የካብ ሕማም ንፍዮን፣ ዕንፍሩርን ሩቤላን፣ቫሪሰላን ንነብስኻ ተከላከል

ክታበት MMR-Var

እዚ ክታበት ካብ እንታይ ይከላኸል፧

እዚ ሰለስተ ኣብ ሓደ ዝተዋሃሃደ ክታበት ኮይኑ ካብ ሰለስተ ቫይራላዊ ረኽሲታት ማለት ንፍዮ፡ ማምፕስን፡ ሩቤላን ይከላከል።

- **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 እንቃቅሖ፡ 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።
- **ቫሪሰላ (ፍሮማይ):** ሰዓልን ረስኒን ከምኡ ዉን ንኣሸቱ ማይ ዝመልኡ ፍሮማይ ከስዕብ ዝኽእል እዩ። ብሰዓል፡ ብምህንጣስ ወይ ድማ ነቲ ክፉት ፍሮማይ ብምትንካፍ ብኣየር ብቐሊሉ ይመሓላለፍ። ፍሮማይ ሓሚምካ ምስትነብር፡ እቲ ቫይረስ ኣብ ኣካላትካ ብምጽናሕ ድሕሪ ግዜ ንጡፍ ይከዉን ሞ ናብ ሽንግልስ (ቡርቱዕ ቃንዛ ዘለዎ ቁጥዐ ቆርበት) ክምዕብል ይኽእል።

እዚ ክታበት መን ክወስዶ ኣለዎ፧

- ከም ኣካል ናይቲ ስሩዕ ክታበት፡ ህጻናት ካብ ዕድመ 12 ኣዋርሕ ጀሚሮም ክሳብ 12 ዓመት ዘለዉ ነዚ ክታበት ክወስዱዎ ይክእሉ። መብዛሕትኡ ግዜ 2 ዶዝ (ኣብ 12ን 18ን ወርሒ) ይውሰድ።
- ናይ 18 ወርሒ ዶዝ እንተዘይረኺቦም ኣብ 4 ዓመት ዕድሚኦም ካልኣይ ዶዝ ክወስዱ ይኽእሉ።

እዚ ክታበት ክወስድዎ ዘይብሎም፧

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፡

እዚ 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 : ወይ ቫሪሰላ ዝመስል ዕንፋሩር (ፍሮማይ) ከጠቓልል ይኽእል። ውላድካ ቫሪሰላ ዝመስል ዕንፋሩር እንተ ኣጋጢምዎ ኣብ ጥቃ ነፍሰጾራት፡ ሓደስቲ ዝተወልዱ ህጻናትን፡ ዝተዳኸመ ስርዓተ ምክልኻል ኣካላት ዘለዎም ሰባት ኣይተቅርቦ ወይ ነቲ ፍሮማይ ሸፈኖ። 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 ብምጥዋቅ 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