንኪ ኣቕዲሙ ድዩ መጽዮ፡ ክንደይ ሰሙናት። • ናይ ህጻንኪ ናይ እዋን ሕርሲ ንውሓቱን ክብደቱን ክንደይ ነይሩ።
<p>ኣንትሮ/ላባራቶሪ</p>	<p>(ሂምግሎቢን ትሑት እንተኾይኑ) ዶክተርኪ ብዛዕባ ናትኪ ሓጺን እንታይ ኢሉ ኣሎ።</p>

ናይ ምጥባው-ዘይኮኑ ናይ ድሕረ-ሕርሲ ሕቶታት ግምገማ

ናይ Cascades ሕቶታት	ሕቶታት (ደሚቕም ተጻሒፎም ዘለዉ ሕቶታት ግድን ተደለይቲ እዮም)
<p>ግምገማ ስድራቤት</p> <p><i>ስምዒ ከምኡ ድማ ነዚ ዝስዕብ ገምገማ</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • ከባብያዊ ተጋላጭነት ምትካኽ ትምባኽ • ግፍዒ ዘሕለፈት (ዝሓለፉ 6 ኣዋርሕ) (ኣብ ናይ ዝተመደብ ናይ ስግኣተ-ሓደጋ ረጃሒ ስክሪን ሕረዮ) 	<p>እዞም ዝቐጽሉ ውሑዳት ሕቶታት እዚኦም ብዛዕባ ስድራቤትክን ካልእ ኣብ ገዛኺ ዝነብሩ ሰባትን እዮም። ኣብ ዝሓለፉ ቁፍብ ሰሙናት ፤ ንስኺ ወይ ከዓ ህፃንኪ ኣብ ዝኾነ ዝተዓፀወ ቦታ (ኣብ ገዛ ፣ ኣብ መኪና ፣ ኣብ ስራሕ ወይ ኣብ መውዓሊ ህፃናት፣ ወዘተ) ተዓፂኹም ኔርኩም ዶ ካልእ ሰብ እናትከኽ ወይ እናተዓጠነ?</p> <p>ኣብ ገዛ ውሕስነት ናይ ዘይምህላው ስምዒት ተሰሚዑኪ ይፈልጥዶ፣ ካብ መጽምድኺ ወይ ኣባል ስድራቤት ፍርሒ ተሰሚዑኪ ይፈልጥ ድዩ፣</p> <p>ወሃብቲ ሕክምናዊ ኣገልግሎት ንተሳታፊ(ፍቲ)፥ ወሃቢ ክንክን ጥዕና 1 _____ ወሃቢ ክንክን ጥዕና 2 _____ ወሃቢ ክንክን ጥዕና 3 _____</p> <p>ዛዕባ WIC (ደወንስትዮ፣ ዕሸላትን ቆልዑን) ኣበይ ሰሚዕኪ፣ (ኣብ ናይ ፈለማ ምርግጋጽ ጥራይ ሕተት)</p>
<p>ኣመጋግባን ጥዕናን</p> <p><i>ስምዒ ከምኡ ድማ ነዚ ዝስዕብ ገምገማ</i></p> <p>ናይ ኣመጋግባ ስክፍታታት ከምዞም ዝስዕቡ ዝኣመሰሉ፦</p> <ul style="list-style-type: none"> • ዘይእኹል መመላእታ ፎሊክ ኣሲድ (< 400 ማይከሮ-ግራም) • ዘይግቡእ ወይ ዝያዳ መመላእታታት • ቃሕታ ናይ ጥንስቲ • ኣዝዩ ቀያዒ ምግቢ 	<p>ሕጂ ኣብ ኣመጋግባኺ ከተኩር ይደሊ።</p> <p>ብዛዕባ ኣመጋግባ ድሕሪ ሕርሲ እንታይ ሰሚዕኪ ኣለኺ፣ ሕጂ ኣብ ኣመጋግባኺ ዝተፈልየ ነገር እንታይ እዩ፣ ብዛዕባ ምምጋብ ኣሕምልትን ፍሩታታትን ከመይ ይስምዓኪ፣ ኣብ ንቡር መዓልቲ እንታይ ትሰትዩ፣ እንታይ ቪታሚናት ወይ ካልእ መመላእታታት ትወስዲ ኣለኺ፣ ብዛዕባ ኣመጋግባኺ ሓደ ነገር ከትቐይሪ እንተትኸእሊ፣ እንታይ ምኾነ፣</p>
<p>ስነኣከባብያዊ-ማሕበራዊ</p>	<p>ናይ ኣማራጺ ስክሪን</p>
<p>ዝተመደቡ ናይ ስግኣተ-ሓደጋ ረጃሒታት</p>	<p>እንተድኣ ዝኾኑ ስግኣተ-ሓደጋታት ዘይተለልዮም፣ እዚ ዝስዕብ መድቢ፣ ናይ ኣመጋግባ መምርሒታት ዘይምምላእ</p>

ዕቅድ 0-4 አዋርሕ ናይ ግምገማ ሕቶታት

ናይ መእተዊ መግለጺ፡ ንነፍስ ወከፍ እዞም ዝሰዕቡ ሕቶታት ንሓተን ኢና። እዚ ብዛዕባ ህጻንክን ብዛዕባ ስድራቤትክን ንኸፈልጥ ይሕግዘኒ። ውሑዳት ሕቶታት ክንሓተኪ ጸገም ኣለዎ ድዩ፡

ናይ Cascades ሕቶታት	ሕቶታት (ደሚቕም ተጻሒፎም ዘለዉ ሕቶታት ግድን ተደለይቲ እዮም)	
<p>ሓበሬታ ጥዕና</p> <p><i>ስምዒ ከምኡ ድማ ነዚ ዝሰዕብ ገምግማ</i></p> <p>ናይ ጥዕና ጸገማት ከምዮ፡</p> <ul style="list-style-type: none"> • ምጽልላዎት ድራግን መአዛታት ምግብን • ናይ ምግብ ኣለርጂ/ዘይምቅብባል (ከቢድ ናይ ምግብ ጽልቀ) • ከስዑ-መዓንጣዊ ሕማም • ጀነቲካዊ/ተወርሶአዊ ከምኡ ድማ መፈጠራዊ ሕማማት • መታብላዊ ሕማም • Neonatal Abstinence Syndrome (ምልክት ሕማም ናይ ናጽላዊ ምሕራም) (< 6 አዋርሕ) • ካልእ ሕክምናዊ ጸገማት (ንናይ ኣመጋግባ ኩነታት ይጸሉ) • ኣብ ቀረባ እዋን ዝነበሩ ዓቢ መጥባሕቲ፡ ኣካላዊ ነውጺ፡ ቃጽሎታት <p><i>ስምዒ ከምኡ ድማ ነዚ ዝሰዕብ ገምግማ</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • ናይ ምጥባዎ ሕልኽላኻት • ኣድላይነት/ተጠቃምነት ናይ ጡብ ፖምፓ (መቐድሒ) • ምምካናት 	<p>ናይ ህጻንኪ ናይ እዋን ሕርሲ ንውሓቱን ክብደቱን ክንደይ ነይሩ፡</p> <p>ህጻንኪ ኣብ ግዚኡ ድዩ ወይ ኣቐዲሙ እዩ ተወሊዱ፡</p> <p>ብዛዕባ ናይ ህጻንኪ ጥዕና እንታይ ስክፍታታት ኣለዉኹ፡</p> <p>ህጻንኪ ናብቲ ዶክተር ዝኸደሉ ናይ መወዳእታ ግዜ መኣስ ነይሩ፡ ናይ ህጻንኪ ዶክተር ብዛዕባ ናቱ/ናታ ዕብየት ወይ ጥዕና እንታይ ኢሉ፡</p> <p>ምምጋብ ከመይ ይኸይድ ኣሎ፡</p>	
	እንተድኣ ዝኾነ መጠን ተጥብዊ ኣለኹ ኮይንኪ፡	ዘይተጥብዊ እንተሃሊኹ፡
	<p>ማዕረ ክንደይ ተደጋጋሚ ግዜ ተጥብዊ ወይ ብፖምፓ ጸባ ጡብ ትቐድሒ ኣለኹ፡</p> <p>ህጻንኪ ካብ ጸባ ጡብ ወጻኢ ዝኾነ ካልእ ነገር ወሲዱ ይፈልጥ ድዩ፡</p> <p>(እወ እንተኾይኑ) ኣበዩናይ ዕድመ፡</p> <p>ክንደይ፡ (ኣብ ናይ 24 ሰዓት ንውሓት ግዜ)</p> <p>ህጻንኪ ኣብ 24 ሰዓታት ክንደይ ኣጭርቐቲ ሸንቲ ቐልዓ የጠልቂ፡</p> <p>ህጻንኪ ኣብ 24 ሰዓታት ክንደይ ኣጭርቐቲ ሸንቲ ቐልዓ ብቐልቐል የበላሹ፡</p>	<p>ህጻንኪ ናትኪ ጸባ ጡብ ዝተመገበሉ ናይ መወዳእታ ግዜ መኣስ ነይሩ፡</p> <p>ስለምንታይ ምጥባዎ ወይ ምሃብ ጸባ ጡብ ደው ከምዘበልኪ ንገርኒ፡</p> <p>ኣብ ናይ 24 ሰዓት ንውሓት ግዜ ክንደይ ፎርምላ (ምግብ ህጻን) ትህቢ፡</p>
ኣንትሮ/ላባራቶሪ ናይ ዕብየት ቻርት ኣካፍሊ	ብዛዕባ ናይ ህጻንኪ ዕብየት ከመይ ይስምዓኪ፡	
<p>ግምገማ ስድራቤት</p> <p><i>ስምዒ ከምኡ ድማ ነዚ ዝሰዕብ ገምግማ</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • ከባብያዊ ተጋላፅነት ምትካኽ ትምባኽ 	<p>እዞም ዝቐጽሉ ውሑዳት ሕቶታት እዚኦም ብዛዕባ ስድራቤትክን ካልእ ኣብ ገዛኹ ዝነበሩ ሰባትን እዮም። ኣብ ዝሓለፉ ቁሩብ ሰሙናት ፤ ንስኺ ወይ ከዓ ህፃንኪ ኣብ ዝኾነ ዝተዓፀወ ቦታ (ኣብ ገዛ ፣ ኣብ መኪና ፣ ኣብ ስራሕ ወይ ኣብ መውዓሊ ህፃናት፡ ወዘተ) ተዓዲኹም ኔርኩም ዶ ካልእ ሰብ እናትከኽ ወይ እናተዓጠነ?</p> <p>ኣብ ገዛ ውሕስነት ናይ ዘይምህላው ስምዒት ተሰሚዑኪ ይፈልጥዶ፡ ካብ መጽምድኺ ወይ ኣባል ስድራቤት ፍርሒ ተሰሚዑኪ ይፈልጥ ድዩ፡</p>	

ዕቅድ 0-4 አዋርሕ ናይ ግምገማ ሕቶታት

ናይ Cascades ሕቶታት	ሕቶታት (ደሚቕም ተጻሒፎም ዘለዉ ሕቶታት ግድን ተደለይቲ እዮም)	
<ul style="list-style-type: none"> ግፍዒ ዘሕለፈት (ዝሓለፉ 6 አዋርሕ) (ኣብ ናይ Assigned Risk Factor (ዝተመድበ ናይ ስግኣተ-ሓደጋ ረቕቲ) ስክሪን ሕረዱ) 	<p>ወሃብቲ ሕክምናዊ ኣገልግሎት ንተሳታፊ(ፍቲ)፡ ወሃቢ ክንክን ጥዕና 1 _____ ወሃቢ ክንክን ጥዕና 2 _____ ወሃቢ ክንክን ጥዕና 3 _____</p> <p>ዛዕባ WIC (ደወንስትዮ፡ ዕሸላትን ቆልዑን) ኣበይ ሰሚዕኪ፡ (ኣብ ናይ ፈለማ ምርግጋጽ ጥራይ ሕተት)</p>	
<p>አመጋግባን ጥዕናን</p> <p><i>ስምዒ ከምኡ ድማ ነዚ ዝስዕብ ገምግማ</i></p> <p>ናይ አመጋግባ ስክፍታታት ከምዞም ዝስዕቡ ዝአመሰሉ፡</p> <ul style="list-style-type: none"> ናይ ፈለማ መእተዊ ናብ ዕጹም ምግብታት (< 6 አዋርሕ) ምምጋብ ሽኩር-ዘለዎም መስተታት ዘይእኹል መመላእታ ፎራይድ (>= 6 አዋርሕ) ዘይእኹል መመላእታ ቪታሚን ዲ (< 400 IU (ዓለም-ለካዊ መዐቀኒ)) ዘይግቡእ ምቕጣን ፎርሙላ (ምግቢ ህጻን) ዘይግቡእ ወይ ዝያዳ መመላእታታት ዘይግቡእ መመላእታ ንጸባ ጡብ/ፎርሙላ (ምግቢ ህጻን) ዘይግቡእ አጠቓቕማ ጡጦ/ኩባዩ ድሩት ምድግጋም ምጥባው (< 2 አዋርሕ) ናይ ዕብየት/ምምጋብ ዝምድና ዘይምድጋፍ ተመሪዞም ክህልዉ ተኸእሎ ዘለዎም ምግብታት ዘይውሑስ ኣተሓሕዝ/ምኽዛን ጸባ ጡብ/ፎርሙላ (ምግቢ ህጻን) ኣዝዩ ቀያዲ አመጋግባ 	<p>ሙብዛሕትኦም ወሃብቲ ክንክን ብዛዕባ አመጋግባ ሕቶታት ኣለውዎም፡፡ እንታይ ሕቶታት ኣለዉኹ፡፡</p> <p>ህጻንኪ ንሱ/ሳ ኣብ ዝጠምየሉ እዋን ብኸመይ ይ/ትነግረኪ፡፡</p> <p>ህጻንኪ ንሱ/ሳ ኣብ ዝጸግበሉ ግዜ ብኸመይ ይ/ትነግረኪ፡፡</p>	<p>ምጥባው፡፡</p> <p>ምምጋብ ፎርሙላ (ምግቢ ህጻን)፡፡</p>
	<p>ጡጦታት ኣብ ትጥቀምሉ፡ ድሕሪ ምምጋብ ነቲ ጸባ ጡብ እንታይ ትገብርዮ፡፡</p> <p>ናብ ስራሕ ክትምለሲ መደብ ኣለኪ'ዶ፡፡ ጸባ ጡብ ብፖምፓ ንምቕዳሕ መደብ ኣለኪ'ዶ፡፡</p>	<p>ወሃብቲ ክንክን ሙብዛሕትኡ ግዜ ሕቶታት ብዛዕባ ፎርሙላ (መግቢ ቆልዓ) ብቕኑዕ መንገዲ ምትሕውዋስ ሕቶታት ኣለውዎም፡፡ ፎርሙላ ከመይ ገይርኪ ትሓዎሲ፡፡</p> <p>እንታይ ዓይነት ማይ ትጥቀሚ፡፡</p> <p>ድሕሪ ምምጋብ ንፎርሙላ (ምግቢ ህጻን) እንታይ ትገብርዮ፡፡</p>
ECO-SOCIAL (ስነአከባብያዊ-ማሕበራዊ)	<p>ናይ ኣማራጺ ስክሪን መዘኻኸሪ፡ እንተድኣ ዝኾነ ምእታው ኣብዚ ስክሪንዚ ተገይሩ፡ እቲ Physical Activity and TV/Video Viewing (ናይ ኣካላዊ ንጥፈትን ከምኡ ድማ ናይ ቲቪ/ቪድዮ ምርኣይ ምውራድን) ናይ ዕቅድን ቆልዓን መልሲ ይሓትት፡፡</p>	
ዝተመደቡ ናይ ስግኣተ-ሓደጋ ረቕቲታት	<p>ዕቅድ ናይ ንWIC (ደቀንስትዮ፡ ዕሸላትን ቆልዑን) ብቕዕቲ ዝኾነት ኣደ (< 6 አዋርሕ) ድሩት ናይ ምምጋብ ውሳኔታት ናይ ምሃብ ክእለት ዘለዎ ወሃቢ ክንክን ናይ ወላዲት ተጠቓምነት ሓሸሽ/ኣልኮላዊ መስተ (ኣብ እዋን ጥንሲ) እንተድኣ ዝኾኑ ስግኣተ-ሓደጋታት ዘይተለልዮም፡ እዚ ዝስዕብ መድቢ፡ ናይ ምምጋብ መምርሒታት ዘይተማልኢ እንተሃሊኹ</p>	

ዕሽል 5-8 አዋርሕ ናይ ግምገማ ሕቶታት

ናይ መእተዊ መግለጺ፡ ንነፍስ ወከፍ እዞም ዝስዕቡ ሕቶታት ንሓተን ኢና። እዚ ብዛዕባ ህጻንካን ብዛዕባ ስድራቤትካን ንኸፈልጥ ይሕግዘኒ። ውሑዳት ሕቶታት ከንሓተት ጸገም ኣለዎ ድዩ።

ናይ Cascades ሕቶታት	ሕቶታት (ደሚቕም ተጻሒፎም ዘለዉ ሕቶታት ግድን ተደለይቲ እዮም)	
<p>ሓበሬታ ጥዕና</p> <p><i>ስምዒ ከምኡ ድማ ነዚ ዝስዕብ ገምግማ</i></p> <p>ናይ ጥዕና ጸገማት ከምዮ፡</p> <ul style="list-style-type: none"> • ምጽልላዎት ሓሽሽ/መኣዛዊ ምግቢ • ናይ ምግቢ ኣለርጂ/ዘይምቅብባል (ከቢድ ናይ ምግቢ ጽልቀ) • ከስዑ-መዓንጣዊ ሕማም • ጀነቲካዊ/ተወርሶአዊ ከምኡ ድማ መፈጠራዊ ሕማማት • መታብላዊ ሕማም • Neonatal Abstinence Syndrome (ምልክት ሕማም ናይ ናጽላዊ ምሕራም) (< 6 አዋርሕ) • ካልእ ሕክምናዊ ጸገማት (ንናይ ኣመጋግባ ኩነታት ይጸሉ) • ኣብ ቀረባ እዋን ዝነበሩ ዓቢ መጥባሕቲ፡ ኣካላዊ ነውጺ፡ ቃጽሎታት <p><i>ስምዒ ከምኡ ድማ ነዚ ዝስዕብ ገምግማ</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • ናይ ምጥባው ሕልኽላኻት • ኣድላይነት/ተጠቃምነት ናይ ጡብ ፖምፓ (መቐድሒ) • ምምካናት 	<p>ናይ ህጻንኪ ናይ እዋን ሕርሲ ንውሓቱን ክብደቱን ክንደይ ነይሩ።</p> <p>ህጻንኪ ኣብ ግዚኡ ድዩ ወይ ኣቐዲሙ እዩ ተወሊዱ።</p> <p>ብዛዕባ ናይ ህጻንኪ ጥዕና እንታይ ስክፍታታት ኣለዉኹ።</p> <p>ህጻንኪ ናብቲ ዶክተር ዝኸደሉ ናይ መወዳእታ ግዜ መኣስ ነይሩ።</p> <p>ናይ ህጻንኪ ዶክተር ብዛዕባ ናቱ/ናታ ዕብየት ወይ ጥዕና እንታይ ኢሉ።</p> <p>ምምጋብ ከመይ ይኸይድ ኣሎ።</p>	
	እንተድኣ ዝኾነ መጠን ተጥብዊ ኣለኹ ኮይንኪ፡	ዘይተጥብዊ እንተሃሊኹ፡
	<p>ማዕረ ክንደይ ተደጋጋሚ ግዜ ተጥብዊ ወይ ብፖምፓ ጸባ ጡብ ትቐድሒ ኣለኹ።</p> <p>ህጻንኪ ካብ ጸባ ጡብ ወጻኢ ዝኾነ ካልእ ነገር ወሲዱ ይፈልጥ ድዩ። (ተጣባቂ ወረቓት ተጠቐሚ)</p> <p>(እወ እንተኾይኑ) ኣበየናይ ዕድመ፡</p> <p>ንህጻንኪ ዝኾነ ፎርሙላ (መግቢ ህጻን) ሂብክዮ ትፈልጢዶ። (እወ እንተኾይኑ) ክንደይ፡</p> <p>ህጻንኪ ሕጂ ካብ ጸባ ጡብ ወጻኢ ዝኾነ ካልእ ነገር ይረክብ ድዩ።</p> <ul style="list-style-type: none"> • (እወ እንተኾይኑ) እንታይ፡ ክንደይ፡ (ኣብ ናይ 24 ሰዓት ንውሓት ግዜ) 	<ul style="list-style-type: none"> • ህጻንኪ ናትኪ ጸባ ጡብ ዝተመገበሉ ናይ መወዳእታ ግዜ መኣስ ነይሩ። • ስለምንታይ ምጥባው ወይ ምሃብ ጸባ ጡብ ደው ከምዘበልኪ ንገርኒ።
<p>ኣንትሮ/ላባራቶሪ</p> <p>ናይ ዕብየት ቻርት ኣካፍሊ</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ብዛዕባ ናይ ህጻንኪ ዕብየት ከመይ ይስምዓኪ። • (ድሕሪ 6 አዋርሕን ሂምባሎሚን ትሑት እንተህልዩን) ዶክተርኪ ብዛዕባ ናይ ህጻንኪ ሓጺን እንታይ ኢሎ ኣሎ። 	
<p>ግምገማ ስድራቤት</p> <p><i>ስምዒ ከምኡ ድማ ነዚ ዝስዕብ ገምግማ</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • ከባብደዊ ተጋላፅነት ምትካኽ ትምባኽ • ግፍዒ ዘሕለፈት (ዝሓለፉ 6 አዋርሕ) 	<p>እዞም ዝቐጽሉ ውሑዳት ሕቶታት እዚኦም ብዛዕባ ስድራቤትካን ካልእ ኣብ ዝሃኹ ዝነበሩ ሰባትን እዮም።</p> <p>ኣብ ዝሓለፉ ቁሩብ ሰሙናት ፤ ንስኺ ወይ ከዓ ህፃንኪ ኣብ ዝኾነ ዝተዓፀወ ቦታ (ኣብ ገዛ ፣ ኣብ መኪና ፣ ኣብ ስራሕ ወይ ኣብ መውዓሊ ህፃናት፣ ወዘተ) ተዓዲኹም ኔርኩም ዶ ካልእ ሰብ እናትካኽ ወይ እናተዓጠነ?</p> <p>ኣብ ገዛ ውሕስነት ናይ ዘይምህላው ስምዒት ተሰሚዑኪ ይፈልጥዶ። ካብ መጽምድኺ ወይ ኣባል ስድራቤት ፍርሒ ተሰሚዑኪ ይፈልጥ ድዩ።</p>	

ዕቅድ 5-8 አዋርሕ ናይ ግምገማ ሕቶታት

ናይ Cascades ሕቶታት	ሕቶታት (ደሚቆም ተጻሕፎም ዘለዉ ሕቶታት ግድን ተደለይቲ እዮም)
<p>(ኣብ ናይ Assigned Risk Factor (ዝተመደበ ናይ ስግኣተ-ሓዲጋ ረቛሒ) ስክሪን ሕረዩ)</p>	<p>ወሃብቲ ሕክምናዊ ኣገልግሎት ንተሳታፊ(ፍቲ)፡ ወሃቢ ክንክን ጥዕና 1 _____ ወሃቢ ክንክን ጥዕና 2 _____ ወሃቢ ክንክን ጥዕና 3 _____</p> <p>ዛዕባ WIC (ደወንስትዮ፡ ዕሸላትን ቆልዑን) ኣቢይ ሰሚዕኪ፡ (ኣብ ናይ ፈለግ ምርግጋጽ ገራይ ሕተት)</p>
<p>ኣመጋግባን ጥዕናን</p> <p><i>ሰምዒ ከምኡ ድማ ነዚ ዝስዕብ ገምግሚ</i></p> <p>ናይ ኣመጋግባ ስክፍታታት ከምዘም ዝስዕቡ ዝኣመሰሉ፡</p> <ul style="list-style-type: none"> • ናይ ፈለግ መእተዊ ናብ ዕጹም ምግብታት (< 6 አዋርሕ) • ምምጋብ ሽኩር-ዘለዎም መስተታት • ዘይእኹል መመላእታ ፎራይድ (>= 6 አዋርሕ) • ዘይእኹል መመላእታ ቪታሚን ዲ (< 400 IU (ዓለም-ለካዊ መዐቀኒ)) • ዘይግቡእ ምቕጣን ፎርሙላ (ምግቢ ህጻን) • ዘይግቡእ ወይ ዝያዳ መመላእታታት • ዘይግቡእ መመላእታ ንጸባ ጡብ/ፎርሙላ (ምግቢ ህጻን) • ዘይግቡእ ኣጠቓቕማ ጡጦ/ኩባያ ናይ ዕብዮት/ምምጋብ ዝምድና ዘይምድጋፍ • ተመሪዞም ክህልዉ ተኸእሎ ዘለዎም ምግብታት • ዘይውሑስ ኣተሓሕዝ/ምክዛን ጸባ ጡብ/ፎርሙላ (ምግቢ ህጻን) • ኣዝዩ ቀያዲ ኣመጋግባ 	<p>መብዛሕትኦም ወሃብቲ ክንክን ሕቶታት ብዛዕባ ለውጥታት ኣመጋግባ ናይ ህጻኖም ኣለዎም። ገለ ካብ ዝመጹ ልሙዳት ኣርእስታት ብዛዕባ ጣዕምታትን መቐረታትን ከምኡ ድማ ካብ ኩባያ ንምስታይ ምምሃር ዝብሉ እዮም።</p> <ul style="list-style-type: none"> • ብዛዕባ ምጅማር ዕጹም ምግቢ እንታይ ሰሚዕኪ ኣለኹ፡ • ንህጻንኪ ኣጠቓቕማ ኩባያ ክትምህርዮ ጀሚርኪ ኣለኹ ዲኹ፡ • ንህጻንኪ እንታይ ቪታሚናት ወይ መመላእታታት ትህብዮ፡ • ብዛዕባ ምምጋብ ህጻንኪ ደስ ዝብለኪ ነገር እንታይ እዩ፡
ስነኣክባብያዊ-ማሕበራዊ	ናይ ኣማራጺ ስክሪን መዘኻኸሪ፡ እንተድኣ ዝኾነ ምእታው ኣብዚ ስክሪንዚ ተገይሩ፡ እቲ ናይ ኣካላዊ ንጥፊትን ከምኡ ድማ ናይ ቲቪ/ቪድዮ ምርኣይ ምውራድን ናይ ዕቅድን ቆልዑን መልሲ ይሓትት።
ዝተመደቡ ናይ ስግኣተ-ሓዲጋ ረቛሒታት	ዕቅድ ናይ ንWIC (ደቀንስትዮ፡ ዕሸላትን ቆልዑን) ብቐዕቲ ዝኾነት ኣደ (< 6 አዋርሕ) ድሩት ናይ ምምጋብ ውሳኔታት ናይ ምሃብ ክእለት ዘለዎ ወሃቢ ክንክን ናይ ወላዲት ተጠቓምነት ሓሸሽ/ኣልኮላዊ መስተ (ኣብ እዋን ጥንሲ) እንተድኣ ዝኾኑ ስግኣተ-ሓዲጋታት ዘይተለልዮም፡ እዚ ዝስዕብ መድቢ፡ ናይ ምምጋብ መምርሒታት ዘይተማልኡ እንተሃሊኹ

ዕቅድ 9-11 አዋርሕ ናይ ግምገማ ሕቶታት

ናይ መእተዊ መግለጺ፡ ንነፍስ ወከፍ እዞም ዝስዕቡ ሕቶታት ንሓተን ኢና። እዚ ብዛዕባ ህጻንክን ብዛዕባ ስድራቤትክን ንኸፈልጥ ይሕግዘኒ። ውሑዳት ሕቶታት ክንሓትት ጸገም ኣለዎ ድዩ፡

ናይ Cascades ሕቶታት	ሕቶታት (ደሚጃም ተጻሒፎም ዘለዉ ሕቶታት ግድን ተደለይቲ እዮም)	
<p>ሓበሬታ ጥዕና</p> <p><i>ስምዒ ከምኡ ድማ ነዚ ዝስዕብ ገምገማ</i></p> <p>ናይ ጥዕና ጸገማት ከም፡</p> <ul style="list-style-type: none"> • መትኅ-ልባዊ ሕማም • ምጽልላዎት ድራግን መኣዛታት ምግብን • ናይ ምግብ ኣለርጂ/ዘይምቅብባል (ከቢድ ናይ ምግብ ጽልዋ) • ከስዑ-መዓንጣዊ ሕማም • ጀነቲካዊ/ተወርሶኣዊ ከምኡ ድማ መፈጠራዊ ሕማማት • መታቦላዊ ሕማም • ኣብ ቀረባ እዋን ዝነበሩ ዓቢ መጥባሕቲ፡ ኣካላዊ ነውጺ፡ ቃጽሎታት • ካልእ ሕክምናዊ ጸገማት (ንናይ ኣመጋግባ ኩነታት ይጸሉ) <p><i>ስምዒ ከምኡ ድማ ነዚ ዝስዕብ ገምገማ</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • ናይ ምጥባው ሕልኽላኻት • ኣድላይነት/ተጠቃምነት ናይ ጡብ ፖምፓ (መቐድሒ) • ምምካናት 	<p>ናይ ህጻንኪ ናይ እዋን ሕርሲ ንውሓቱን ክብደቱን ክንደይ ነይሩ፡</p> <p>ህጻንኪ ኣብ ግዚኡ ድዩ ወይ ኣቐዲሙ እዩ ተወሊዱ፡</p> <p>እንታይ ስክፍታታት ኣለዉኹ፡ ብዛዕባ ዉላድኪ፡</p> <p>ህጻንኪ ናብቲ ዶክተር ዝኸደሉ ናይ መወዳእታ ግዜ መኣስ ነይሩ፡</p> <p>ናይ ህጻንኪ ዶክተር ብዛዕባ ናቱ/ናታ ዕብየት ወይ ጥዕና እንታይ ኢሉ፡</p> <p>ምምጋብ ከመይ ይኸይድ ኣሎ፡</p>	<p>እንተድኣ ዝኾነ መጠን ተጥብዊ ኣለኹ ኮይንኪ፡</p> <p>ዘይተጥብዊ እንተሃለኹ፡</p>
	<p>ማዕረ ክንደይ ተደጋጋሚ ግዜ ተጥብዊ ወይ ብፖምፓ ጸባ ጡብ ትቐድሒ ኣለኹ፡</p> <p>ህጻንኪ ካብ ጸባ ጡብ ወጻኢ ዝኮነ ካልእ ነገር ወሲዱ ይፈልጥ ድዩ? (ናይ መዘከሪ ዝልጥፍ ወረቀት ተጠቀሚ፡)</p> <p>(እወ እንተኾይኑ) ኣብየናይ ዕድመ፡</p> <p>ንህጻንኪ ዝኾነ ፎርሙላ (መግቢ ህጻን) ሂብኩዮ ትፈልጡ'ዶ፡ ኣወ ኣንድሕር ኮይኑ መልስኪ ክንደይ ግዜ፡?</p> <p>ህጻንኪ ሕጂ ካብ ጸባ ጡብ ወጻኢ ዝኾነ ካልእ ነገር ይረከብ ድዩ፡</p> <ul style="list-style-type: none"> • (እወ እንተኾይኑ) እንታይ፡ ክንደይ፡ (ኣብ ናይ 24 ሰዓት ንውሓት ግዜ) 	<p>ህጻንኪ ናትኪ ጸባ ጡብ ዝተመገበሉ ናይ መወዳእታ ግዜ መኣስ ነይሩ፡</p> <p>ስለምንታይ ምጥባው ወይ ምሃብ ጸባ ጡብ ደው ከምዘበልኪ ንገርኒ፡</p>
<p>ኣንትሮ/ላባራቶሪ</p> <p>ናይ ዕብየት ቻርት ኣካፍሊ</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ብዛዕባ ናይ ህጻንኪ ዕብየት ከመይ ይስምዓኪ፡ • (ሂምግሎቢን ትሑት እንተኾይኑ) ዶክተርኪ ብዛዕባ ናይ ህጻንኪ ሓጺን እንታይ ኢሉ ኣሎ፡ 	

ዕቅድ 9-11 አዋርሕ ናይ ግምገማ ሕቶታት

ናይ ካስኪይድታት (ተቐባባቢልቲ ነገራት) ሕቶታት	ሕቶታት (ደሚቕም ተጻሒፎም ዘለዉ ሕቶታት ግድን ተደለይቲ እዮም)
<p>ግምገማ ስድራቤት</p> <p><i>ስምዒ ከምኡ ድማ ነዚ ዝስዕብ ግምገማ</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • ከባብያዊ ተጋላጭነት ምትካኽ ትምባኽ • ግፍዒ ዘሕለፈት (ዝሓለፉ 6 አዋርሕ) (ኣብ ናይ Assigned Risk Factor (ዝተመደብ ናይ ስግኣተ-ሓደጋ ረጅሒ) ስክሪን ሕረዩ) 	<p>እዞም ዝቐጽሉ ውሑዳት ሕቶታት እዚአም ብዛዕባ ስድራቤትክን ካልእ ኣብ ዝህኹ ዝነበሩ ሰባትን እዮም። ፡ኣብ ዝሓለፉ ቁሩብ ሰሙናት ፤ ንስኹ ወይ ከዓ ህፃንኪ ኣብ ዝኾነ ዝተዓፀወ ቦታ (ኣብ ገዛ ፣ ኣብ ሙኪና ፣ ኣብ ስራሕ ወይ ኣብ ሙውዓሊ ህፃናት፣ ወዘተ) ተዓዲኹም ኔርኩም ዶ ካልእ ሰብ እናትከኽ ወይ እናተዓጠነ?</p> <p>ኣብ ገዛ ውሕስነት ናይ ዘይምህላው ስምዒት ተሰሚዑኪ ይፈልጥ'ዶ፣ ካብ መጽምድኹ ወይ ኣባል ስድራቤት ፍርሒ ተሰሚዑኪ ይፈልጥ ድዩ፣ ወሃብቲ ሕክምናዊ ኣገልግሎት ንተሳታፊ(ፍቲ)፣ ወሃቢ ክንክን ጥዕና 1 _____ ወሃቢ ክንክን ጥዕና 2 _____ ወሃቢ ክንክን ጥዕና 3 _____</p> <p>ዛዕባ WIC (ደወንስትዮ፣ ዕሽላትን ቆልዑን) ኣበይ ሰሚዕኪ፣ (ኣብ ናይ ፈለግ ምርግጋጽ ጥራይ ሕተት)</p>
<p>ኣመጋግባን ጥዕናን</p> <p><i>ስምዒ ከምኡ ድማ ነዚ ዝስዕብ ግምገማ</i></p> <p>ናይ ኣመጋግባ ስክፍታታት ከምዞም ዝስዕቡ ዝኣመሰሉ፦</p> <ul style="list-style-type: none"> • ምምጋብ ሽኩር-ዘለዎም መስተታት • ዘይእኹል መመላእታ ፎራይድ (>= 6 አዋርሕ) • ዘይእኹል መመላእታ ቪታሚን ዲ (< 400 IU (ዓለም-ለካዊ መዐቀኒ)) • ዘይግቡእ ምቕጣን ፎርሙላ (ምግቢ ህጻን) • ዘይግቡእ ወይ ዝያዳ መመላእታታት • ዘይግቡእ መመላእታ ንጸባ ጡብ/ፎርሙላ (ምግቢ ህጻን) • ዘይግቡእ ኣጠቓቕማ ጡጦ/ኩባያ • ናይ ዕብዩት/ምምጋብ ዝምድና ዘይምድጋፍ • ተመሪዞም ክህልዉ ተኸእሎ ዘለዎም ምግብታት • ዘይውሑስ ኣተሓሕዝ/ምኽዛን ጸባ ጡብ/ፎርሙላ (ምግቢ ህጻን) • ኣዘዩ ቀደይ ኣመጋግባ 	<p>ገለ ካብ ዝመጹ ልሙዳት ኣርእስታት ብዛዕባ ካብ ኩባያ ምስታይ፣ ናይ ስድራቤት ምግብታት ምትእትታው ከምኡ ድማ ናብ ጸባ ምስግጋር ዝብሉ እዮም። ብዛዕባ ናይ ምግቢ እዋናት ምስ ህጻንኪ ንገርኒ።</p> <p>ንህጻንኪ እንታይ ቪታሚናት ወይ መመላእታታት ትህብዮ፣ ብዛዕባ ምምጋብ ህጻንኪ ደስ ዝብለኪ ነገር እንታይ እዩ፣ ብዛዕባ እንታይ ዝያዳ ክትፈልጡ ምደለኹ።</p>
<p>ስነኣክባብያዊ-ማሕበራዊ</p>	<p>ናይ ኣማራጺ ስክሪን መዘኻኸሪ፣ እንተድኣ ዝኾነ ምእታው ኣብዚ ስክሪንዚ ተገይሩ፣ እቲ ናይ ኣካላዊ ንጥፈትን ከምኡ ድማ ናይ ቲቪ/ቪድዮ ምርኣይ ምውራድን ናይ ዕሽልን ቆልዓን መልሲ ይሓትት።</p>
<p>ዝተመደቡ ናይ ስግኣተ-ሓደጋ ረጅሒታት</p>	<p>ድሩት ናይ ምምጋብ ውሳኔታት ናይ ምሃብ ክእለት ዘለዎ ወሃቢ ክንክን ናይ ወላዲት ተጠቓምነት ሓሸሽ/ኣልኮላዊ መስተ (ኣብ እዋን ጥንሲ) እንተድኣ ዝኾኑ ስግኣተ-ሓደጋታት ዘይተለልዮም፣ እዚ ዝስዕብ መድቢ፣ ናይ ምምጋብ መምርሒታት ዘይተማልኡ እንተሃሊኹ</p>

ሕቶታት ግምገማ ቆልዓ

ናይ መጻኢ መግለጺ፣ ንነፍስ ወከፍ እዞም ዝስዕቡ ሕቶታት ንሓተን ኢና። እዚ ብዛዕባ ህጻንክን ብዛዕባ ስድራቤትክን ንኸፈልጥ ይሕግዘኒ።

ውሑዳት ሕቶታት ክንሓተኪ ጸገም ኣለዎ ድዩ፤

ናይ Cascades ሕቶታት	ሕቶታት (ደሚቕም ተጻሒፎም ዘለዉ ሕቶታት ግድን ተደለይቲ እዮም)
<p>ሓበሬታ ጥዕና</p> <p><i>ስምዒ ከምኡ ድማ ነዚ ዝስዕብ ገምገማ</i></p> <p>ናይ ጥዕና ጸገማት ከም፡</p> <ul style="list-style-type: none"> • ምጽልላዎት ድራግን መኣዛታት ምግብን • ናይ ምግብ ኣለርጂ/ዘይምቅብባል (ከቢድ ናይ ምግብ ጽልዋ) • ከስዑ-መዓንጣዊ ሕማም • ጀነቲካዊ/ተወርሶኣዊ ከምኡ ድማ መፈጠራዊ ሕማማት • ዘይተጻዋርነት ላክቶስ • ጸገም ናይ ኣፍ ጥዕና • ኣብ ቀረባ እዋን ዝነበሩ ዓቢ መጥባሕቲ፡ ኣካላዊ ነውጺ፡ ቃጽሎታት <p><i>ስምዒ ከምኡ ድማ ነዚ ዝስዕብ ገምገማ</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • ምምካናት 	<p>ናይ ህጻንኪ ናይ እዋን ሕርሲ ንውሓቱን ክብደቱን ክንደይ ነይሩ፤</p> <p>ቆልዓኺ ኣብ ከባቢ ናይ ሕርሲ ዕለትኪ ድዩ ተወሊዱ፤</p> <p>ናብ ናይ ቆልዓኺ ዶክተር ንመወዳእታ ግዜ ዝበጸሕክሉ መኣስ ነይሩ፤</p> <p>ናይ ቆልዓኺ ዶክተር ብዛዕባ ናቱ/ናቱ ጥዕና እንታይ ስክፍታታት ኣለውዎ፤</p> <p>እንታይ ስክፍታታት ኣለውኺ፤</p>
<p>ኣንትሮ/ላባራቶሪ</p> <p>ናይ ዕብዮት ቻርት ኣካፍሊ</p>	<p>ናይ ቆልዓኺ ዶክተር ብዛዕባ ናቱ/ናታ ዕብዮት እንታይ ኢሉ፤</p> <p>ናይ ቆልዓኺ ናይ ዕብዮት ቻርት ክትርእዩ ምደለኺ'ዶ፤</p> <p>ብዛዕባ ናይ ቆልዓኺ ዕብዮት ከመይ ይስምዓኪ፤</p> <p>(ሂምግሎቢን ትሑት እንተኾይኑ) ናይ ቆልዓኺ ዶክተር ብዛዕባ ናቱ/ናታ ሓጺን እንታይ ኢሉ ኣሎ፤</p>
<p>ግምገማ ስድራቤት</p> <p><i>ስምዒ ከምኡ ድማ ነዚ ዝስዕብ ገምገማ</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • ከባብያዊ ተጋላጭነት ምትካኽ ትምባኽ • ግፍዒ ዘሕለፈት (ዝሓለፉ 6 ኣዋርሕ) (ኣብ ናይ Assigned Risk Factor (ዝተመድበ ናይ ስግኣተ-ሓደጋ ረጃሒ) ስክሪን ሕረዩ) 	<p>እዞም ዝቐጽሉ ውሑዳት ሕቶታት እዚኦም ብዛዕባ ስድራቤትክን ካልእ ኣብ ገዛኺ ዝነበሩ ሰባትን እዮም። ኣብ ዝሓለፉ ቁሩብ ሰሙናት ፤ ንስኺ ወይ ከዓ ህፃንኪ ኣብ ዝኾነ ዝተዓፀወ ቦታ (ኣብ ገዛ ፣ ኣብ መኪና ፣ ኣብ ስራሕ ወይ ኣብ መውዓሊ ህፃናት፣ ወዘተ) ተዓዳኹም ኔርኩም ዶ ካልእ ሰብ እናትካኽ ወይ እናተዓጠነ?</p> <p>ኣብ ገዛ ውሕስነት ናይ ዘይምህላው ስምዒት ተሰሚዑኪ ይፈልጥዶ፤ ካብ መጽምድኺ ወይ ኣባል ስድራቤት ፍርሒ ተሰሚዑኪ ይፈልጥ ድዩ፤</p> <p>ወሃብቲ ሕክምናዊ ኣገልግሎት ንተሳታፊ(ፍቲ)፤</p> <p>ወሃቢ ክንከን ጥዕና 1 _____</p> <p>ወሃቢ ክንከን ጥዕና 2 _____</p> <p>ወሃቢ ክንከን ጥዕና 3 _____</p> <p>ዛዕባ WIC (ደወንስትዮ፡ ዕሸላትን ቆልዑን) ኣባይ ሰሚዕኪ፤ (ኣብ ናይ ፈለግ ምርግጽ ጥራይ ሕተት)</p>

ናይ Cascades ሕዳታት	ሕዳታት (ደሚቕም ተጻሒፎም ዘለዉ ሕዳታት ግድን ተደለይቲ እዮም)
<p>ኣመጋግባን ጥዕናን</p> <p><i>ስምዒ ከምኡ ድማ ነዚ ዝሰዕብ ገምግማ</i></p> <p>ናይ ኣመጋግባ ስክፍታታት ከምዘም ዝሰዕቡ ዝኣመሰሉ፦</p> <ul style="list-style-type: none"> • ምምጋብ ሽኩር-ዘለዎም መስተታት • ዘይእኹል መመላእታ ፎራይድ (> 6 ኣዋርሕ) • ዘይእኹል መመላእታ ቪታሚን ዲ (< 400 IU (ዓለም-ለካዊ መዐቀኒ)) • ዘይግቡእ መተካእታ ጸባ • ዘይግቡእ ወይ ዝያዳ መመላእታታት • ዘይግቡእ ኣጠቓቕማ ጡጡ/ኩባያ • ናይ ዕብዮት/ምምጋብ ዝምድና ዘይምድጋፍ • ቃሕታ ናይ ጥንስቲ • ተመሪዞም ከህልዉ ተኸእሎ ዘለዎም ምግብታት • ዝጎደለ-ስብሒ ወይ ስብሒ-ዘይብሎሉ ጸባ (12-23 ኣዋርሕ) • ኣዝዩ ቀያዲ ምግቢ 	<p>እዚ ወሃብቲ ከንክን መብዛሕትኡ ግዜ ብዛዕባ ናይ ቆልዕኦም ኣመጋግባ ሕዳታት ዝሃትሉ ግዜ እዩ።</p> <p>ብዛዕባ ናይ ቆልዕኺ ኣመጋግባ ከመይ ይስምዓኪ።</p> <p>ቆልዕኺ ብምኽንያት ኣለርጂታት/ዘይምቅብባላት ወይ ካልእ ምኽንያታት ክበልዎም ዘይክእል ዝኾኑ ምግብታት ኣለውዶ።</p> <p>ቆልዕኺ ብዛዕባ ምምጋብ ኣሕምልትን ፍሩታታትን ከመይ ይስምዎ/ዓ።</p> <p>ኣብ ንቡር መዓልቲ ቆልዕኺ እንታይ ይሰቲ።</p> <p>ንቆልዕኺ እንታይ ቪታሚናት ወይ መመላእታታት ትህብዮ።</p> <p>ብዛዕባ ናይ ቆልዕኺ ኣመጋግባ ዝያዳ ዘሓገዘኪ ነገር እንታይ እዩ።</p> <p>ካብ ናይ ቆልዕኺ ኣመጋግባ ሓደ ነገር ክትቅይሪ እንተትኸእሊ፡ እንታይ ምኾነ።</p> <p>ግምገማ ጥዕና</p> <p>ካብቲ መረጋገጺ ኣትሒዙ ኣብ ናይ ቆልዕኺ ጥዕና እንታይ ተቐይሩ ኣሎ (ነቲ ዕለት ጥቕስዮ)።</p> <p>ኣብ ናይ ቆልዕኺ ናይ ምምጋብ ወይ ኣካልዊ ንጥፈት እንታይ ተቐይሩ ኣሎ።</p> <p>ብዛዕባ ናይ ቆልዕኺ ጥዕና፡ ኣመጋግባ ወይ ኣካላዊ ንጥፈት እንታይ ስክፍታታት ኣለዉኺ።</p>
<p>ECO-SOCIAL (ስነኣክባብያዊ-ማሕበራዊ)</p>	<p>ናይ ኣማራጺ ስክሪን</p> <p>መዘኻኸሪ፡ ዝኾነ ምእታው ናብዚ ስክሪንዚ ምሕራይ Physical Activity (ኣካላዊ ንጥፈት) ከምኡ ድማ ምውራድ ናይ TV/Video Viewing (ምዕዛብ ቲቪ/ቪዲዮ) ይሓትት።</p>
<p>ዝተመደቡ ናይ ስግኣተ-ሓደጋ ረጅሒታት</p>	<p>ድሩት ክእለታት ንግቡእ ኣመጋግባ ወይ ናይ ኣመጋግባ ውሳኔ ንምውሳኔ</p> <p>እንተድኣ ዝኾኑ ስግኣተ-ሓደጋታት ዘይተለልዮም፡ እዚ ዝሰዕብ መድቢ።</p> <p>ናይ ምምጋብ መምርሒታት ዘይምምላእ ናይ ኣመጋግባ መምርሒታት ዘይምምላእ</p>