ሓበሬታ ብዛዕባ ኮቪድ-19

ነቶም ናብ ሕቡራት መንግስታት ኣሜሪካ ሓደስቲ መጻእተኛታት ዝኾኑ ሰባት

ንምስማዕ ስማርት ቴለፎንካ ተጠቐምካ ስካን ግበር

መጠቓለሊ

ኮቪድ-19 ከቢድ ሕማም እዩ።

ንኻልኦትን ንገዛእ ርእስኻን ካብ ኮቪድ-19 ክትከላኸል ትኽእል ኢኻ።

ብዝበለጸ ንምክልኻል ናይ ኮቪድ-19 ክታበታት ውሰድ።

መርመራ ኮቪድ-19 ምግባር ንማሕበረሰብና ውሑስ ዝገብር እዩ።

እንተደኣ ሓሚምካ ኣብ ገዛኻ ጽናሕን መርመራ ግበርን።

ሕማምካ ከቢድ ናይ ምዃን ልዑል ተኽእሎ ዘለዎ እንተኾይኑ ናብ ወሃቢ ክንክን ጥዕናኻ ደውል።

ናብ ሕቡራት መንግስታት ኣሜሪካ ኣብ እትጎዓዘሉ ግዜ ውሕስነትካ ሓሉ።

ኣብ ሕቡራት መንግስታት ኣሜሪካ ኣገልግሎት ክንክን ጥዕና ክትረክብ ትኽእል ኢኻ።

ኮቪድ-19 ከቢድ ሕማም እዩ።

ኮቪድ-19 ከቢድ ሕማም እዩ።

ኮቪድ-19 ካብ ሰብ ናብ ሰብ ብኣየር ኣቢሉ ብዝመሓላለፍ ቫይረስ ዝመጽእ ሕማም እዩ። ኣብ ሕቡራት መንግስታት ኣሜሪካ ልዕሊ 1 ሚልዮን ዝኾኑ ሰባት ብሰንኪ ኮቪድ-19 ህይወቶም ዝሰኣኑ ኮይኖም፣ ክሳብ እዛ ዕለት ድማ ብዙሓት ሰባት መዓልታዊ በዚ ሕማም ይልከፉ ኣለዉ። ግዝኣታትንን ከባቢያዊ መንግስታትን ኮቪድ-19 ብዝምልከት ዝተፈላለዩ ሕግታት ክህልዉዎም ይኽእሉ እዮም።

እቲ ኣገልግሎት ዝህበካ ኣካያዲ ጉዳይካ ዝኾነ ሰራሕተኛ ኤጀንሲ ዳግመ-ምጥያስ ነቶም ን ኮቪድ-19 ዝምልከቱን ሓደሽቲ ሕግታን፣ ንነብስኻን ንስድራቤትካን ብውሕስነት ከመይ ክትዕቅብ ከምትኽእል ዝሕብር ሓበሬታን ኣብ ምርካብ ክሕግዘካ ይኽእል እዩ።

ኣብ ዝኾነ ሰዓት ብኮቪድ-19 ክትልከፍ ተኽእሎ ኣሎ፣ ዋላ ኣብ ጉዕዞ እንዳሃለኻ። ብኮቪድ-19 ክትሓምም ትኽእል ኢኻ፡ ፈጺምካ ዝሓመምካ ኮይኑ ዘይክስምዓካ ስለዝኽእል ድማ ዘይክትፈልጦ ትኽእል ኢኻ። እዚ ድማ ናብ ስድራቤትካ፣ የዕሩኽትኻን ማሕበረሰብን ብሓፈሻ ሓዊሱ ናብ ካልኦት ሰባት ክተመሓላልፍ ዘለካ ተኽእሎ ዓብዪ ይገብሮ።

እቲ ጽቡቕ ነገር ግን፣ ንገዛእ ርእስኻን ንኻልኦትን ክትከላኸል ዘኽእሉ ብዙሓት መገድታት ኣለዉ።

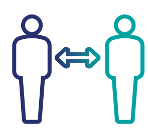
ንኻልኦትን ንገዛእ ርእስኻን ካብ ኮቪድ-19 ክትከላኸል ትኽእል ኢኻ።

ካብ ገዛኻ ርሒቕኻ ኣብ ትጎዓዘሉ ግዜ ኣፍንጫኻን ኣፍካን ብማስክ ሸፍን፡

- ኣብ ውሽጢ ገዛ ናይ ህዝባዊ ቦታታት ክትከውን ከለኻ ማስክ ምግባር ንነብስኻን ንኻልኦትን ካብ ኮቪድ-19 ክትከላኸል የኽእል እዩ።
- ማስክ ክትገብር ከለኻ፣ እቲ ቫይረስ ኣብ ኣየር እንተሎ እኳ ንውሽጢ ብምስትንፋስካ ናይ ምሕማም ተኽእሎኻ ኣዝዩ ውሑድ እዩ።
- ኮቪድ-19 ከም ሓመምካ ዘይክትፈልጦ ትኽእል ኢኻ ምኽንያቱ ኩሉ ሰብ ሕማም ስለዘይስምዖ። በዚ መሰረት ማስክ እንተ ጌርካ ነቲ ቫይረስ ናብ ካልኦት ናይ ምምሕልላፍ ተኽእሎኻ ዝነኣሰ ክኸውን ይገብሮ።
- ካብ ክፍሊት ናጻ ዝቐርቡ ማስክታት እንተሃልዩዎም ነቶም ኣብ ከባቢኻ ዝርከቡ መደበራት መድሓኒት ሕተቶም።

ማስክታት ዉጽኢታዊ ንኽኾኑ ብግቡእ ክግበሩ ኣለዎም።

- ነቲ ማስክኻ ኣብ ልዕሊ ኣፍንጫኻን ኣፍካን ግበሮ
- ኣየር ብላዕሊ ወይ ብጎኑ ከም ዘየልሕሑኽ ኣረጋግጽ
- ማስክ ብጽሩይ ኣእዳዉካ ልበስን ኣዉጽኣዮን
- ማስክኻ ኣብ ገጽካ ከሎ ኣይትተንክፎ
- ጨርቅኻ ወይ ካልእ ዳግማይ ክትጥቀመሉ እትኽእል መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን እንተወሓደ መዓልታዊ ኣጽርዮ
- ነቲ ተጠቒምካ ዝድርበ ማስክኻ ሓንሳእ ጥራይ ተጠቒምካ ጎሓፎ
- ርጥብ ዝበለ ወይ ረሳሕ መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ብኡንብኡ ብጽሩይ ደረቕ መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ተክኣዮ
- ነቶም ዕድሜኦም 2 ዓመትን ካብኡ ንላዕልን ዝኾኑ ህጻናት ማስክ ክገብሩ ምሃሮም።



ቦታን ርሕቀትን ወስኽ

ብኮቪድ-19 ንኸይትሓምም፡ ካብ ጽዑቕ ቦታታት ክትርሕቕ ወይ ኣብ መንጎኻን ኣብ መንጎ ካልኦትን ርሕቀት ክትሕሉ ከድልየካ እዩ።

ጽሩይ ኣየር ርኸብ

ኮቪድ-19 ካብ ኣብ ደገ ብዝበለጸ ኣብ ውሽጢ ገዛውቲ ኣብ መንጎ ሰባት ብቐሊሉ ይመሓላለፍ። ኣብ ደገ ግዜ ኣሕልፍ ወይ ድማ፣ ን መስኮታትን ናይ ኣየር መዝሓሊታትን ብምጥቃም ጽሩይ ኣየር ናብ ገዛ ክኣቱ ግበር።

ኣእዳውካ ኣዘውቲርካ ኣጽርይ

ብፍላይ ኣብ ህዝባዊ ቦታ ድሕሪ ምጽናሕካ፣ ኣፍንጫኻ ድሕሪ ምጽራይካ፣ ድሕሪ ምስዓልካ ወይ ምስ ኣሀንጠስካ ን ኣእዳውካ ኣዘውቲርካ ብማይን ሳሙናን ተጠቒምካ ን20 ሰከንድ ተሓጸብ። እንተዳ ኣእዳውካ ክትሕጸብ ዘይትኽእል ኮይንካ፣ ናይ ኢድ ሳኒታይዘር ምጥቃም ጽቡቕ ኣማራጺ እዩ።

ናይ ኮቪድ-19 ክታበታት ውሰድ

ብዝበለጸ ንምክልኻል ናይ ኮቪድ-19 ክታበታት ውሰድ።

ብሰንኪ ኮቪድ-19 ብኸቢድ ንከይትሓምምን ኣብ ሆስፒታል ንከይትድቕስን ዝሕግዘኻ ክታበታት ኣለዉ። ኣብ ከባቢ ኢድካ ዝወሃቡ ክታበታት ሰብነትካ ከመይ ኣቢሉ ን ከም ኮቪድ-19 ዝኣምሰሉ ሕማማት ክዋጋእ ከምዝኽእል ዘምህሩ እዮም። ናይ ኮቪድ-19 ክታበታት ንምጥቃሞም ውሑሳትን ኣብ ሕቡራት መንግስታት ኣሜሪካ ድማ ን በጽሒ፣ ህጻውንቲን ናጽላታትን ክቐርቡ ዝኽእሉ እዮም።

ክታበታት፡

- ውሑሳት እዮም፡ እቶም ክታበታት ነቶም ካብ ዝተፈላለዩ ናይ ዘርኢ፣ ብሄር፣ ዕድመን ኩነታት ጥዕናን ድሕረ ባይታታት ዝመጹ ሰባት ውሑሳት ምዃኖም ተረጋጊጹ እዩ። ብኮቪድ-19 ምሕማም ካብ ብሰንኪ ምውሳድ ክታበት ዝብርትዕ ሓደገኛ ሕልኽላኻት ከስዕብ ዝሰፍሐ ተኽእሎ ኣሎ። ክታበታት ኮቪድ-19 ነተን ነፍሰጾር ዝኾና ወይ ህጻን ዘጥቡዋ ኣደታት ውሑሳት እዮም።

- ውጽኢታውያን እዮም: ናይ ኮቪድ-19 ክታበታት ብዝግባእ ዝሰርሑ እዮም። መብዛሕትኦም እቶም ብሰንኪ ኮቪድ-19 ብኸቢድ ዝሓሙ ሰባት ክታበታቶም ግዜኦም ሓልዮም ዘይወሰዱ እዮም። ዋላ እንተ ሓመምካ፣ እቶም ክታበታት ዳርጋ ንኹሎም እቶም ነቶም ክታበት ዝወሰዱ ሰባት ብኸቢድ ንከይሓሙ ወይ ከይሞቱ ይከላኸሉ እዮም።

ገለ ሰባት ክታበቶም ምስ ወሰዱ ጎናዊ ሳዕቤናት ከጋጥሙዎም ይኽእሉ እዮም፡ ካብ 1-3 ንዝኾኑ መዓልቲታት ናይ ሕማም ስምዒት ክህሉ ንቡር እዩ። ጎናዊ ሳዕቤናት ማለት እቲ ሰብነትካ ኣንጻር እቲ ቫይረስ መከላኸሊ ይሃንጽ ኣሎ ማለት እዩ። እቶም ናይ ኮቪድ-19 ክታበታት ዝህቡዎም ረብሓታት ካብ’ቶም ክጋጥሙ ዝኽእሉ ጎናዊ ሳዕቤናት ኣዝዮም ዝዓብዩ እዮም።

ክታበታትካ እዋንካ ሓሊኻ ውሰድ

ቅድሚ ዳግመ-ምጥያስ ናይ ኮቪድ-19 ክታበታትካ ውሰድ

ናይ’ቶም ክልተ ግዜ ዝውሰዱ ክታበታት (ከም ሞደርና፣ ፋይዘር ወይ ኖቫክስ) ክልቲኡ ልክዒት ብምውሳድ፣ ወይ ድማ ናይ’ቶም ሓደ ግዜ ጥራሕ ዝውሰዱ (ከም ጆንሰንን ጆንሰንን) ሓደ ልክዒት ክታበት ብምውሳድ ናብ ሕቡራት መንግስታት ኣሜሪካ ኣብ እትጎዓዘሉ ግዜ ንገዛእ ርእስኻን ነቶም ኣብ ዙርያኻ ዝርከቡ ሰባትን ካብ ኮቪድ-19 ክትከላኸል ትኽእል ኢኻ። ክታበት ምውሳድ ካብ’ዚ ብተወሳኺ ኣብ ጉዕዞኻን ኣብ ዳግመ-ምጥያስን ምድንጓያት ከየጋጥሙኻ ይሕግዘካ እዩ።

መበራትዒ ክታበታት ብምውሳድ ካብ ኮቪድ-19 ንገዛእ ርእስኻ ሓሉ

ናይ ኮቪድ-19 ክታበታትካ እዋኖም ሓሊኻ ምውሳድ ኣዝዩ ኣገዳሲ እዩ። እንተደኣ ንኹሎም ክታበታትካ እዋኖም ሓሊኻ ትወስዶም ኮይንካ፣ ብሰንኪ ኮቪድ-19 ብኸቢድ ናይ ምሕማም፣ ኣብ ሆስፒታል ምድቃስ ወይ ናይ ምሟት ተኽእሎኻ ኣዝዩ ጸቢብ እዩ። እዋንካ ሓሊኻ ክታበት ምውሳድ ማለት፣ ክልቲኡ ልክዒታት ክታበት ምውሳድን፣ ንዝኾነ ክትወስዶ ዝምከር መበርትዒ ወይ ቡስተር ምውሳድን ማለት እዩ።

መበርትዒ/ቡስተር ክታበታት፡ ክታበታትካ ምሉእ ብምሉእ ድሕሪ ምውስድካ፡ ካብ ኮቪድ-19 ተሓሊኻ ንኽትጸንሕ ዝሕግዙ እትወስዶም ክታበታት እዮም። ነቲ ካልኣይ ልክዒት ናይ በዓል ክልተ ልክዒት ክታበታት(ሞደርና፣ ፋይዘር ወይ ኖቫክስ) ምስ ወሰድካ ወይ ናይ በዓል ሓደ ልክዒት ክታበት (ከም ጆንሰንን ጆንሰንን) ቀዳማይ ልክዒትካ ምስ ወሰድካ ድሕሪ ሒደት ኣዋርሕ እቲ ቡስተር ክትወስዶ ኣለካ።

መርመራ ኮቪድ-19 ምግባር ንማሕበረሰብና ውሑስ ዝገብር እዩ።

ናይ ኮቪድ-19 ምልክታት እንተለዉኻ ንምፍላጥ ሰብነትካ ተኸታተል። ክታበት ምስ ወሰድካ'ውን ብ ኮቪድ-19 ክትሓምም ተኽእሎ ኣሎ። ምልክታት ኮቪድ-19 ነዞም ዝስዕቡ ዘጠቓለሉ እዮም፡

- ሰዓል፣ ሕጽረት ትንፋስ ወይ ኣብ ምስትንፋስ ምጽጋም
- 100.4°F/38°C ወይ ልዕሊኡ ዝዓቀኑ ረስኒ
- ምሒር ድኻም ወይ ሓይሊ ምስኣን
- ነድሪ ጎሮሮ
- ነፋጥ ወይ ምዕባስ ኣፍንጫ
- ቃንዛ ጭዋዳታት ወይ ቃንዛ ሰብነት
- ተምላስ ወይ ውጽኣት
- ሕማም ርእሲ
- ሓድሽ ዝኾነ ናይ ምሽታትን ናይ ምስትምቓርን ክእለት ምስኣን

ናይ ኮቪድ-19ን ናይ ወቕታዊ ኢንፍሉዌንዛን (ጉንፋዕ)ን ምልክታት ኣዝዮም ዝመሳሰሉ እዮም።

ብ ኮቪድ-19፣ ጉንፋዕ ወይ ካልእ ናይ ሰዓል ቫይረስ ተለኺፍካ እንተኾንካ ክትፈልጦ ትኽእለሉ እንኮ መንገዲ መርመራ ምግባር እዩ።

ንስድራቤትካን ማሕበረሰብካን ካብ'ቲ ሕማም ንምሕላው መርመራ ግበር

ዋላ እውን እንተ ተኸቲብካ፡ COVID-19 ክሕዘካ ይኽእል እዩ፣ ዋላ ሓንቲ ሕማም ስለ ዘይስምዓካ ድማ ከም ዝሓዘካ ኽይትፈልጥ ትኽእል ኢኻ። መርመራ ብምግባርን ውጽኢትካ ክሳብ ትፈልጥ ድማ ካብ ካልኦት ሰባት ብምርሓቕን፣ ናይ ኮቪድ-19 ዝርግሐ ጠጠው ኣብ ምባልን ንማሕበረሰብካ ኣብ ምክልኻልን ክትሕግዝ ትኽእል ኢኻ። ዓበይትን ቈልዑን ህጻናትን ሓዊስካ ዝኾነ ይኹን ሰብ ክምርመር ይኽእል እዩ።

እዞም ዝስዕቡ ኩነታት እንተልዉ መርመራ ክትገብር ኣለካ፡

- ምልክታት እንተ ኣለዉኻ
- ኮሮና ምስ ዝሓሶ ሰብ ተራኺብካ እንተ ኔርካ
- ቅድምን ድሕርን ጉዕዞኻ
- ብዙሓት ሰባት ኣብ ዝርከቡሉ ገዛ ቅድሚ ምእካብን ድሕሪ ምእካብን
- ኣብ ቤት ትምህርቲ ወይ ኣብ ስራሕ ግዴታ እንተ ኾይኑ

ብዙሓት ቦታታት ኣገልግሎት መርመራ ይህባ

ኣብ ቤት ጽሕፈት ሓኪም፡ ኣብ ናይ ማሕበረሰብ መመርመሪ ቦታ፡ ኣብ ስራሕ፡ ኣብ ቤት ትምህርቲ ፡ ኣብ ፋርማሲ ክትምርመር ትኽእል ኢኻ። ብዙሓት ፋርማሲታት እውን ባዕልኻ ኣብ ገዛ ኽትገብሮ ትኽእል መመርመሪ ኣለወን። ብዛዕባ ኣብ ማሕበረሰብካ ዝርከቡ ካልኦት ናይ መርመራ ቦታታት ብዝምልከት ን IOM ወይ ነቲ ናይ ዳግመ-ምጥያስ ኤጀንሲኻ ሕተት።

እቲ መርመራ ብስቱር እዩ ዝትሓዝ

ናይ መንበሪ ወረቐትካ ወይ ህላወ ናይ ሕክምና መድሕንካ ወይ መለለዪ መንነትካ ብዘየገድስ ብስቱር ዝትሓዝ ምርመራ ክትገብር ትኽእል ኢኻ።

ምርመራ ቅልጡፍን ውሑስን እዩ

ንስኻ ባዕልኻ ወይ እቲ በዓል ሞያ ጥዕና ካብ ኣፍንጫኻ፡ ጎሮሮኻ፡ ወይ ጥፍጣፍካ ናሙና ክትወስዱ ትኽእሉ ኢኹም። ገለ መርመራታት ኣብ ውሽጢ ሒደት ደቓይቕ ውጽኢቱ ይፍለጥ እዩ፣ ገሊኡ ድማ ሓደ መዓልቲ ወይ ልዕሊኡ ዝኾነ ግዜ ክወስድ ይኽእል እዩ።

ኣብ ገዛኻ ጽናሕን መርመራ ግበርን

ውጽኢት መርመራ እናተጸበኻ እንተደኣ ሓሚምካ ወይ ናይ ኮቪድ-19 ውጽኢት መርመራኻ ኣወንታዊ ምስ ዝኸውን፣ ኣብ ገዛኻ ጽናሕ።

ነቲ ናይ መርመራ ውጽኢት ኣብ ምጽባይ እንዳሃለኻ ወይ ዝኾነ ናይ ሕማም ስምዒት ኣብ ዝስመዓካ ግዜ ናብ ስራሕ፣ ቤት ትምህርቲ ወይ ናብ ዝኾኑማሕበራዊ ንጥፈታት ከይከድካ ኣብ ገዛኻ ምጽናሕ፣ ንገዛእ ርእስኻ፣ ንስድራቤትካን ንማሕበረሰብካን ካብ'ዚ ሕማም ንምክልኻል ክትገብሮም ካብ እትኽእል ኣዝዮም ኣገደስቲ ጉዳያት እቲ ሓደ እዩ።

ዋላ እኳ ዝሓመምካ ኮይኑ እንተዘይተሰመዓካ ብኮቪድ-19 ምስ ትሓምም ነዚ ክትገብር ኣገዳሲ እዩ። ብዙሓት ሰባት ንናይ ኮቪድ-19 ምልክታት ኣብ ገዛኦም ክሕክሙ ይኽእሉ እዮም። ዝኾኑ መድሃኒታት ቅድሚ ምውሳድካ ነቲ ኣገልግሎት ዝህበካ በዓል ሞያ ጥዕና ኣዘራርብ።

መብዛሕትኦም ሰብ ሞያ ጥዕና ነዞም ዝስዕቡ ምኽርታት ይህቡ፡

- መጠን ረስኒ ንምቕናስ ከም ኣሲታሚኖፈን ወይ ኢቡፕሮፈን ዝኣምሰሉ መድሃኒታት ምውሳድ
- ሰብነትካ ነቲ ቫይረስ ክዋግኦ ንምሕጋዝ ንውሕ ንዝበለ ግዜ ዕረፍቲ ምግባር
- ካብ ካልኦት ርሒቕካ ኣብ ገዛኻ ምጽናሕን፣ ነቶም ኣብ ዙርያኻ ዝርከቡ ሰባት ካብ'ቲ ቫይረስ ንምሕላው ድማ ማስክ ምግባር።
- ብዙሕ ማይ ምስታይ
- ብዝበለጸ ምቾት ክስመዓካ ምእንቲ ናይ ሰዓል መድሓኒት ምውሳድ። ናይ ሰዓል መድሃኒታት ነቶም ዕድመኦም 6 ዓመትን ልዕሊኡን ዝኾኖም ቆልዑ ክወስዱዎም ውሑሳት እዮም።

ካብ ኮቪድ-19 ቀልጢፍካ ክትሓዊ ዝሕግዙኻ ካልኦት መድሃኒታት እኳ እንተሃለዉ፣ ብፍላይ ብከቢድ ናይ ምሕማም ተኽእሎኻ እናዓበየ ምስ ዝመጽእ፣ ቀልጢፍካ ነቶም መድሃኒታት ክትወስዶም ኣገዳሲ እዩ።

- እንተደኣ እቶም ናይ ኮቪድ-19 ምልክታትካ እንዳተጋደዱ ዝመጹ ኮይኖም፣ ነዞም መድሃኒታት ንምርካብ ናብ ሓኪምካ ወይ ናብ ፋርማሲስት ኪድ።
- ምስ'ቲ ሓኪም ንምዝርራብ ከም ተርጓሚ ዝኣምሰለ ሓገዝ ዘድለየካ እንተኾይኑ፣ ናብ'ቲ ናይ ዳግመ-ምጥያስ ኤጀንሲ ሰራሕተኛ ጉዳይካ ደውል።

ሕማምካ ከቢድ ናይ ምኳን ልዑል ተኽእሎ ዘለዎ እቅንተኮይኑ ናብ ወሃቢ ክንክን ጥዕናኻ ደውል።

እቶም ኣብ ታሕቲ ዝተገልጹ ውሱናት ጸገማት ዘለዉዎም ሰባት ብኮቪድ-19 ብኸቢድ ናይ ምሕማም ተኽእሎኦም ዝዓበየ እዩ።

እዚ ማለት እዞም ሰባት እዚኦም፡

- ኣብ ሆስፒታል ናይ ምድቃስ ተኽእሎኦም ዝዓበየ እዩ
- ጽኑዕ ክንክን ከድልዮም እዩ
- ከስተንፍሱ ንምሕጋዝ ቬንትሌተር ከድልዮም እዩ
- ዝዓበየ ናይ ምሟት ተኽእሎ ኣለዎም

እዚ ድማ ነዞም ዝስዕቡ ሰባት ዘጠቓልል እዩ፡

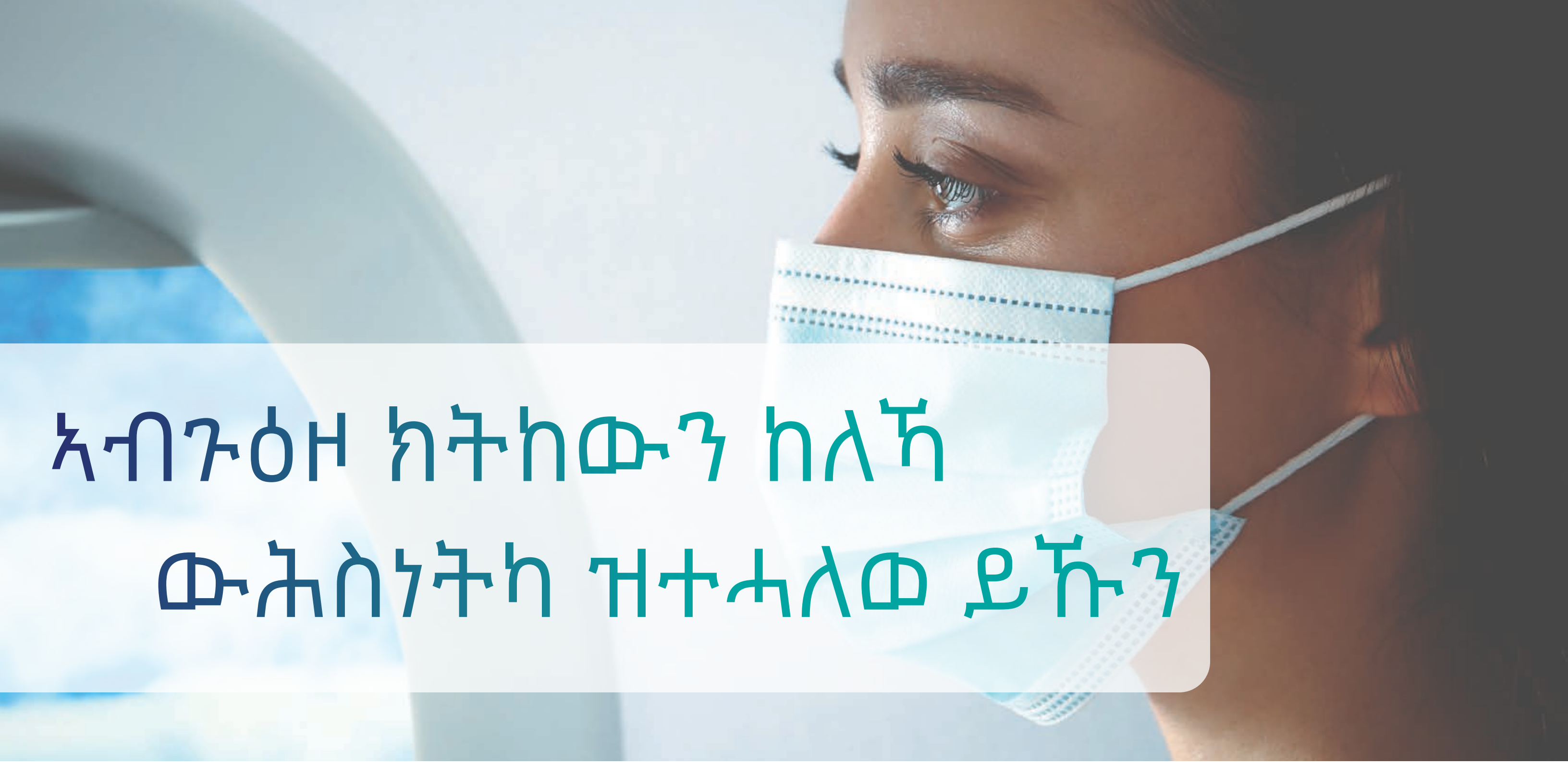
- ዕድመኦም 65 ዓመትን ልዕሊኡን ዝኾኑ
- ልዕሊ ዓቕን ክብደት ዘለዎም
- ጥኑሳት
- ሕማም ሽኮርያ ዘለዎም
- ከም ናይ ልቢ ድኻም፣ ሕማም ኮሮናሪ ኣርተሪ፣ ካርዲዮማዮፓቲስ፣ ወይ ልዑል ጸቕጢ ደም ዝኣመሰሉ ጸገማት ዘለዉዎም
- ከም COPD (chronic obstructive pulmonary disease)፣ ኣስሚ (ካብ ማእኸላይ ክሳብ ከቢድ)፣ኢንተርስቲሽያል ሕማም ሳንቡእ፣ ሲስቲክ ፊብሮሲስን ከምኡ ድማ ፑልሞናሪ ልዑል ጸቕጢ ደም ዝኣመሰሉ ናይ ሳንቡእ ጸገማት ዘለዉዎም
- ከም ካንሰር፣ ሕዱር ሓማም ጸላም ከብዲ፣ ሕዱር ሕማም ኩሊት፣ ሕማም ሲክል ሴል፣ ኤች ኣይ ቪ፣ ወይ ዝተዳኸመ ክእለት ምክልኻል ሕማም ሰብነት ዝኣመሰሉ ካልኦት ጸገማት ዘለውዎም
- ከም ሴሬብራል ፓልሲ ዝኣመሰሉ ናይ ኒይሮ ዴቬሎፕመንታል ጸገማት(ጸገማት ስርዓተ መትኒ) ዘለውዎም
- ከም ትራኪዮስቶሚ፣ ጋስትሮስቶሚ፣ ወይ ፖዘቲቭ ፕሬዠር ቬንቲሌሽን ዝኣምሰሉ ናይ ሕክምና ናውቲ ኣብ ውሽጢ ነብሶም ዝርከቦም ሰባት

እንተዳ ካብ'ዞም ዝተጠቐሱ ኩነታት ሓዲኦም ኣለዉኻ ኮይኖም እሞ ብኮቪድ-19 እንተ ተለኺፍካ፣ ናብ ሓኪምካ ደውል። ክትሓዊ ዝሕግዘካ መድሃኒት ክህቡኻ ይኽእሉ እዮም ነገር ግን ነቲ መድሃኒት ቀልጢፍካ ምውሳድ ምጅማር ኣገዳሲ እዩ።

ኣብ ህጹጽ ኩነታት

እንተድኣ ካብ'ዞም ዝስዕቡ ከበድቲ ምልክታት ሓዲኦም ኣለዉኻ ኮይኖም፣ ቀልጢፍካ ብ 9-1-1 ብምድዋል ህጹጽ ኣገልግሎት ጥዕና ክትረክብ ፈትን ወይ ናብ ናይ ህጹጽ ሕክምና ማእከል ወይ ናይ ሆስፒታል ክፍሊ ህጹጽ ሕክምና ክትከይድ ፈትን።

- ናይ ምስትንፋስ ጸገም
- ቀጻሊ ዝኾነ ቃንዛ ወይ ጸቕጢ ኣፍ-ልቢ
- ምድንጋር
- ምትሳእ ዘይምኽኣል ወይ ነቒሕካ ምጽናሕ ዘይምኽኣል
- ኣብ ናይ ቆርበት ሕብሪ ለውጥታት ምህላው



ኣብ ጉዕዞ ክትከውን ከለኻ ውሕስነትካ ዝተሓለወ ይኹን

ናብ ሕቡራት መንግስታት ኣሜሪካ ኣብ እትጎዓዘሉ ግዜ ውሕስነትካ ሓሉ።

ቅድሚ ነቲ ጉዕዞ ምጅማርካ

- ናብ'ቲ ናይ ጥዕና ኣገልግሎት ዝህበካ በዓል ሞያ ጥዕና ኪድን ናይ ናይ ኮቪድ-19 ክታበታትን መዛግብቲ መርመራን ዘጠቓልል ናይ ሕክምና መዛግብትኻ ኣዳልውን።
- ናይ'ቶም ብስሩዕ እትወስዶም መድሃኒታት ናይ 12 ሰሙን ዝኸውን ቀረብ ተቐበል።
- ብዛዕባ ናይ ኮቪድ-19 ክታበታትን ናይ መበራትዒ/ቡስተር ኣማራጺታትን ምስ'ቲ ናይ ጥዕና ኣገልግሎት ዝህበካ በዓል ሞያ ተዘራረብ።

ኣብ እዋን ጉዕዞ

- ክታበት እንተወሰድካ'ውን ኣብ መዕርፎ ነፈርቲ፣ ነቑጣታት፣ ኣብ ናይ ህዝቢ መጎዓዝያን ማስክ ግበር።
- ኣእዳውካ ኣዘውቲርካ ተሓጸብ ወይ ብኣልኮል ዝተዳለወ ናይ ኢድ ሳኒታይዘር ተጠቀም።
- ኣብ እዋን ጉዕዞ ሕማም እንተተሰሚዑካ ን IOM ወይ ን ናይ መገዲ ኣየር ሰራሕተኛ ኣፍልጥ።

ድሕሪ ጉዕዞ ምዝዛም

- ድሕሪ ጉዕዞ ኣብ ዘለዋ ካብ 3-5 ዝኾና መዓልትታት መርመራ ግበር፣ ዝኾኑ ናይ ኮቪድ-19 ምልክታት ከይህልዉኻ ድማ ተኸታተል።
- ነቶም ዘድልዩ ክታበታት እዋንካ ሓሊኻ እንተዘይወሲድካ፣ ብዛዕባ ናይ ኮቪድ-19 ክታበታትን ናይ መበራትዒ ኣማራጺታትን ንወሃቢ ክንክን ጥዕናኻ ወይ ናይ ዳግመ-ምጥያስ ኤጀንሲ ሰራሕተኛ ጉዳይካ ሕተት።

ዝያዳ ሓበሬታ ኣብ ኦንላይን ርኸብ።

ብዛዕባ ኮቪድ-19 ዝያዳ ሓበሬታ ብቛንቃኻ ንምርካብ ኣብhttps://nrcrim.org/translations ተወከስ።

ኣብ ሕቡራት መንግስታት ኣሜሪካ ኣገልግሎት ክንክን ጥዕና ክትረክብ ትኽእል ኢኻ።

ናይ ዳግመ-ምጥያስ ትካልካ ኣብ ወረቓቕትኻ ክሕግዘካ እዩ እዚ ድማ ንሕክምና ጥዕና ክትከፍልን ኣብ ኣመሪካ ናይ መጀመርታ ቆጸራ ክንክን ጥዕናኻ ንምድላውን ክሕግዘካ እዩ።

ናብ'ዚ ቆጸሮ እዚ ክትመጽእ እንከለኻ ንኹሎም ናይ ሕክምናን ናይ ክታበትን መዛግብትኻ ሒዝካ ምጻእ።

መደበር መድሃኒታት፣ ናይ ሓኪም ቤት-ጽሕፈታት ወይ ክሊኒካትን ሆስፒታላትን ናይ ጥዕና ክንክን ክትረኽበሎም ትኽእለሎም ቦታታት እዮም።

- እቲ ሕማምካ ንእሽተይ ወይ ብዝውቱር ዘጋጥም ዓይነት እንተኾይኑ፣ ናብ መደበር መድሃኒት ብምኻድ ኣብ ገዛኻ ኮይንካ ክትሕከመሉ ትኽእለሉ መድሓኒት ዓድግ። ነቲ ፋርማሲስት ነቲ ዘለካ ጸገም ግለጸሉ፣ ንሱ ድማ ነቲ ቅኑዕ ዝኾነ ሕክምና ኣብ ምምራጽ ክሕግዘካ እዩ።
- ንሕማምካ ኣብ ገዛኻ ክትሕክሞ እንተዘይክኢልካ፡ ናብ ቤት ጽሕፈት ሓኪም ወይ ክሊኒክ ምኻድ ኣብ ግምት ኣእቱ።
- ሕክምናዊ ህጹጽ ኩነታት እንተሃልዩካ፡ ናብ 9-1-1 ደውል ወይ ናብ ማእከል ህጹጽ ክንክን ወይ ክፍሊ ህጹጽ ረድኤት ሆስፒታል ኪድ።

ገሊኦም መድሃኒታት ናይ ሓኪም መኣዘዚ የድልዮም እዩ፣ ካልኦት ድማ ኣየድልዮምን።

መኣዘዚታት መድሃኒት ኣብ ፋርማሲ ዘድልየካ መድሃኒት ክትገዝእ ምእንቲ ሓካይም ክህቡኻ ዝኽእሉ ፍሉያት ፍቓድ እዮም። ብዙሓት መድሃኒታት ብዘይ ናይ ሓኪም መኣዘዚ ክርከቡ ይኽእሉ እዮም፣ ገሊኦም ግን ብዘይ ናይ ሓኪም መኣዘዚ ክዕደጉ ኣይኽእሉን እዮም።

ነቲ ኣብ ሕቡራት መንግስታት ኣሜሪካ ዝህልወካ ፈላማይ ወርሒ ጻንሒት ዝኾኑኻ እኹል መጠን መድሃኒታት ዘይብልካ እንተኾይንካ፣ ን IOM (ወይ ኣብ ሕቡራት መንስታት ኣሜሪካ ዘለኻ እንተኾይንካ ነቲ ናይ ዳግመ-ምጥያስ ኤጀንሲኻ) ሓብሮም።

እቲ ኣብ ሕቡራት መንግስታት ኣሜሪካ ዝቐርብ ክንክን ጥዕና ዋጋኡ ክቡር ክኸውን ይኽእል እዩ፣ ይኹን እምበር ናይ ክፍሊት ኣማራጺታት ኣለዉ።

መንግስታዊ መደባት ስደተኛታት ንመጀመርታ ግዜ ምስ መጹ፡ ከምኡ'ውን ንመደባት ብቑዓት ዝኾኑ ትሑት ኣታዊ ዘለዎም ሰባት ወጻኢታት ክንክን ጥዕና ይኸፍሉ። ካልኦት ሰባት ድማ ነቶም ናይ ጥዕና ክንክን ወጻኢታቶም ንምሽፋን ኣብ'ቶም ናይ ውልቂ ናይ ጥዕና መድሕናት ይምርኮሱ።

ክንክን ጥዕና ብቋንቋኻ ናይ ምርካብ መሰል ኣለካ።

ኣብያተ ጽሕፈት ሓካይምን ክሊኒካትን ምስቶም ሰራሕተኛታት ሕክምና ንክትዘራረብን ክትረዳዳእን ክሕግዙኻ ዝኽእሉ ተርጐምቲ ኣለዉዎም። ብዛዕባ ሕማምካ ወይ ትወስዶ ሕክምና ዘይተረደኣካ ጉዳይ እንተሎ፣ ነቲ ናይ ሕክምና ሰራሕተኛ ሕተቶ።

ክንክን ጥዕና ናይ ብሕቲ እዩ።

ሓኪምካ፡ ክሊኒክካ ወይ ፋርማሲኻ ብዘይ ፍቓድካ ብዛዕባ ክንክን ጥዕናኻ ንዝኾነ ሰብ - ዋላ ንስድራቤትካ - ሓበሬታ ከካፍል ኣይክእልን እዩ።

ሓገዝ ኣበይ ምርካብ ይከኣል።

ሕቶታት እንተሃልዩካ ወይ ኣብ ዝኾነ ነገር ሓገዝ ምስ ዘድልየካ ናብ ናይ ወሃቢ ክንንካ ናይ ዳግመ-ምጥያስ ትካል ሰራሕተኛ ጉዳይ ደውል። ናይ ርክብ ሓበሬታኦም ኣብ ታሕቲ መዝገብ።

ናይ በዓል ሞያ ጥዕና ናይ ርክብ ሓበሬታ

ስም: ______________________________

ቁጽሪ ቴለፎን: __________ - __________ - __________

ሓበሬታ ርክብ ናይ ዳግመ-ምጥያስ ኤጀንሲ ሰራሕተኛ ጉዳይ

ስም: ______________________________

ቁጽሪ ቴለፎን: __________ - __________ - __________

ብዛዕባ ኮቪድ-19 ዝያዳ ሓበሬታ ብቋንቋኹ ንምርካብ ኣብhttps://nrcrim.org/translations ተወከስ።