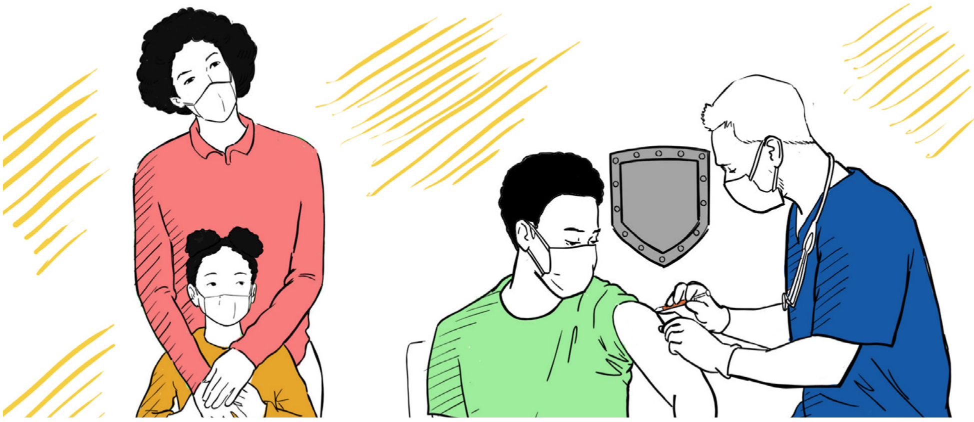
ክታታት ህይወት ሰብ የድሕኑ



ክታበታት ጥዕናና ዝተሓለወ ክኸውን ይገብሩን ህይወት ሰብ የድሕኑን እዮም።

ኣብ ሕቡራት መንግስታት ኣሜሪካ ኣብ ገለ ግዜያት ናይ ክታበት ምውሳድ መረጋገጺ ክሕተት ይኽእል እዩ። ን ኣብነት፥ ደቅኻ ናብ ቤት ትምህርቲ ኣብ እትሰደሉ እዋን። ወይ ድማ ኣብ ገለ ስራሓትን ኣብ ናይ ስደተኛነት መመልከቲታትን።

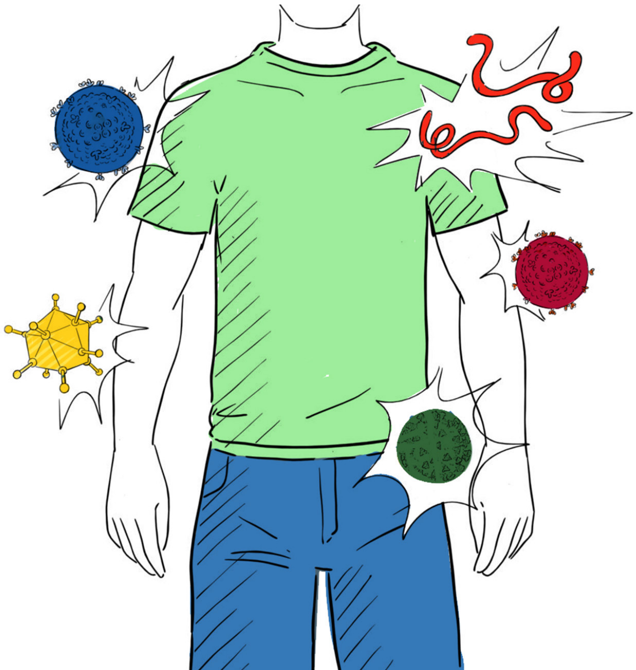
ክታበታት ክወሃቡ ካብ ዝጅምሩ ኣማኢት ዓመታት ዝገበሩ እዮም። ክታበታት ካብ ብዙሓት ከበድቲ ሕማማት፡ ን ኣብነት ካብ ሕማም ንፍዮ/ሚዝልስ፡ ፖሊዮ፡ ፍሉ፡ ኮቪድ-19ን ካልኦትን ሕማማት ዝከላኸሉልና እዮም።

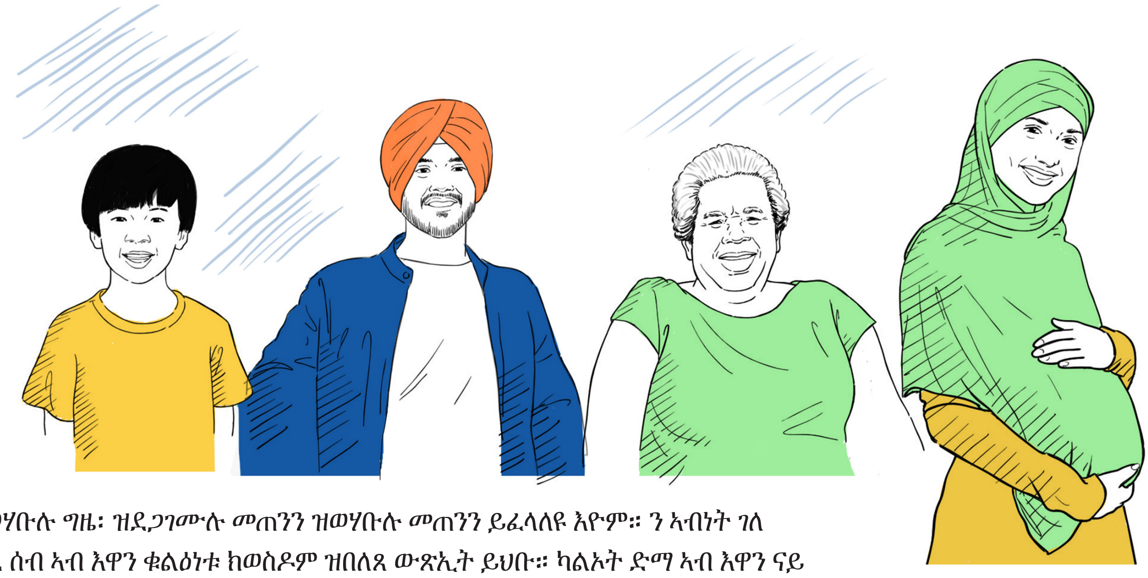
ክታበታት ካብ ዝኾነ ሕክማናዊ ምህዞ ብላዕሊ ህይወት ሰባት ኣድሒኖም እዮም።

ክታበታት ብኸመይ እዮም ዝሰርሑ?

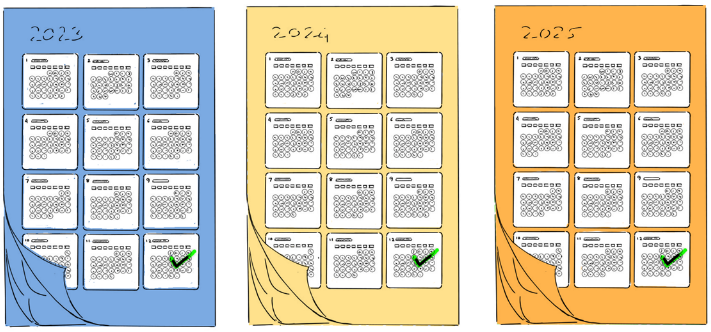
ክታበታት ውሑሳትን ሕማም ዝከላኸሉን እዮም። እቲ ናይ ሰብነትካ ስርዓት ምክልኻል ሕማም ከም ባክቴሪያን ቫይረስን ዝበሉ ሕማም ዘምጽኡ ጀርምታት ንኸፈሊ ዘዳልዉዎ እዮም።

ክታበት እቲ ጀርም ኣብ ልዕሊ ሰብነትካ ሕማም ቅድሚ ምስዓቡ ኣብ ቀጻሊ ከጋጥም ዝኽእል ረኺሲ ከመ ኣቢሉ ክዋጋእ ከም ዝኽእል ዘምህሮ እዩ። እዚ ማለት ልክዕ ሓደ ቆልዓ ምጽሓፍን ምንባብን ከም ዝመሃሮ፡ እቲ ናይ ሰብነትካ ስርዓት ምክልኻል ሕማም እወን ካብ ሕድሕድ ክታበት ዘለው ዝርዝር ሓበሬታታት የንብብን ይመሃርን እዩ።





ክታበታት ዝወሃቡሉ ግዜ፡ ዝደጋገሙሉ መጠንን ዝወሃቡሉ መጠንን ይፈላለዩ እዮም። ን ኣብነት ገለ ክታበታት ሓደ ሰብ ኣብ እዋን ቁልዕነቱ ክወስዶም ዝበለጸ ውጽኢት ይህቡ። ካልኦት ድማ ኣብ እዋን ናይ በጽሒ፡ ሽምግልና ወይ ጥንሲ ክውሰዱ ይምረጽ። F



ገለ ክታበታት ድማ ሓንሳብ ጥራሕ እዮም ዝውሰዱ። ካልኦት ከም ናይ ፍሉ ሾት ዝበሉ ድማ በቢዓመቱ ክውሰዱ ኣለዎም።

ናብ ሓደ ዝተፈለየ ቦታ ክትከድ እንከለኻ ዝውሰዱ ክታበታት እውን ኣለዉ።

ብዛዕባ ክታበታት ሕቶታት ኣለዉኻ?

ምስ'ቲ ናይ ጥዕና ክንክን ዘቕርበልካ ኣካል ተዘራረብ። ንስኻን ስድራቦኣትካን ኣየኖት ክታበታት ከም ዘድልዩኻ ብዝምልከት ብዝበለጸ ከማኽሩኻ ይኽእሉ እዮም።

ዘክር፥ ክታበታት ውሑሳት፡ ስሉጣትን ህይወት ዘድሕኑን እዮም። ብዙሓት ሕብረተሰባት ን ኽታበታት ከም ምልክት ተስፋ መጻኢ ገይሮም ይርእዩዎም። ህይወት ገዛእ ርእስናን ህይወት ናይ እቶም እንፈትዎምን ንምክልኻል ዘኽእል ብሉጽ መገዲ ክታበት ምውሳድ እዩ። ሎምዓንቲ ምስ ናይ ሕክምና ዶክተርካ ተዘራረብ።

NRC-RIM
National Resource Center for Refugees, Immigrants, and Migrants

CORE
Cultural Orientation Resource Exchange

INTERNATIONAL RESCUE COMMITTEE

Cultural Orientation Resource Exchange
For more information, visit Settle In at **settleinus.org**.