ካብ ሕማም ንፍዮን፣ ዕንፍሩርን ሩቤላን፣ ንነብስኻ ተከላከል

ክታበት MMR

እዚ ክታበት ካብ እንታይ ይከላኸል፤ እዚ ሰለስተ ኣብ ሓደ ዝተዋሃሃደ ክታበት ኮይኑ ካብ ሰለስተ ቫይራላዊ ረኽሲታት ማለት ዕንፍሩር፣ ዕንፍሩርን ሩቤላን ዝከላኸል እዩ.

- **ንፍዮ :** ሕማም ንፍዮ ዘለዎ ሰብ ክሰዕል ወይ ክህንጥስ ከሎ ብቐሊሉ ብኣየር ዝዝርጋሕ ቫይረስ እዩ። ምልክታት ከም ልዑል ረስኒ፡ ሰዓል፡ ጸረርታ ኣፍንጫ፡ ምቅያሕ ዓይኒ፡ ከስዕቡ ይኽእሉ። ሳሕቲ ከበድቲ ሕሙማት ከም ረኽሲ ማእከላይ እዝንን ሳንቡእን ምሕባጥ ሓንጎልን ጸገማትን፡ ምጽማም፡ ከምኡ ድማ ክሳብ ሞት ከስዕብ ይኽእል።
- **ማምፕስ (Mumps)፤** ብሰዓል፡ ብምህንጣስ ወይ ምስ ምራቕ ናይቲ ዝተለኽፈ ሰብ (ንኣብነት ብምስዓም ወይ መጻወቲ ብሓባር ብምጥቃም) ዝዝርጋሕ ቫይረስ እዩ። ሰዓል፡ ሕማም ርእሲ፡ ሕበጥ ጽክታት ኣብ ከባቢ መንጋጋኻ፡ ሕበጥ ማህደረ እንቓቕሑ፡ ከምኡ'ውን ምጽማም ከስዕብ ይኽእል።
- **ሩቤላ (ካብ ሕማም ንፍዮ ዝተፈልየ)፤** ብሰዓል ወይ ብሕንጥስ ብዝዝርጋሕ ቫይረስ ዝመጽእ እዩ። ሰዓል፡ ቃንዛ ጎሮሮ፡ ሕበጥ ጽክታት ክሳድ፡ ረስኒ፡ ልዕል ዝበለ ዕንፍሩር፡ ቃንዛ፡ ሕበጥ መላግቦታት ከስዕብ ይኽእል። ሩቤላ ኣብ እዋን ጥንሲ ምንጻል ወይ ስንክልና ዘለዎ ዕሸል ከስዕብ ይኽእል።

እዚ ክታበት መን ክወስዶ ኣለዎ፤

12 ኣዋርሕ ዝዕድሚኦም ህጻናት፡ ውሁድ ክታበት ንፍዮ፡ ማምፕስን፡ ሩቤላን ቫሪሰላን (MMR-Var) ዘይወስዱ ዕሸላት (6-11 ወርሒ) መተካእታታ ኣካላት ዝገበረሎም ወይ ድማ ልዑል ሓደጋ ሕማም ንፍዮ ዘለዎም ምስዝከኑ፡ ገለ ዓበይትን ህጻናትን መዝገብ ክታበት ዘይብሎም፡ እቲ ክታበት : ንፍዮ ወይ ሩቤላ ክወስድዎ ከም ዘለዎም ዝምከር ዘርኢ ምስዝከዉን ነዚክታበትክወስድዎ ይክእሉ።

እዚ ክታበት መን ክወስድ የብሉን፤ ሓደ ሰብ ነዚ ክታበት ክወስድ ዘይግባእ፡

- ንዝኾነ ኣካል ናይቲ ክታበት ኣለርጂ እንተሃልዩካ፡
- ድሕሪ እዚ ክታበት ወይ ከምኡ ዝኣመሰለ ክታበት ከቢድ ወይ ዘይተለምደ ጎናዊ ሳዕቤናት ኣጋጢምካ ምስዝፈልጥ፡
- ናይ ጥዕና ጸገም እንተሃልዩካ ወይ ናይ ምክልኻል ዓቕሚካ ዝደዳከመ ምስዝክውን፡
- ኣብ ዝሓለፉ 11 ኣዋርሕ ደም ተተኪኢካ ምስዝነብር፡
- ነፍሰጾር ምስትከዉን፡

ሳእዚ ክታበት እንታይ ጎናዊ ሳዕቤናት ኣለዎ፤

እቶም ጎናዊ ሳዕቤናት ልኡማትን ግዝያውያንን እዮም፡ እንተኾነ ግን ክታበት ምስ ወሰድካ ክሳብ 6 ሰሙን ክረኣዩ ይኽእሉ። ኣብቲ መርፍእ ዝተወግአሉ ቦታ ምቕያሕ:ሕበጥ:ቃንዛ፡ ብኽያት፡ ድኻም፡ ቁጥዐ፡ ረስኒ፡ ድኹም ሸውሃት ምግቢ፡ ዕንፍሩር ከጠቓልል ይኽእል። ኣብቲ መርፍእ ዝተወግአሉ ቦታ ዝሑልን ርጥብን ጨርቂ ብምቕማጥ ወይ ድማ ከም ኢቡፕሮፈን ወይ ኣሰታሚኖፈን ዝኣመሰሉ መድሃኒታት ብምውሳድ ንረስኒ ወይ ቃንዛ ከተግድሎ ትኽእል።.

ዝኾነ ተወሳኺ ሕቶታት ምስ ዝህልወኩም ወይ ብዛዕባ ክታበትኩም መደብ ክትገብሩ ምስ እትደልዩ፡ ክትገብሩ እትኽእሉ፡

- ናብ ሄልዝ ሊንክ (Health Link) 811 ደውሉ፡
- ናብ መስመር ቴሌፎን AIMGA's Multilingual Health Hub for Newcomers 1-587-392-8062 ደዉሉ፡
- ናብ ሓኪም ስድራቤትኩም ወይ ናብ ፕራይሜሪ ኬር ኔትወርክ(primary care network)ተወከሱ፡
- ናብ ሕክምናዊ ኣገልግሎት ዝወሃቦ ዝሕብሩ ሞያውያን ሓገዝ ንምርካብ ኣብዚ ሊንክ ብምጥዋቕ booking.aimga.ca ቆጸራ ሓዙ

AIMGA Alberta International Medical Graduate Association
19 TO ZERO UNITED AGAINST COVID-19
Financial contribution:
Public Health Agency of Canada
Agence de la santé publique du Canada
ACTION 4 HUMANITY DEVELOPMENT FOUNDATION CREATING BRIGHTER FUTURE