

## ክታብት አንጻር ኢንፍሎውንሳ

ብርቱዕ ኢንፍሎውንሳን ናይ ካብኡ ዝሰዕቡ ሕማማት ሓደጋን ከተወግድ ትደሊዶ? ምስቶም ጉጅለ ዘሰግኡ ሰባት ዲኻ? ካብ 65 ዓመት ንላዕሊ ዲኻ? እምበኣር ቅድሚ ናይዚ ዓመት ናይ ኢንፍሎውንሳ ቫይረስ ንበለኪኻ ዝኣቱ ክትከተብ ኣለካ። እዚ ክታብት ካብ ብርቱዕ ኢንፍሎውንሳን ተደረብቲ ሕማማት ንኣብነት ነድሪ ሳንቡእን ይከላኸል።

ኢንፍሎውንሳ ካብ ቫይረስ ዝሰዕብ ኮይኑ ኣዘዩ ተመሓላላፊ ድማ እዩ። እዚ ቫይረስ ብቐዳምነት ሓደ ዝሓመመ ሰብ ክስዕል ወይ ከህንጥስ ከሎ ብኣዩር ይዝርጋሕን ይላባዕን። እዚ ሕማም ኣብ ሸወደን ኣብ ወርሓት ሓጋይ እዩ ልሙድ። ልሙድ ኢንፍሎውንሳ ወቕታዊ ኢንፍሎውንሳ እውን ይጽዋዕ እዩ።

### ሓደ ሓደ ሰባት ብጽኑዕ ክሓሙ ይኸእሉ እዮም

እዚ ብቐዳምነት ብዕድመ ዝደፋእካ እንተ ኾንካ ወይ ሓደ ካብቶም ዘሰግኡ ሰባት እንተ ኾንካ ኢኻ በዚ ኢንፍሎውንሳ ብጽኑዕ ክትሓምም ትኸእል። ዳርጋ ኮሎም ብኢንፍሎውንሳ ዝሞቱ ልዕሊ 65 ዓመት ዝዕድሚኦም ወይ ሰዓር ሓደገኛ ሕማም ዘለዎም እዮም። ስለዚ ብቐዳምነት ጉጅለ ዘሰግኡ ሰባትን ብዕድመ ዝደፍኡን ዓመት-ዓመት ክኸተቡ ይምከሩ።

### ምስ ጉጅለ ዘሰግኡ ዘቐጽረካ

- ካብ 65 ዓመት ንላዕሊ እንተ ኾንካ
- ናይ ልቢ ወይ ሳንቡእ ሕማም እንተ'ለካ
- ልዑል ዓቕን ሸኮር ደም ዘለዎ ክትፍውሶ ዘጸግም ሕማም ሸኮር እንተ'ለካ
- ብኸልእ ምክንያት ዝተዳኸመ ናይ ረኽሲ ምክልኻል እንተ'ለካ
- ሕጻናዊ ናይ ጸላም ኸብዲ ወይ ኮሊት ሕማም እንተ'ለካ
- ምሒር ከሳዕ እንተ ኾንካ
- ናይ ምስትንፋስ ተግባር ዝትንክፍ መትናውን ጭዋዳውን ሕማም እንተ'ለካ
- ኣብ መወዳእታ ካልኣይ ክፋል ጥንሲ ነፍስ ጸር እንተ ኾንኪ
- ብዙሕ ዝዓይነቱ ስንክልና ዘለካ ቆልዓ እንተ ኾንካ

### ብዛዕባ እዚ ክታብት

ካብቶም ዝኸተቡ መብዛሕተኦም ካብ ኢንፍሎውንሳ ነጻ እዮም። ዋላ እንተ ሓመምካ እውን እቲ ክታብት ነቲ ሕማም የዝሕሎን፡ ልክዕ ከምቲ ከይተኸተብካ ትሓም ሕማም እውን ኣይትሓምምን።

መብዛሕተኡ ኣንጻር ኢንፍሎውንሳ ክታብት ካብ ናይ ደርሆ እንቋቋሖ እዩ ዝሰራሕ። ንእንቋቋሖ ደርሆ ሓሳሲያ እንተ'ለካ(ሰብነትካ ዘይቅበሎ እንተ ኾይኑ) ቅድሚ ዝኾነ ክታብት ንኣኪም ተወከስ።

### እቲ ክታብት ብኸምዚ ይትግበር፡-

ኣንጻር ኢንፍሎውንሳ ሓደ እዋን ትኸተብን ድሕሪ ሓደ ዓመት ይደገምን። እቲ ልሙድ ኣብ ላዕለዋይ ክፋል ኢድካ ኢኻ ትውጋእ። ንቐጻሪ ምስ ክሊኒክ ማእከል ጥዕና ርክብ ግበር።

ድሕሪ ክታብት ኣብ'ቲ ዝተኸተብካሉ ሓደ ሓደ ግዜ ቁሩብ ክቀይሕን ክሓብጥን ይኸእል እዩ። ቁሩብ ዝቐሰሰ ኾይኑ እውን ክስምዓካ ይኸእል እዩ። ሓደ ሓደ ግዜ ረስኒ ክገብርልካ ይኸእል እዩ። እቲ ጸገማት መብዛሕተኡ ግዜ ድሕሪ ቁሩብ መዓልታት ይጠፍእ እዩ።

### ክፍሊት

እዚ ክታብት 330 ክሮና ይኸፈሎ። 65 ዓመት መሊእካ እንተ ኾንካ ብነጻ እዩ።