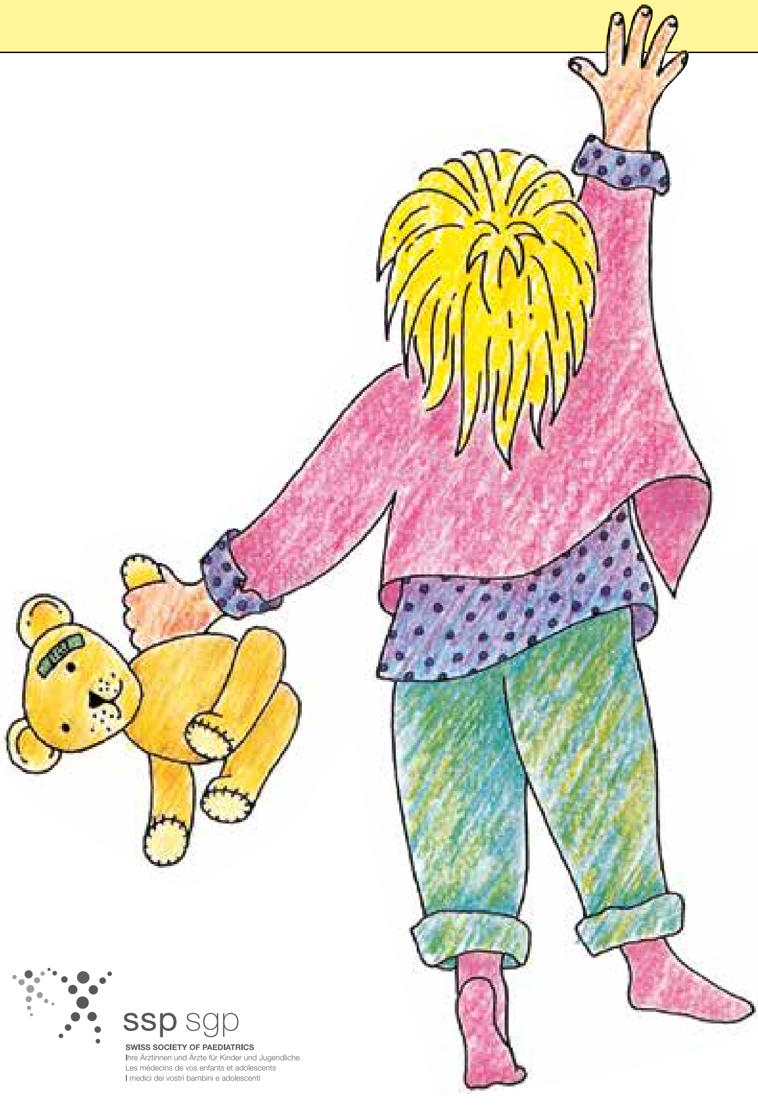
ሩታ፣ኣዳም...

ቖልዑ ምስ ዝሓሙ፡ ምኽሪ ንወለዲ

ዶክ. ኢዛበል ጀርማን-ኒኮድ
ዶክ. ዮሲያነ ራሲን ሽታም



ssp sgp
SWISS SOCIETY OF PAEDIATRICS
Ihre Ärztinnen und Ärzte für Kinder und Jugendliche
Les médecins de vos enfants et adolescents
I medici dei vostri bambini e adolescenti

ስዊዛዊ ናይ ፐዲያትሪ ማሕበርሰብ: www.swiss-paediatrics.org

ነዚ ሕታም ንምእዛዝ:
Stiftung Schulungs- und Wohnheime Rossfeld
Abteilung Arbeiten
Reichenbachstrasse 122, Postfach, 3001 Bern
arbeiten@rossfeld.ch

ትሕስቶ

መእተዊ ገጽ 4

ኣብ ገዛ ናይ መድሃኒት መቀመጢ ክፍሊ ገጽ 5

ብተደጋጋሚ ዝኽሰቱ ኩነታት
- ረስኒ ገጽ 6
- ምንፍጥፋጥ ረስኒ ገጽ 8
- ሰዓል ገጽ 9
- ሕማም ጎሮሮ ገጽ 12
- ሕማም እዝኒ ገጽ 14
- ዕንፍሩር ቆርበት ገጽ 16
- ነገራት ምውሓጥ ገጽ 17
- መንከስቲ ብእንስሳ ገጽ 18
- መንከስቲ ብጽንጽያ ገጽ 19
- ብርእሲ ምውዳቕ ገጽ 20
- ተምላስ ገጽ 21
- ውጽኣት ገጽ 23
- ሕማም ከብዲ / ቅርጸት ገጽ 25
- ኢንጉወናል ሀርንያ ገጽ 26
- ድርቀት ገጽ 27

ህጹጽ ኩነታት
- ጸገም ምስትፋስ ገጽ 28
- ምንፍጥፋጥ ገጽ 30
- ሃለዋት ምጥፋእ ገጽ 31
- ምምራዝ ገጽ 32
- ሓደጋታት ገጽ 34
  - – ምንዳድ ገጽ 35
  - – ሓደጋ ኤለክትሪክ ገጽ 36
  - – ምጥሓል ገጽ 37

ዕሽል ካብ 0 ስጋብ 3 ወርሒ ገጽ 38

ሩታ ዝሓመመት ዶ ትመስል? ኣዳም ገለ ዶ ኾይኑ ኣሎ? ንምኽሪ ቕድሚ ተለፎን ናብ ናይ ቖልዓ-ሓኪም ምድዋልኩም፣ ነዚ ጽሑፍ እዚ ኣንብቡ። ባዕልኩም ኣብ መጀመርታ ንክትገብርዎ እትኽእሉ ዝሕግዝ ተግባራዊ ምኽርን ሓበሬታ ክትረኽቡ ኢኹም።

ምኽሪ: ኣብ ወሳኒ ዝኾነ እዋን ብቕልጡፍ እንታይ ክትገብሩ ኸም ዘለኩም ንምፍላጥ፣ ቕድሚ ምጥቃም ምጅማርኩም ነዚ ጽሑፍ እዚ ኸተንብብዎ ይግባእ።

ኣብ **ብተደጋጋሚ ዝኸሰቱ ነገራት** ኣብ ዝብል ኣርእስቲ ወትሩን ብዙሕ ግዜ ዘጋጥሙን ግድኣት ዘየብሎም ጸገማት ዘተኩረ ኮይኑ ኣብ **ናይ ህጹጽ ኩነታት** ኣብ ዝብል ኣርእስቲ ግን ንሂወት ዘስግኡ (ኣጋጣሚ ግን ሳሕቲ ዘጋጥሙ) ብቑልጡፍ ናይ ቖልዑ-ሓኪም ኣድላይ ዝኮነሉ ኩነታት ዝገልጽ እዩ።

ኣብ **ናይ መጀመርታ ስጉምትታት** ኣብ ዝብል ዓምዲ ብዛዕባ ኸም ናይ መፈለምታ ስጉምትታት ክትወስድዎ ዝግባኣኩም (ብዘየገድስ ብድሕሪኡ ናብ ሓኪም ኪዱ ኣይትኪዱ) ዝሕብር እዩ። ኣብ ሳጽን ዝርከብ ጽሑፍ ከከም መተስኢ ናይ ጸገማትን ኩነታት ናይ ቖልዓን ዝውሰዱ ስጉምትታት ተራእዩ ኣብ ጥቕሚ ክውዕል ይኽእል።

እዚ ምልክት እዚ ተወሳኺ ሓበሬታ ንምውሳድ ምስ ሓኪም ክትረዳድኡ ወይ ድማ ህጹጽ ዘይኮነ ቖጸራ ክትገብሩ ኸም ዘለኩም ይሕብር።

እዚ ምልክት እዚ ኽይተደናገኹም ምስ ሓኪም ኽትላዘቡ ወይ ድማ ቖልዓ ብቀጥታ ናብ ሆስፒታል ከተምጽእዎ ኸም ዘለኩም ዝሕብር እዩ። ዝበለጸ ኣምቡላስ ክትጽውዑ ወይ ድማ ብናይ ውልቒ መኪና እንተተጋዕዝኩም ናይ ግድን ሓደ ተወሳኺ ሰብ ንዓኹምን ንወድኹምን ከሰኒ ይግባእ።

ኣብ ገዛ ናይ መድሃኒት መቀመጢ ክፍሊ

ንዝሓመመ ውላድኩም መእለይ ዝኸውን ኩሉ እትደልዎ ኣለኩም ዶ? ኣብዚ ዝስዕብ ዝርዝር ኩሉ እቲ ኣብ ገዛን ኣብ ጉዕዞን ናይ ግድን ክህልወኩም ዘለዎ መድሃኒታት ሓበሬታ ክትረኽቡ ኢኹም። እዚ ናይ መድሃኒት ክፍሊ እዚ ውላድኩም ንዝከታተሉ ካልኦት ሰባት እውን ኣርእይዎም።

- ፈሳሲ ጸረ-ረኽሲ
- ፕላስተር መሸፈኒ ቁስሊ
- ተመጣጢ ባንደጅ/ መሸፈኒ
- ናይ ረስኒ መዝሓሊ መድሃኒት (መብዛሕቶም ካብዞም መድ ሃኒታት ኣንጻር ቓንዛ እውን የገልግሉ፣ ብፍላይ ፓራሲታ ሞል ዝበለጸ ኣገልግሎት ይህልዎ።)
- ኤለክትሮኒካዊ ወይ ብኣልኮሆል ዝሰርሕ መዕቐኒ ረስኒ (ካብ 2 ዓመት ዕድመ ንላዕሊ ኦርተርሞመተር ምጥቃም ይከኣል።)
- ኣብ እዋን ውጽኣትን ተምላስን ዘገልግል ፈሳሲ መድ ሃኒት (ናይ ድርቐት ፈሳሲ መድሃኒት) ንኣብነት ኖርሞልይቶራል ወይ ድማ ኦራልፈዶን
- ጨው (ሶዲዩም-ክሎራይድ) ፈሳሲ ወይ ድማ ኦራልፈዶን
- ናይ ኣፍንጫ ዝነጥብ ፈሳሲ

ኣስተብህሉ:ናይ ገዛ ናይ መድሃኒት ክፍሊ ኣቐልዑ ኣብ ዘይበጽሕዎን እተዓጽወን ክኸውን ኣለዎ። በቢእዋኑ ድማ መድሃኒት ዝወ ድቐሉ ዕለት ተቆጻጸሩ።

ረስኒ (እዚ ኣርእስቲ እዚ ንትሕቲ 3 ወርሒ ዝኾኑ ዕሸላት ኣይምልከትን፣ ኣብ ገጽ 38 ተመልከቱ።)

ዋላ እውን ረስኒ ላዕሊ ደረጃ ይብጻሕ ብቐጥታ ኸቢድ ጸገም የስዕብ ማለት ኣይኮነን። ብፍላይ ድማ ናይ ኣእምሮ ጉድኣት ከስዕብ እዩ ተባሂሉ ግሲጋእ ኣይግባእን። መብዛሕትኡ ግዜ ረስኒ ብቫይራል ሕማም («ግሪፐ») ዝኽሰትን ኣብ ኸምዚ ኹነታት ድማ ስጋብ 72 ሰዓታት ክጸሕን ዝኽእል እዩ።
ውላድኩም ረስኒ እንተሃልዎ ከሳብ ክንደይ ዝኣክል ኸም ዝኾነ ምፍላጥ ኣገዳሲ እዩ! ናይ ነብሱ ሙቐት ድማ ኣብ መቀመጫኡ **ክትዕቅንዎ** ትኽእሉ (ወይ ድማ እዚ እንተዘይተኻኢሉ ኣብ ትሕቲ ቱሽቱሹ) ።

ናይ መጀመርታ ስጉምቲታት

1. ትሕቲ 38 ዲግሪ (ኣብ መቀመጫ ምዕቃን): እዚ ዘሰክፍ ኣይኮነን፣ ጽኒሕኩም እንደገና ሙቐት ምዕቃን።

ኣብ መንጎ 38ን 38.5 ዲግሪ: ኣብ ኸምዚ ኹነታት ናይ ውሽጢ ናይ ቖልዓ ክዳውንቱ ኸይተረፈ ኣውጽእሉ (እንተድኣ እዚ እቲ ቖልዓ ሕራይ ኢሉ) ። ብተወሳኺ እቲ ናይ ገዛ ሙቐት ዝለዓለ ኸይኸውን ምኽትታል የድሊ። ምኽንያቱ ዝኾኑ ክዳውንቲ ወይ ድማ መሸፈኒ ንሙቐት ናይ ሰውነት ከዛይዶ ዝለ ዝኽእል።

ልዕሊ 38.5 ዲግሪ: ቖልዓ ጽቡቅ ንክስምዖ ምእንቲ ረስኒ ንምጉዳል ሓደ ሓደ ፈተነታት ክግበር ይከኣል። ንውላድኩም ፓራሲታሞል ሃብዎ። ዝተፈላለዩ ዓይነት ፓራሲታሞል (ኸም በዓል በኑሮን፣ ዳፋልጋን ታይለኖል ዝኣመሰሉን) ይርከቡ። ዝወሃብ ዓቀን ከባቢ 10 ሚሊግራም ንሓደ ኪሎግራም ክብደት ዘለዎ ቖልዓ ይኸውን። እዚ ማለት ድማ ን18 ኪሎግራም ዝምዘን ቖልዓ 80 ሚሊግራም ይወሃብ። እንተድኣ እቲ ሙቐት እንተዘይጎዲሉ፣ ኣብ ሸሹዱሽተ ሰዓታት እተጠቅሰ ዓቀን መድሃኒት ክወሃብ ይከኣል። ገና እቲ ሙቐት እንተዘይሃዲኡ ወይ ድማ ቀልጢፉ እንተወሲኹን ንስኹም ድማ 6 ሰዓት ክትጽበዩ እንተዘይደሊኩምን፣ ኣብ ዳንግኡን እግሩን ዝሑል መሸፈኒ ክትገብሩሉ ትኽእሉ። ቐድሚ ካልእ ናይ ረስኒ-መድሃኒት ንኣብነት ኸም ብሩፈን፣ቮልታረን ካልእን ምጥቃምኩም ምስ ሓኪም ምልዛብ የድሊ።

ንምፍላጦም ኣገዳሲ ዝኾኑ ነጥብታት:
- ፓራሲታሞልን ካልእ ናይ ረስኒ-መድሃኒትን ኣብ ምዕጋስ ቓንዛ ተራ ኣለዎም።
- ኣሰትይልሳሊክሶይረ ንኣብነት ኸም ኣስፕሪን፣ ኣስፕጊክ ዝኣመሰሉ ንትሕቲ 12 ዓመት ዕድመ ዝኮኑ ወይ ድማ ፍሮማይ (ችክን-ቦስ) ዘሎዎም ክወሃብ የብሉን።

2. ንቕልዓኹም እኹል ዝኾነ ማይ ዝስተ ክትህብዎም ኣገዳሲ እዩ። ንዝጠቡ ቖልዑ ድማ ጻባ ጡብ ኣደ ምሃብ። እንተዘይኮይኑ ማይ፣ ፈሰስቲ፣ ናይ ክሮይተር-ሻሂ ወይ ናይ ቖልዑ ሻሂ እቶም ዘሓሹ ካብ ጻባ ወይ ናይ ፍረታት-ጽማቕ እዮም ምኽንያቱ ተምላስ ከስዕቡ ስለ ዝኽእሉ።

3. ኣተኩሮ ኣብ ሓፈሻዊ ናይ ቖልዓ ኩነታት ኽትገብሩ የድሊ: እንተ ድኣ ተንቀሳቒሱን ተጻዊቱን፣ ተወሰኽቲ ምልክታታት እንተዘይኣርእዩ ግን ምዕጉርቱ እንተቐይሑን እንተስዒሉን ሕማም ሓሚሙ ኽይኸውን ዘሎ ኣጋጣሚ ኣዝዩ ጸቢብ እዩ።

ቖልዓ ዝደኸመ እንተመሲሉን ናይ ዘይምጽዋት ጠባይ እንተርእዩን፣
ብቁልጡፍ ዝባዛሕ ናይ ቆርበት ምልክታት ኣንተሃሊዎን፣
ናይ ጎሮሮ ሕማም፣ ብኣፍ ናይ ምልዛይን ናይ ምስትንፋስ ጸገማት ኣንተኣጋጢሙዎን፣
ብርቱዕ እንተስዒሉን ብቕልጡፍ እንተኣተንፊሱን

ርእሲ ሕማም እንተሃሎዎን ርእሱ ናብ ቅድሚት ከቅንን እንተዘይኪእሉን ወይ እንተኣምሊስዎን

ብዘይ ምድንጋይ ንሓኪም ናይ ቖልዓ ሓብሩ ወይ ድማ ቀጥታ ብኣምቡላስ (ቴሌ. 144) ናብ ሆስፒታል ኣምጽእዎ።

እንተ ረስኒ ካብ 3 መዓልቲ ንላዕሊ እንተጸኒሑ፣

ጉንፋዕ ወይ ሰዓል ንቡዝሕ መዓልታት እንተ ጸኒሑ፣

ሕማም ጎሮሮ፣ እዝኒ፣ ኸብዲ ወይ ድማ ምልክታት ኣብ ናይ ሽንቲ-ማይ መተሓላለፊ እንተሃሊዎ፣

ኣብ ውሽጢ ዝተወሰኑ ሰዓታት ንሓኪም ናይ ቖልዓ ኣማኽርዎ።

ኣስተብህሉ: ሓኪም ንምንዳይ ተባህሉ ምስ ረስኒ ዘለዎ ቖልዓ ናብ ደገ ምውጻእ ሓደገኛ ኣይኮነን። በንጻሩ ረስኒ ንምጉዳል ክሕግዝ ይኽእል።

ብተደጋጋሚ ዝኽሰቱ ኩነታት

ምንፍጥፋጥ ረስኒ

ኣብ ቖልዑ ምንፍጥፋጥ ኣብ እዋን ረስኒ (ንእብነት ኣብ እዋን ናይ ቫይረስ ሕማም) ካብ 6 ወርሒ ስጋብ 6 ዓመት ዕድሚኦም ከጋጥም ይኽእል። ምንፍጥፋጥ ኣፍራሒ ይምሰል ድኣ እምበር፣ ዘስዕቦ ናይ ኣእምሮ ጉድኣት የለን። መብዛሕትኡ ግዜ ድማ ባዕሉ ድሕሪ ዝተውሰ ግዜ የቓርጽ።
ቖልዓ ዓይኑ ብምግልባጥ ሃለዋቱ የጥፍእ፣ ሰውነት ድማ ዝርግሕ (ድርብይ) ወይ ድማ ድርቅ ይብል፣ ኣእዳውን የእጋርን ድማ ጸጸኒሖም በተግ ይብሉ።

ናይ መጀመርታ ስጉምትታት

1. ርግእ (ህድእ) ምባል።
2. እቲ ቖልዓ ንነብሱ ኸይጎድእ ጥንቃቀ ምግባር።
3. እቲ ቖልዓ ብጎድኒ ብምግዳም ምልዓል።
4. ሙቐት ምልካዕን ንታሕቲ ኽወርድ ድማ ምፍታን፣ ቖልዓ ገና ሃለዋቱ ስሒቱ እንከሎ ምንም ኣብ ኣፉ ዘይምሃብ።

እንተ ድኣ ውላድኩም ኣብ እዋን ረስኒ ምንፍጥፋጥ ኣጋጢዎን ናይ መጀመርታ እዋን እንተ ኾይኑን፣ ንሓኪም ብዘይምድኑጋይ ምድዋል።
እንተድኣ እቲ ምንፍጥፋጥ ልዕሊ 5 ደቃይቅ እንተጸኒሑ፣ **144 ቁጽሪ ብምጥቃም ምድዋል።** ተሌፎን ንምድዋል ኽትጋየዩ እንከለኹም፣ ንውላድኩም ኣብ ከብ ዝበለ ቦታ ኣይትግደፍዎ፣ ንኣብነት ኸም ኣብ ዕራትኩም።

ኣቀዲሙ ውላድኩም ናይ ምንቅጥቃጥ ረስኒ ኣጋጢምዎ ዝፈልጥን ኣብ ደሓን ኩነታት ዝርከብን እንተ ኾይኑን፣ ኣብ ውሽጢ ዝተወሰነ ሰዓታት ምስ ናይ ቆልዓ ሓኪም ምልዛብ የድሊ።

ሰዓል

ሰዓል ሓደ ጠቃሚ ዝኾነ ናይ ምክልኻል ግብረ-መልሲ ኾይኑ፣ ንኣብ ናይ መስተንፈሲ ክፍሊ ዘጋጥም ጸገማት ነጻ ዝገብር እዩ።
ሰዓል ብዝተፈላለዩ ምኽንያታት ክስዕብ ይኽእል። ኣብ መብዛሕቱ ኣጋጣሚታት ብሰንኪ ናይ ቫይረስ መልከፍቲ ይስዕብ። እዚ ናይ ቫይረስ መልከፍቲ ድማ ናይ ትንሓግ መቁሰልቲን ኣብ ኣፍንጫ ሓፊስ ፈሳሲ ክስራሕ ይገብር። ቖልዓ ምስ ዝድቅስ ወይ ውን ምስ ዝጋደም ክስዕል ይኽእል፣ ግን ከኣ ኣብ መንጎ ብዘይ ጸገም የስተንፍስ።
ሳሕቲ ሰዓል ብሰንኪ **ክሩፕ/ ላርይንጎትራከብሮንኪት** ክስዕብ ይኽእል። ክሩፕ ብሰንኪ ቫይረስ ዝስዕብ መርከስቲ ናይ ድምጺ ክፍሊ ኣብ ጎሮሮ እዩ። መብዛሕቱ እዋን እዚ ሕማም እዚ ኣብ ትሕቲ 5 ዓመት ዝኾኑ ቖልዑ ይርአ። እቲ ቖልዓ ናይ ምንባሕ ዝስምዕ ድምጺ ዘልዎ ሰዓል ይጥቃዕ እሞ ካብ ናይ ለይቲ ድቃስ የቃርጽን ላሕታት (ረጊድ) ድምጺ ይገብርን።
ሰዓል ብተወሳኺ ናይ **ኣዝማ** ምልክት እዩ። ኣዝማ ማለት ናይ ብሮንካይት ምንዳር ኾይኑ፣ መብዛሕቱ ግዜ ኣብ ቖልዑ ትሕቲ 2 ዓመት **ብሮንክዩሊቲስ** (ማለት ምንዳር ብሰንኪ ቫይረስ ናይ ኣዞዮም ዝነኣሱ ክፍሊ ናይ ብሮንካይት) ይስዕብን ሳሕቲ ናብ ኣዝማን ክሩፕን የድህብን። ምስ እዚ ዝተፈላለዩን ብርትዕ ዝበሉ ናይ ምስትንፋስ ጸገማት ይስዕቡ፣ ናብ ደገ ምስትንፋስ ኣጸጋሚ ይኸውንን ብክስማዕ ዝኽእል ናይ ምፍጻይ ድምጺ ድማ ይስነን። ካልኦት ናይ ሰዓል መተስኢታት ድማ **ብሮንኪቲስ** ወይ ድማ **ኑመኒያ** (ነድሪ ናይ ብሮንኪየን ሳንቡኡን) እዮም፣ ኣብዚ ድማ ምትንፋስ ቅልጡፍ ክኸውን እንከሎ እቲ ቖልዓ ረስኒ ክህልዎ ይኽእል።

ናይ መጀመርታ ስጉምትታት

1. ጉንፋዕ ዝሓመሙ ነኣሽቱ ህጻናት ብኽብዶም እንተ ደቂሶም ብነጻ ከተንፍሱ ይኽእሉ (እዚ ግን ንትሕቲ ሓደ ዓመት ዝዕድሚኦም ህጻናት ኣይምልከትን) ፣ ብተወሳኺ ርእሲ ናይ ዓራት ክብ ምባል ንምስትንፋስ ይሕግዝ። ኣብ ናይ ጽቡቕ ዝኮነ ናይ ንፋስ-ጥሊ ኣተኩሮ ምግባርን ንናይ ኣፍንጫ መተሓላለፊ ነጻ ንምግባር ድማ ናይ ብኣፍንጫ ዝነጥብ ፈሰሲ *(ኖዝ ድሮፕ)* ምጥቓም ይድሊ።

2. ቖልዓ ብክሩፕ እንተ ተጠቂዑ (ሓርፋፍ ዝኾነን ናብ ምንባሕ ዘድሃበ ድምጺ ዘለዎ ሰዓል እንተሃሊዎን) ናብ ባኞ ብውሳድ ኣብ ደረት ኮፍ ብምባል ማይ ዉዑይ ካብ ቡንባ ወይ ድማ ባኞ ብሙሉኡ ብምኽፋት ሃፋ ምፍጣር። ኣብ ናቱ ክፍሊ ብግቡእ ዝሰርሕ ሁሙዲፋየር (ጠሊ ዝፈጥር መሳርሒ) ምግባር፣ ዝበለጸ ድማ ሓደ ዝሑል ኣቶማይዘር (ደቀቕቲ ጥሉል ሃፋ ዝሰርሕ መሳርሒ) ።

ብተደጋጋሚ ዝኸሰቱ ኩነታት

3. ውላድኹም እንተ ኣዝማ ሃሊዎ፣ ካብ ሓኪም ዝተኣዘዘ መድሃኒት ጥራሕ ክትህብዎ ይግባኣኩም። ንብሮንክሊዮትስ ሕማም ኽይተረፈ ጽቡቕ ዝኾነ ጠሊ ዘለዎ ንፋስ ሓጋዚ እዩ።

4. ኣብ ዝኾነ ኣጋጣሚ ናይ ሰዓል ብብዝሒ ፈሳሲ ክሰቲ ኣገዳሲ ኢዩ። ብተደጋጋሚን በቢቁርብ ማይ፣ ቀጢን ጸሊም ሻሂ ወይ ድማ ናይ ክሮይተር ሻሂ ምሃብ የድሊ።

እንተ ድኣ ቖልዓ ሕማቕ ደቂሱ፣

እንተ ድኣ ምስዓል ልዕሊ 10 መዓልቲ ጸኒሑ፣

እንተ ድኣ ምስዓል ንልዕሊ 3 መዓልቲ ምስ ተወሳኺ ረስኒ፣ ቁልጡፍ ምስትፋስ ወይ ድማ ቃንዛ ኣብ ምስትፋስ እንተኣጋጢሙ፣

ንሓኪም ናይ ቆልዓ ምሕባር ይግባእ።

ብተደጋጋሚ ዝኽሰቱ ኩነታት

እንተ ውላድኹም ናይ ምስትፋስ ጸገማት ሃሊዎ፣

እንተ ድኣ ውላድኩም ከሩፕ እንተሓሚሙን ድሕሩ ናይ 15 ደቓይቕ ግቡእ ናይ ሃፋ ክንክን ድማ እንተዘይሕሸዎን፣

እንተድኣ ቖልዓ ንመጀመርታ እዋን ናይ ኣዝማ ሕማም ሓሚሙ ወይ ድማ እተኣዘዘ መድሃኒት እንተዘይጠቒምዎ፣
እንተድኣ ቖልዓ ዘይድለ ነገራት ውሒጡ፣
እንተ ቖልዓ ብርቱዕ ቃንዛ ጎሮሮ እንተሃሊዎን ካብ ኣፉ ጥፍጣፍ እንተወጺኡን፣

144 ቁጽሪ ብምጥቃም ደውሉ።

(ብተወሳኺ ድማ ኣብ ገጽ 28 ኣብ ትሕቲ ጸገም ምስትንፋስ ኣብ ዝብል ተመልከቱ)

ትኪ ናይ ሽጋራ (ፓሲቭ ስሞኪንግ) ንኣቖልዑት ኣብ እዋን ሰዓል ወይ ድማ ኣብ ሕማም ናይ መስተንፈሲ ኣካላት ጥራሕ ዘይኮነ ኣብ ዝኾነ እዋን ሓደገኛ እዩ፣

ካብ ምቅጻል ብሁሙዲፋየር (ጠሊ ዝፈጥር መሳርሒ) ተጠንቀቑ!

ሕማም ጎሮሮ

ውላድኩም ጎሮሮይ ሓሚመ ምስ ዝብልን 38.4 ዲግሪ ረስኒ ምስ ዝህልዎን፣ እዚ እንታይ ትርጉም ይህልዎ? 80% ናይ ጎሮሮ ሕማም **ካብ ቫይራል ኣንጂና** (ነድሪ ናይ ጎሮሮ) ዝስዕብ እዩ። ብተወሳኺ ቆልዓ ናይ ጉንፋዕ፣ ናይ ዓይኒ ምቅያሕን ምስዓልን ምልክታት ይህልዎ። እዚ ናይ ጎሮሮ ሕማም ግን ብተወሳኺ **ብስትረፕቶኮከን- ኣንጂና** ክስዕብ ይኽእል፣ እዚ ሕማማ እዚ ኣብ ደሓር ጸገማት ነኸየስዕብ **ብጸረ-ረኽሲ (ኣንቲቢዮቲክስ)** ክሕከም ይግባእ። ዝሓመመ ቆልዓ ኣብ መብዛሕታኡ እዋን ልዑል ዝኮነ ረስኒ ክህልዎ ኣንከሎ ወትሩ እውን የምልስን ሓሊፉ ሓሊፉ ናይ ከብዲ ሕማም ኸጋጥም ይኽእልን። ብተውሳኺ ድኹም ዝኾነ ቀይሕ ናይ ቆርበት ዕንፉሩሩ እንተኣጋጢሙ ሕማም ስካርላቲና/ ሻርላኽ ክኸውን ይኽእል። ኣብ ኣዚዩ ሳሕቲ ዝኾነ ኩነታት ምልክታት ናይ ጎሮሮ ሕማም ነድሪ ናይ ኢፒግሎቲስ (ዝዕጸውን ዝኽፈትን ክፍሊ ናይ ጎሮሮ) ክኾኑ ይኽእሉ (ኣብ ገጽ 28 ምርኣይ ይከኣል) ።

ብተደጋጋሚ ዝኽሰቱ ኩነታት

ናይ መጀመሪታ ስጉምትታት

1. እንተ ዕድመ ቖልዓ ልዕሊ 4 ዓመት ኾይኑ፣ ናይ መዕገሲ ቃንዛ ከኒናታት ክመጽውዎም ይኽእል። ኣየናይ መድሃኒት ነየናይ ዕድመ ክወሃብ ይከኣል ብዓል ሞያ ናይ መድሃኒት-ቤት ክሕብረኩም ይኽእል።

2. እንተ ድኣ ረስኒ ሃልዩ ኸተዝሕሉዎ ፈቱኑ።

3. ምቁሩን ዝሕሉን ዝኾነ ዝስተ ንውላድኩም ሃብዎ። ጽማቕ ናይ ፍረታትን ሊሞናድን ንጎሮሮ ስለ ዘቃጽሉን ጸባ ድማ ተምላስ ከስዕብ ስለ ዝኽእልን ኣንተዘይሂብኩሞ ዝበለጸ እዩ።

4. ዝስዕብ ምዕባሌታት ናይ ሕማም ተኸታተሉ።

እንተ ድኣ ቖልዓ ረስኒ ወይ ናይ ቖርበት ዕንፉሩራት ምልክታት እንተኣርእዩ ፣ ብዝተረፈ ግን ካልእ ኣብ ጽቡቕ ሓፈሻዊ ኩነታት እንተሃልዩ፣

ንናይ ቖልዓ-ሓኪም ሓብርዎ ምኽንያቱ ሕማም ናይ ስትረፕቶኮከን-ኣንጂና ከይኸውን ንምርግጋጽ።

ቖልዓ **ቡርቱዕ** ዝኾነ ናይ ጎሮሮ ቃንዛ እንተሃሊዎ፣ ምንም ክውሕጥ እንተዘይኪኢሉን ብሰንኪ ናይ ምስትፉስ ጸገማት እንተ ኣሕሚምዎን (ናይ ኢፒግሎቲስ ነድሪ ከይኸውን ምጥርጣር፣ ገጽ 28 ተመልከቱ) ፣

ብዘይ ምድኑጋይ ናብ ሆስፒታል ተጋዓዙ (ቖልዓ ኣብ ኣምቡላስ ኮፍ ብምባል፣ ተሌ. 144)።

ሕማማ እዝኒ

ውላድኹም ልሙድ ዝኾነ ግን ኻኣ ንነዊሕ እዋን ዝጸንሐ ምስዓል እንተሃሊዎ፣ ሓደ ለይቲ ብብርቱዕ ናይ ኣዝኒ ሕማም እንተተበራቢሩን እሞኸኣ እቲ ቃንዛ እንተዘይሃዲኡን፣ ረስኒ ስጋብ ሕጂ ትሕቲ 38 ዲግሪ ዝነበረን ከነሱ ግን ሕጂ እንተወሲኹን፡ እዚኦም ናይ **ማእኸል እዝኒ ነድሪ (ኦቲቲስ መዲያ)** ምልክት እዮም። ናይ ማእከል እዝኒ ነድሪ መብዛሕቱኡ ግዜ ብባክተሪያ ዝስዕብ ናይ ኣብ ድሕሪ ኸበሮ እዝኒ ዝርከብ ዕሙቅ ዝበለ ክፍሊ (ትይምፓኒክ ካቪትይ) ሕማም ኺይኑ፣ ወትሩ ኣብ ቅድሚ ናይ ትምህርቲ ዕድመ ዘለዉ ቖልዑ ብሰንኪ ናይ ሰዓልን ጉንፋዕን ዝስዕብ እዩ።
ኣገደስቲ ምልክታት፡ ***ቃንዛ*** (እዚ ዘይክህሉ ይኽእል ወይ ድማ ኣብ ነኣሽቱ ቖልዑ ምልላዩ ኣጸጋሚ ይኸውን)፣ ***ረስኒ*** (እዚ እውን ዘየለ ክኸውን ይኽእል)፣ ውጽኣት ወይ ተምላስ (ብፍላይ ድማ ኣብ ዕሽላት)። እንተ ድኣ ጻዕዳ ናብ ብጫ ዝድሃበ ፈሳሲ ካብ እዝኒ ወጺኡ፣ ምልክት ናይ ማህሰይቲ ናይ ኸበሮ-እዝኒ እዩ።

ናይ መጀመርታ ስጉምትታት

1. ረስኒ ምዕቃን።

2. ናይ ቃንዛን ረስኒን ወይ ድማ ሓዲኦም መድሃኒት መሃብ።

3.ካብ ናይ እዝኒ ፈሳሲ ምጥንቃቕ።

4. ብዘይ ናይ ሓኪም ትእዛዝ ኣብ እዝኒ ምንም ዘይምግባር (ንኣብነት ኸም ፈሳሲ ናይ እዝኒ፣ ጡጥን ካልእ ዝኣመሰሉን)።

ቖልዓ ልዕሊ 2 ዓመት ምስ ዝኸውንን ረስኒ ምስ ዘይህልዎን፣
ቃንዛ ብርቱዕ ምስ ዘይኸውን ወይ ድማ ሳሕቲ ምስ ዝህሉን፣
ጻዕዳ ናብ ብጫ ዘድሃበ ካብ እዝኒ ፈሳሲ ምስ እትዕዘቡ፣
(ንእሽተይ) ውላድኹም ጽቡቕ ምስዘይስምዖ ግን ረስኒ ምስዘይህልዎን ንዝተወሰነ መዓልታት ጉንፋዕ እንተሃሊዎን፣
ንናይ ቆልዓ-ሓኪም ሓብርዎ።

ብተደጋጋሚ ዝኽሰቱ ኩነታት

ቖልዓ ትሕቲ 2 ዓመት እንተኾይኑን ዝሑል ዝኾነ ሓፈሻዊ ኩነታት ኣንተሃሊዎን ድኹም እንተመሲሉን፣
እንተ ቃንዛ ቡርቱዕን ቀጻሊ እንተኾይኑን ብተጠቅሱ ስጉምትታት ውጽኢት እንተዘይተረኪቡን፣
ድሕሪ እዝኒ ዝርከብ ቦታታት እንተ ቀይሑን ሓቢጡን፣
ውላድኩም ድሕሪ እተወሰኑ መዓልታት ጉንፋዕ እንተገዲድዎ ወይ ረስኒ እንተሃሊዎ

ብዝቀልጠፈ ንሓኪም-ቆልዓ ሓብርዎ።

ኣንተ ድኣ ፈሳሲ ካብ ደቂሱ ኮፍ ኢሉ ኣንከሎ እንተተዋሂቡን ኣብ ዝኾነ ኹነታት ድማ ንትኪ ናይ ሽጋራ እንተዘይጋሊጹን ናይ ንእሽቶይ ቆልዓ ናይ ማእከል እዝኒ ነድሪ ብክፋል ምክልኻል ይከኣል።

ዕንፋሩር ቖርበት

ምስ ረስኒ ወይ ውን ብዘይ ረስኒ ናይ ቖርበት ዕንፋሩር ኣብ ኣቖልዑት ብዙሑ ግዜ የጋጥሙ። ዝተፈላለዩ መተስኢ ምኽንያታት ክህልዎም ድማ ይኽእል፡ ንኣብነት ተላገብቲ ሕማማት፣ ኣለርጂ (ሓሰስያ)

ናይ መጀመርታ ስጉምትታት

1. ረስኒ ምዕቃን።

2. ሓፈሻዊ ኩነታት ናይ ውላድኩም ብዓቢኡ ኸምዘይተቀየረ ምርግጋጽ።

3. ካልእ ምልክታታት ንከይህሉ ውላድኩም ምክትታል።

እንተ ድኣ ቖልዓ ናይ ቖርበት ዕንፋሩር ብዘይ ረስኒ ሃሊዎን ጽቡቕ ኣንተተሰሚዕዎን፣
እንተ ድኣ ቆልዓ ናይ ቖርበት ዕንፋሩር ምስ ፈኪስ ረስኒ ሃሊዎን ጽቡቕ ኣንተተሰሚዕዎን፣

ንናይ ቆልዓ-ሓኪም ሓብርዎ።

እንተ ድኣ ቖልዓ ዕንፋሩር ሃሊዎን ኩነታቱ ብቅልጡፍ እንተሓሚቑን (ረስኒ ይሃልዎ ኣይሃልዎ ብዘየገድስ)
ውላድኩም ብቕልጡፍ ንሆስፒታል ኣምጽእዎ ወይ ድማ 144 ቁጽሪ ብምጥቃም ደውሉ።

ብተደጋጋሚ ዝኸሰቱ ኩነታት

ነገራት ምውሓጥ

ተሌፎን እንዳደወልኩም እንከለኹም ውላድኩም እንተድኣ ወረቐት መላገቢ መርፍእ (ቢን) እንተዊሒጡ... ኣይትሰንብዱ! ኣብ መብዛሕቱ እዋን እቲ ዘይተፈልጠ ነገር (በላሕቲ ከይተረረፈ) ብናይ መጨረሽታ ክፍሊ ናይ መሕቐቒ መስመር ገይሩ ኣንደገና ይወጽእ!

ናይ መጀመርታ ስጉምትታት

1. ኩነታት ናይ ቖልዓኹም ተኸታተሉ፥ ተምላስ ኣለዎ ድዩ? ናይ ከብዲ ሕማም (ቅርጸት) ኣለዎ ድዩ? ምስትፋስ ኸም ልሙድ ድዩ?

2. ቀልቀል ብልክዕ ረኣይዎ: እንተድኣ እተዋሕጠ ነገር ኣብ ውሽጢ ረኪብኩሞ እቲ ዝበለጸ እዩ! ቀልቀል ዘይልሙድ ሕብሪ ከየርኢ ተዓዘብዎ።

ቖልዓ እንተ ዓቢ ነገር ውሒጡ፣
ኣንተ ድኣ መልጎም፣ ናይ ሓጺን-ሰልዲ ወይ ድማ ናይ ማግኔት ባህሪ ዘለዎ ነገር ኾይኑ፣
ቀልቀል እንተ ጸሊም ሕብሪ ሃሊዎ፣
ውላድኩም ኸም ልሙድ እንተዘይኣተንፈሱ፣

ብዘይ ምድንጋይ ንናይ ቖልዓ ሓኪም ሓብሩ።

ኣስተውዕሉ: ንኣሽቱ ቖልዑ ኩሉ ዝረኸብዎ ነገር ኣብ ኣፎም ከእትውዎን «ክፍትንዎን» ይደልዩ። ኸም ናይ ሓጺን ገንዘብ ፣ ሞልጎም፣ መርፍእ ወይ መላገቢ ፒን ካልኦት ንኣሽቱ ዝኾኑ ነገራት ኣብ ዝኮነ ቦታ ክትገድፉ የብልኩምን።

ዝተዋሕጠ ነገር ድማ ኣብ ናይ መስተንፈሲ ኣካላት ክኣቱ ይኽእል: ጉድኣት ድማ ይህልዎ (ኣብ ገጽ 28 ተመልከቱ)።

መንከስቲ ብእንስሳ

መንከስቲ ብናይ ገዛ እንስሳ (ከልቢ፣ ሃምስተርን ካልኦትን) ወይ ድማ ናይ በረኻ እንስታታት ብዙሕ ግዜ ዘጋጥም እዩ።

ናይ መጀመርታ ስጉምትታት

1. ህድኣት ምግባር።

2. ኣብ ውሽጢ 15 ደቓይቅ ብዝፈስስ ማይ ብምግባር ምሕጻብን ስዒቡ ድማ ጸረ-ነፍሳት ብምጥቃም ካብ ረኽሲ ምክልኻል።

ናይ ግድን ክበርሁ ዘለዎም ነገራት፡
– ***መንከስቲ ብናይ ገዛ እንስሳ:*** እንተድኣ ኣንጻር ሕሙም ዕቡድ-ከልቢ ተኸቲቡ እንተኾይኑ
– ***መንከስቲ ብናይ በረኻ እንስሳ ወይ ድማ ብዝሕለው እንስሳ:*** እንታይ ዓይነት እንስሳ ኸም ምዃኑ።

ንናይ ቆልዑ-ሓኪም ምሕባር ኣገዳሲ ይኸዉን። ኣብዚ ብዛዕባ ኽትግበሩ ዝኽእሉ ስጉምትታት ክውሰን ይከኣል (ልዕሊ ኩሉ ተኽእሎ ናይ ተታኑስ ክታበት).

መንከስቲ ብጽንጽያ

ድሕሪ መንከስቲ ብጽንጽያ ኣቐልዑት ቡርቱዕ ወይ ድማ ውሑድ ከሕምሞምን ክብድ ዝበሉ ግብረ መልሲ ድማ ክስዕቡ ይኽእሉን።

ናይ መጀመርታ ስጉምትታት

1. ንቐልዓ ኣህድእዎ።

2. ሕንዚ (እንተ ድኣ ንህቢ ኾይኑ) እለይዎ።

3. ነቲ ናይ መንከስቲ ቦታ ጸረ-ረኽሲ ብምግባር ብዝዛሓለ መሸፈኒ ምሸፋን።

4. እንተድኣ ውላድኩም ብርትዕ ዝበለ ቃንዛ ሃሊዎ ናይ መዕገሲ መድሃኒት ሃብዎ።

እንተድኣ ቆልዓ ኣብ ኣፉ ወይ ድማ ጎሮርኡ እንተተነኺሱ፣
እንተድኣ ምልክታታት ኸም ናይ ምስትንፉስ ወይ ምውሓጥ ጸገማት፣ ምሕባጥ ናይ ገጽ ወይ ድማ ናይ ክሳድ፣ዕግርግር ምባል ወይ ሃለዋት ምጥፋእ እንተኣጋጢሞዎ፣

ናብ 144 ብምድዋል ንቐልዓ ናብ ሆስፒታል ብኣምቡላንስ ኸተምጽእዎ ይግባእ።

ብርእሲ ምውዳቕ

ቖልዑ ብዙሕ እዋን ብርእሶም ይወድቑ ነገርግን ሙብዛሕቱ ግዜ ከቢድ ዝኾነ ጸገም ኣይስዕብን፡ ኸም ልሙድ ኣብ ናይ ማህረምቲ ቦታ ምሕባጥ (ምልሕጻጽ) የጋጥም ግን ኸኣ እንደገና ይጠፍእ።

ናይ መጀመራት ስጉምትታት

1. ዝሑል ማይ ብምጥቃም ንሕበጥ ኣዝሕልዎ።

2. ንቖልዓ ብጥንቃቀ ተከታተልዎን ኣብ ዝስዕብ ሰዓታት ወይ ድማ መዓልታት ናብ ንቡር ምምላሱን ኣረጋግጹን።

ምስ ውላድኩም ናብ ሆስፒታል ብቅልጡፍ ተጋዓዙ ወይ ድማ ናብ 144 ብምድዋል ብኣምቡላስ ምኻድ ይከኣል!

እንተድኣ ብሰንኪ ማህረሙቲ ሃለዋቱ እንተስሒቱ፣
እንተድኣ ካብ ቁስሊ ወይ ድማ ኣፍንጫ፣ እዝኒ ወይ ኣፍ ደም እንተወጺኡ፣
እንተድኣ ቖልዓ ጠባዩ ተቀይሩ፣
ድሕሪ ምውዳቁ ቖልዓ ልዕሊ ክልተ ግዜ እንተ ኣምሊሱ፣
እንተ ድኣ ፑፒል (ጸሊም ኣብ ማእከል ዓይኒ ዝርከብ ክፍሊ) ዝተፈላለየ ስፍሒ እንተኣርእዩ፣
እንተ ድኣ ቖልዓ ካብ ልዕሊ 5 ሜትሮ ወይ ድማ ሰለስተ ዕጽፊ ናይ ቑመቱ ዝንውሓቱ እንተወዲቑ፣

ተምላስ

ተምላስ ማለት በሓይሊ ምትፋእ ናይ ፈሳስን መግብን ካብ ከብዲ እዩ።
እዚ ምልክት እዚ ብዝተፈላለዩ ጸገማት ዝስዕብ ክኸውን ይኽእል፣ መብዛሕትኡ ድማ ተጋዳእቲ ኣይኮኑን (ጉንፋዕ፣ ናይ ኸብዲ ቁጥዐ፣ ናይ መገሻ ሕማማት)፣ ሓደ ሓደ ግዜ ግን ኸበድቲ ምኽንያታት ክኾኑ ይኽእሉ (ናይ ከብድን መዓናጡን ነድሪ፣ ናይ ሽንቲ-ማይ መተሓላለፊ መልከፍቲ ካልእን)።

ናይ መጀመርታ ስጉምትታት

1. ንቖልዓ ንቁጽ/ ተሪር መግቢ ኣይትሃብዎ።

2. በቢቁሩብን ቀጻሊ ንቆልዓ ዝስተ ሃብዎ፣ ንቆልዑ ትሕቲ 2 ዓመት ዕድሚኦም ዝኾኑ ግን ደድሕሪ 15 ደቃይቅ መሃብ የድሊ። ዝበለጸ ንድርቀት ከዕግስ ዝኽእል ፈሳሲ (ሪሃይድረሽን ፈሳሲ) ምሃብ፣ እዚ ግን ድሕሪ 24 ሰዓታት ክወሃብ የብሉን። ጸባ ወይ ድማ ናይ ፍረታት ጽማቕ ኣንተዘይሃሊዎ ይምረጽ!

3. ቖልዓ ረስኒ ከይህልዎ ኣረጋግጹ፣ እንተድኣ ሃሊዎ ግን ንረስኒ ክቕንሱ ዝኽእሉ ስጉምትታት ውሰዱ።

4. ንከጋጥሙ ዝኽእሉ ምልክታት ተኸታተሉ- ውጽኣት፣ ናይ ርእሲ ሕማም፣ ናይ ኸብዲ ሕማም ወይ ድማ ቃንዛ ኣብ እዋን ሽንቲ ምሻን ካልእን።

እንተ ድኣ ዕሽል ወይ ድማ ንእሽቶይ ቆልዓ ትሕቲ 2 ዓመት ዕድሚኡ ኾይኑን ተወሳኺ ማያዊ-ውጽኣት እንተሃሊዎን፣

እንተ ድኣ ቆልዓ ዋላ እውን ድሕሪ እተጠቕሱ ስጉምትታት ገና ድሕሪ 6 ሰዓታት እንተኣምሊሱን፣

እንተ ድኣ ቆልዓ ናይ ኸብዲ ሕማም ወይ ድማ ቃንዛ ኣብ እዋን ሽንቲ-ማይ ምሻን እንተሃሊዎ፣

ንናይ ቆልዓ-ሓኪም ተወከሱ።

ብተደጋጋሚ ዝኽሰቱ ኩነታት

ኣንተ ድኣ ቖልዓ ክዛረብ እንተዘይኪእሉ ወይ ከተዛርቦ እንተዘይተኻኢሉ

እንተድኣ ረስንን ናይ ርእሲ ሕማምን ሃሊዎ፣
እንተ ድኣ ደም ኣምሊሱን፣
እንተ ድኣ መመሊሹ ዝብእስ ናይ ኸብዲ ሕማም እንተሃሊዎ (ብፍላይ ድማ ብየማናይ ክፍሊ)፣
ኣንተ ድኣ ናይ ቖልዓ ቀልቀል ደም ዝተሓወሶ እንተኾይኑ ወይ ድማ ጸሊም ሕብሪ ኣንተሃሊዎ፣
ኣንተ ድኣ ከቢድ ማህረምቲ ኣብ ርእሱ ኣንተሃሊዎ፣

ብዘይምድንጋይ ንሓኪም-ቖልዓ ሓብርዎ ወይ ድማ ብቐጥታ ናብ ሆስፒታል ተጋዓዙ።

ኣንተ ድኣ ቖልዓ ንልዕሊ 8 ሰዓታት ምንም ፈሳሲ ናይ ሰውነት ዝበሃል እንተዘይኣርኣየ ወይ ድማ ግብረ-መልሲ ዘይህብ ኣንተ ኾይኑ፣

ናብ ኣንቡላስ 144 ቁጽሪ ብምጥቃም ደውሉ።

ሓበሬታ:

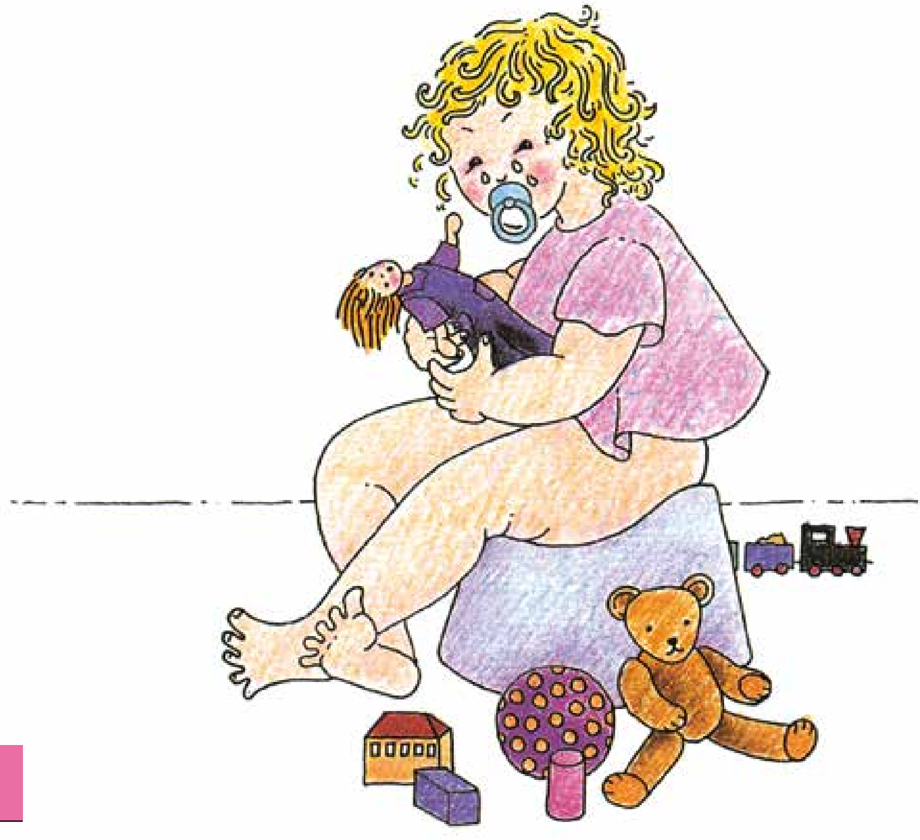
– ኣንተዘይ ጸሊእዎ ንውላድኩም ድሩቕ ዝኾነ መግቢ (ውሑድ ስብሒ ዘለዎ) ሃብዎ።
– ተምላስ ብሰንኪ ጉንፋዕ ንልዕሊ 6 ወርሒ ዝኾነ ውላድ እንተ ኣጋጢምዎ ብዙሕ ክትሻቀሉ የብልኩምን።

ብተደጋጋሚ ዝኽሰቱ ኩነታት

ውጽኣት

ውጽኣት ቀጻሊ ዝመጽእ ቀልቀልን ፈሳስን እዩ።

መብዛሕትኡ ግዜ ውጽኣት ብሰንኪ ቫይረስ ይስዕብ፣ እዚ ድማ ናይ ከብዲ-ጉንፋዕ «ዳርምግሪፐ» ማለት እዩ። እዚ ካብ 3-5 መዓልቲ ዝጸንሕ ኾይኑ ብረስንን ተምላስን ክስነ ይኽእል። ኣብ ኸምዚ ኩነታት- ብፍላይ ድማ ንትሕቲ 2 ዓመት ዝኾኑ ቖልዑ- ናይ **ድርቀት** (ዲሃይድረሽን) ሓደጋ ከጋጥሞም ይኽእል።



ብተደጋጋሚ ዝኽሰቱ ኩነታት

ናይ መጀመርታ ስጉምትታት

1. ቖልዓ ብብዝሒ ፈሳሲ ክሰቲ ኣለዎ።
   ኣብ እዋን ምጥባብ: ምጥባብ ምቕጻል! ንቖልዓ ተወሳኺ ጸረ-ድርቀት ፈስስቲ ምሃብ (ብኽም ኣብ ታሕቲ ተጠቒሱ ዘሎ መንገዲ) ።
   ኣብ ብናይ ጥጦ ምምጋብ ኩነታት (ፈሳሲ ወይ ድማ ናይ ሓርጭ ጸባ ክኸውን ይኽእል): ናይ ካብ 4-6 ሰዓታት ዕረፍቲ ብምግባር፣ ኣብዚ እንተጠቕሰ ዕረፍቲ እዋን ጸር-ድርቀት ፈሳሲ ተወሳኺ ምሃብ ይጋብእ (ብኽም ኣብ ታሕቲ ተጠቒሱ ዘሎ መንገዲ) ።

2. እንተድኣ ቖልዓ ***ደረቕ መግቢ*** ወሲዱን እንተዘይኣምሊሱን፣ ናይ *ስታርች* ትሕይቶ ዘለዎም መግቢ ምሃብ (ኽም ድንሽ፣ ጥረታት፣ ሕብስቲ፣ ሩዝን) ኽምኡ ውን ውሑድ ስብሒ ዘለዎ ስጋን ፍረታትን (ኽም ባናናን ጥረ ቱፋሕን) ። ተወሳኺ ፈሳሲ ክሰቲ ግን ምክትታል የድሊ።

ናይ ፈሳሲ ምትካእ ኣገባባት

– ***ናይ መጀመርታ 4 ሰዓታት:*** 50 ሚሊሊተር ጸር-ድርቀት ፈሳሲ ንሓደ ኪሎግራም ክብደት ዘለዎ ቖልዓ (ንኣብነት 6 ኪሎግራም ንዝምዘን ቖልዓ 300 ሚሊሊተር ኣብተን ቀዳሞት 4 ሰዓታት ምሃብ)። ኣብ ኩንዲ ብብዝሒ ቀጻሊን በቢቁርቡን (ክንዲ ናይ ቡን ማንካ ዝኸውን) ፈሳሲ ምሃብን ኣድላዪ እዩ።
– ***ካብ ድሕሪ 5 ሰዓታት:*** ልሙድ ዝኾነ ብዝሒ ዝስተን ተወሳኺ 100 ሚሊሊተር ጸረ-ድርቀት ፈሳሲን ኣብ ነፍሲወከፍ ማያዊ ዝኾነ ቀልቀልን ምሃብ።

እንተድኣ ውጽኣት ብተደጋጋሚ ኣጋጢሙን (ካብ 4 ስጋብ 5 ግዜ ንላዕሊ) ኣቲ ቆልዓ ድማ ንእሽቶይ እንተኾይኑን (ትሕቲ 2 ዓመት)፣
እንተድኣ ውጽኣት ደም እተሓወሶ ኾይኑን፣
ኣንተድኣ ቆልዓ ክሰቲ ኣንተዘይደሊዩ ወይ ኩሉ ዝሰተዮ እንተኣምሊስዎ
ንናይ ቆልዑት-ሓኪም ምሕባር።
እንተ ቆልዓ ዉሑድ ዝኮነ ማይ ካብ ስውነቱ እንተኸይድዎን (ትሕቲ ሓደ ግዜ ኣብ 8 ሰዓታት) ኣዝዩ ሁዱእ ኣንተኾይኑን፣
ኣንተ ቆልዓ ኣብ ሕማቕ ኩነታት እንተሃሊዩ ወይ ድማ ቡርቱዕ ረስኒ ኣንተሃሊዎን፣ ዋል እውን ደሓን ዝኮነ ውጽኣት ይኹን፣
ኣምቡላስ ክትጽውዑ የድሊ (ቴሌ. 144)

ሓበሬታ: – ካብ ጸባ-ጡብ ኣደ ዝምገብ ዕሸል ማያዊ ዝኾነ ቀልቀል ኽጋጥሞ ሉሙድ እዩ።
– እተጠቕሱ ናይ ፈሳሲ ምትካእ ኣገባባት ኣብ እዋን ቀጻሊ ተምላስ (ዋላ እውን ውጽኣት ምስዘይህሉ) ምጥቃም

ብተደጋጋሚ ዝኸሰቱ ኩነታት

ሕማም ከብዲ/ ቅርጸት

ናይ ከብዲ ሕማም ኣብ ኣቐልዑት ዝተፈላለዩ መተስኢ ምኽንያታት ክህልዎም ይኽእል- ጉንፋዕ፣ ኣንጂና (ናይ ኣፍልቢ ሕማም)፣ ረኽሲ ናይ ሽንቲ-ማይ መተሓላለፊን ኸብድን፣ ድርቀት(ምዕጋት)፣ ነድሪ ናይ መቐመጫን ካልኦትን። ብተወሳኺ ድማ ናይ ኣእምሮ ወጥርታት ናይ ኸብዲ ሕማም ኸምጽኡ ይኽእሉ።

ናይ መጀመርታ ስጉምትታት

ኣንተድኣ ቃንዛ ሓያል ኾይኑ:

1. ንውላድኹም ኣብ ህድእ ዝበለ ቦታ ግበርዎ።

2. ዓቀን ናይ ንብሲ ሙቀት ውሰዱ። ኣንተ ድኣ ወሲኹ፣ ንረስኒ ክቅንሱ ዝኽእሉ ስጉምትታት ውሰዱ።

3. ንውላድኩም ውሑድ ሽኮር ዘለዎን መጠኑ ንእስ ዝበለ ዝስተ ሃብዎ።

4. ንውላድኩም ንዝተወሰኑ ሰዓታት ተሪር መግቢ ዘይምሃብ።

እንተድኣ ቐልዓ ውጽኣትን ረስንን ሃሊዎ ወይ ድማ እንተኣምሊሱን፣
እንተድኣ ቐልዓ ሽንቲ-ማይ ክሸይን እንተ ኣሕሚምዎ፣ ኣንተድኣ ኣብ ላዕለዋይ ክፍሊ ናይ ብልዕቲ ከቢብ ዝሓበጠ ነገር እንተረኺብኩም (ኢንግዊናል ሀርንያ፣ ኣብ ገጽ 26 ተመልከቱ)፣
ኣንተድኣ ፍረ-ነብሲን ናቱ መትሓዚን ሓቢጡ፣

እንተድኣ ቃንዛ ሓያል ኮይኑ፣ ብዘይምቅናስ እንተቀጺሉ ወይ ድማ ኣብ የማናይ ክፍሊ ናይ ከብዲ እንተኾይኑ፣

እንተድኣ ቐልዓ ብሰንኪ ቃንዛ እንተተዓጺፉ፣

ብዘይምድኑጋይ ንሓኪም ናይ ቖልዓ ሓብርዎ።

እንተድኣ ቖልዓ ኣዚዩ ደኺሙ፣ ሓፈሻዊ ኩነታቱ እንተቢኢሱ ወይ ድማ ናይ ቆርበት ሕብሩ እንተ ድኹሙ ወይ ቀይሕ እንተ መሲሉ

ንኣንቡላስ ደውሉ (ቴሌ. 144)

ኢንግዊናል ሀርነያ

ንሰለስተ ወርሒ ዝበጽሐ ምላድኩም ፓምፐር ክትቅይሩሉ እንከለኹም ኣብ ኸባቢ ብልዕቱ (ኣብ ኣወዳት ልዕሊ ፍረ-ነብሲ፣ ኣብ ኣዋልድ ድማ ላዕለዋይ ክፍሊ ናይ ብልዕቲ ከንፈር) ክብብን ትርርን ዝበለ ሕበጥ ክትዕዘቡ ትኽእሉ። ኣብ ከምዚ ኣጋጣሚ እቲ ተኽእሎ ናይ ሕማም ኢንግዊናል ሀርንያ ናይ ምኻን ዓቢ ኣዩ።

ናይ መጀመርታ ስጉምትታት

1. ኣንተ ድኣ ቆልዓ ክበኪ ጀሚሩ፣ ከተዕግስዎ ፈትኑ። ነብሱ እንተፈታቲሕዎ (ብፍላይ ድማ ኣብ ማይ ናይ ባኞ ብምኻን)፣ መብዛሕትኡ ግዜ ኢንግዊናል ሀርነያ ይጠፍእ። እቶም ተረርትን ኸበብቲ ሕበጥ እንደገና ክመጺ ይኽእሉ ግን ዝጠፍእን ዝመጽን ኢንግዊናል ሀርነያ ዘሰክፍ ጸገም ኣየስዕብን።

2. ተመኩሮ ዘየብልኩም ኣንተኮይኑ ንኢንግዊናል ሀርነያ ናብ ውሽጢ ክትመልስዎ ኣይትጻዕሩ፣ ካብ ጥቅሙ ጉድኣቱ ስለ ዝዓዝዝ ድማ መጽቀጢ ጨርቂ (ባንዴጅ) ኣይትጠቀሙ።

እንተ ድኣ ንመጀመረታ ግዜ ኢንግዊናል ሀርነያ ኣብ ውላድኹም ተዓዚብኩም **ምእንቲ መርመራ ክገብር ንናይ ቖልዓ-ሓኪም ደውሉ።**

እንተ ድኣ ኢንግዊናል ሀርነያ ተሪርን ሓያልን ኾይኑ (ዝተላገበ ሀርኒያ)፣
እንተ ድኣ ቖልዓ ንሰዓታት በኽዩን ቃንዛ ዘለዎ ኢንግዊናል ሀርነያ ኣንተ ኾይኑን፣
እንተ ድኣ ቖልዓ ኣምሊሱን፣

ብዘይ ምድንጓይ ንሓኪም-ቖልዓ ሓብርዎ።

ሓበሬታ: ኣብ ዕሸላት መብዛሕቱ ግዜ ኣብ ኸባቢ ዕትብቲ ተመሳሳሊ ሕበጥ ይርአ። ኣብ ኸምዚ ናይ «ዕትብቲ ሀርነያ» ግን ናይ ምልግጋብ ጸገማት ኣይስዕብን፣ እንተዘይ ኣዚዮም ዓበይቲ ኾይኖም ድማ መጥባሕቲ ሳሕቲ ይግበር ፣ ነኣሽቱ ናይ ዕትብቲ ሀርነያ ምስ ዕድመ እንዳጠፍኡ ይኸዱ።

ብተደጋጋሚ ዝኽሰቱ ኩነታት

ድርቀት

ኣብ እዋን ድርቀት ቀልቀል ሳሕቲ ይመጽእን ተሪር ድማ ይኸውንን። ድርቀት ብሰንኪ ሕማም ዝስዕብ ኣይኮነን፣ መብዛሕትኡ ግዜ ብሰንኪ ኣመጋግባ ወይ መንፈሳዊ ናይ ኣእምሮ ኩነታት ይስዕብ።

ናይ መጀመርታ ስጉምትታት

1. ፈኮስቲ ዝኾኑ መግብታት ተጠቀሙ: ናይ ፍረታት ጽማቕ፣ ዝተመጣጠኑ መግብታትን።

2. ዘዘውትሮ ናይ «ደገ (ቐልቐል)ምውጻእ እዋናት» ኣስተብህሉ።

3. ቖልዓ ናብ ዓይኒ-ምድሪ ንምኻድ ድፍኢት እንተኣርእዩ ኣይትዓንቅፍዎ።

4. ብዘይ ትእዛዝ ናይ ሓኪም ኣብ መቐመጫ ምንም ኣይትግበርሉ (ንኣብነት ኽም ዝውተፍ ወይ ፈሳሲ ናይ ግላይሰሪን)።

እተጠቅሱ ስጉምትታት ሓገዝ እንተዘይኣበርኪቶም፣
እንተ ድኣ ቖልዓ ተምላስ ጌርሉ ወይ ሓያል ቃንዛ እንተሃሊዎ፣
ንሓኪም ናይ ቖልዓ ሓብርዎ።

ጸገም ምስትፋስ

ኣብዚ ምስትፋስ ኣጸጋሚ ይኸውን ብድምጺ ድማ ይስነ። ቖልዓ «ንምስትፋስ ይቃለስ»፣ ሓደ ሓደ እዋን ከንፈሩ ናብ ሰማያዊ ሕብሪ ይቅየር።
እንተ ድኣ ንኣሽቱ ነገራት «ኣብ ጌጋ ክፍሊ ጎሮሮ ኾይኖም» (ማለት ኣብ ናይ ንፋስ መተሓላለፊ)፣ ኣብ ነኣሽቱ ቖልዑት ኸም እተጠቅሱ ምልክታት ክረኣዩ ይኽእሉ።

ስለዚ ኣብ ዝኾነ እዋን ሞልጎም፣ ከበብትን ተረርትን ነገራት፣ **ፍረ ፉል** ዝኣመሰሉን ኣብ ከባቢ ክትገድፉ የብልኩምን!

ኣንተ ድኣ ቖሎዓ ረስኒ ሃሊዎ፣ እንተ ለዚዩን ብሰንኪ ናይ ጎሮሮ ሕማም ክውሕጥ እንተዘይኪኢሉን፣ **ሕማም ናይ ኤፒግሎቲስ** (ኤፒግሎቲቲስ) ክኸውን ይኽእል።

ሓበሬታ: እዚ ኩነታት እዚ ንሂወት ኣስጋኢ ስለ ዝኾነ ብቅልጡፍ ክሕከም ይግባእ!

እንተ ድኣ ገጽን ጎሮሮን ናይ ቖልዓ ሓቢጦም ናይ **ኣለርጂ (ቁጠዓ) ግብረ-መልሲ** ክኸውን ይኽእል።

ካልኦት ሳዕቤን ክኾኑ ዝኽእሉ ስይዶ-ክሩፕ ወይ ድማ መርከስቲ ናይ ድምጺ ክፍሊ ኣብ ጎሮሮ (ናይ ምንባሕ ድምጺ ዘለዎ ሰዓል፣ ኣብ ገጽ 9 ተመልከቱ)፣ ኣዝማ ወይ ብሮንኪሊቲስ (ኣብ ገጽ 9 ተመልከቱ) እዮም።

ናይ መጀምርታ ስጉምትታት

1. ህድኣት ይሃልኹም። ሸቀልቀል ብምባል ግብረ-መልሲ እንተሂብኩም፣ ፍርሒ ናይ ቖልዓ ይዓቢን ብሰንኩ ድማ ናይ ምስትፋስ ጸገም ይስዕብን።

2. ኣብ **ዝኾነ ኣጋጣሚ** ኣብ ኣፍ ውላድኩም ዝኣተወ ነገር ክትፍትሹ ኽትፍትኑ ወይ ኸኣ ጸገም ንኸተንፍስ እንዳሃለዎ ኣብ ኣፉ ገለ ነገር ክትውትፍሉ **የብልኩምን።**

   ቖልዓ ትሕቲ 2 ዓመት ምስዝኸውን፣ ኣብ ብርክኹም ብከብዱ ብምግባር ኣብ ሕቁኡ ጠብ ጠብ ኣብልዎ። ስዒቡ ቖልዓ ብምግልባጥ ኣብ ማእከል ኣፍልቢ ዝርከብ ዕጽሚ (ስተርኑም) ሓሙሽተ ግዜ ጽቀጥዎ።
   ምስ ዓቢ ዝኾነ ቖልዓ ብድሕሪኡ ብምኻን የእዳውኩም ትሕቲ የእዳዉ ብምትሕልላፍ ስጋብ ኣፍልቡ ምግባር። ብምስዓብ ሓደ ኢድኩም ኣብ ኸባቢ ኸብዱ እታ ሓንቲ ድማ ኣብ ልዕሊኣ ግበርዋ። የእዳውኩም ናብ ላዕሊ ገጹ ብምድፋእ፣ ንሓጺር ግዜ ግን ብሓይሊ ጽቀጥዎ።

3. እንተ ድኣ ቖልዓ ስይዶ-ክሩፕ ወይ ድማ ብሮንኪሊቲስ ኣለዎ ኢልኩም ሓሲብኩም፣ ኣብ ባኞ ደንደስ ***ኮፍ*** ኸም ዝብል ብምግባር ውዑይ ማይ ካብ ቡንባ ወይ ሻወር ብምፍሳስ ብዝተኻእለ መጠን ብዙሕ ሃፋ ምፍጣር።

➕

እተወስዱ ስጉምትታት ብዘየገድስ ገና ቐልዓ ንምስትፋስ ጸገም እንተሃሊዎ፣

ኣንተ ድኣ ሓደ ነገር ዊሒጡን ኸውጾ እንተዘይኪእሉን፣

ሃለዋቱ ምስዘጥፍእን፣

ኣምቡላስ ክትጽውዑ ይግባእ (ቴሌ. 144)።
እንተ ድኣ እቲ ኣገባብ ተማሂርኩሞ ነይርኩም ኾንኩም፣ ቐልዓ ምስ ዘየትንፍስ፣ እንደገና ትንፋስ ምዝራእ ምፍታን (ሪቫይታሊዘሽን)።

ምንፍጥፉጥ

ውላድኩም ወዲቁ። እንተ ተዛሪብካዮ መልሲ ኣይህብን፣ ብሓይሊ ድማ የተንፍስ፣ ጸጸንሑ ድማ ኢዱ ወይ እግሩ ፈጥፈጥ የብሎ። እዚ ሓደ ናይ ምንፍጥፉጥ ኩነታት እዩ፣ ብሰንኪ **ረስኒ** (ምንፍጥፉጥ ረስኒ ኣብ ገጽ 8 ተመልከቱ)፣ ብሓያል ምንፍጥፉጥ ናይ ሸክና ወይ ድማ አፒለፕሲ ዝስዕብ እዩ።

ናይ መጀመርታ ስጉምትታት

1. ህድኣት ይሃልኹም። መብዛሕትኡ እዋን ምንፍጥፉጥ ድሕሪ ዉሑዳት ደቓይቕ ባዕሎም የቃርጹን ንርእሲ ድማ ኣይገድኡን።

2. ቖልዓ ባዕሉ ንነብሱ ከይገድእ ጥንቃቐ ግበሩ (ምስ ተሪር ነገር ብምግጫው)።

3. ብጎኒ ወይ ድማ ብኸብዱ ብምድቃስ ክዳውንቱ ኣውጽእሉ።

4. እንተ ቖልዓ ረስኒ ሃሊዎ፣ ንረስኒ ክቕንሱ ዝኽእሉ ስጉምትታት ውሰዱ (ንረስኒ ዝምልከት ኣብ ገጽ 6 ተመልከቱ)፣ እንተ ድኣ ሃለዋቱ ገና ስሑቱ እንተሃልዩ ግን ኣብ ኣፉ ምንም ኣይተሃብዎ።

እንተ ውላድኩም ንመጀመርታ እዋን ናይ ምንፍጥፉጥ ሓደጋ ምስ ወይ ድማ ብዘይ ረስኒ እንተኣጋጢምዎ፣

እንተ እቲ ምንፍጥፉጥ ምውዳቕ ናይ ብርእሲ ኣስዒቡ፣

ኣንተ ውላድኩም ቅድሚ ሕጂ ምንፍጥፉጥ ብዘይ ረስኒ ኣጋጢምዎ እንተነይሩን እዚ ናይ ሕጂ መጥቃዕቲ ድማ ልዕሊ 10 ደቓይቕ እንተጸኒሑን፣

ንኣምቡላስ ደውሉ (ቴሌ. 144)።

ኣንተ ቖልዓ ድሮ ናይ ምንፍጥፉጥ መጥቃዕቲ እንተኣጋጢምዎን ንስኹም ድማ ኩነታት ናይ ቖልዓ ከተህድእዎ እንተዘይኪእልኩም፣

ኣብ ውሽጢ ውሑዳት ሰዓታት ምስ ናይ ቖልዓ-ሓኪም ተረዳድኡ።

ሃለዋት ምጥፋእ

ኣብ እንተወሰነ ግዜ ቖልዓ ኸ ም ልሙድ ንቁሕ ክነሱ ኸም ኣብ ኸቢድ ድቃስ ኸም ዘሎ ይኸውን። ብዘይስሩዕን ብዓው ዝበለ ዝስማዕ ድምጺ የተንፍስን።

ናይ መጀምርታ ስጉምትታት

1. ህድእ በሉ። ብጎድኒ ድማ ንቖልዓ ኣደቅስዎ።

2. ንቖልዓ ኣብ መንኮቡ ሓዝዎ፣ ቀስ ኣቢልኩም ነቕንቕዎን ኣብ እዝኑ ድማ ቀንጥውዎ ኸም ዝትስእ ብምግባር፣

3. ኩነታት ምስትፋሱ ድማ ተኸታተሉ።

እንተ ድኣ ቖልዓ ናብ ሃለዋቱ እንተዘይተመሊሱ፣

ንኣምቡላስ ደውሉ (ቴሌ. 144)።

እንተ ድኣ ቖልዓ ናብ ሃለዋቱ ተመሊሱ፣

ብዘይምድኑጋይ ንናይ ቖልዓ-ሓኪም ሓብርዎ።

ምምራዝ

ምክልኻል ካብ ምፍዋስ ይሓሸ!
መርዛም ዝኾነ ነገር ኣብ ኢድ ትሕቲ 5 ዓመት ቆልዓ ከይበጽሕ
ጥንቃቀ ግበሩ! ካብ ኸባቢ ገዛኹም ወጻኢ ፍሉይ ጥንቃቀ ውሰዱ!

መርዛማት ነገራት ቆልዑ ክረክብዎ ዝኽእሉ:

ክሽነ	መጽረይ ካልሺዩም (ኖራ)፣ ቱቦ መጽረይ፣ ናይ መሕጸቢ ምህርትታት፣ መሕጸቢ ምህርቲ ናይ ኣቕሑት ሓጻቢት ማሽን፣ ባራኪና
ባኞ	መሕጸቢ ምህርትታት፣ **መድሃኒታት፣** ኮስመቲክስ
ዓይነ-ምድሪ	ናይ ጸረ-ረኽስታት ምህርትታት፣ ዶደራንት
መደቀሲ-ክፍሊ	**መድሃኒታት** ኮስመቲክስ
ሳሎን-ክፍሊ	ኣልኮላዊ መስተ፣ ነዳዲ ንመብራህትን ንጋዝን ዘገልግል፣ ናይ ትንባኾ ምህርትታት
ባልኮን/ጋራጅ	መርዛማት ተክሊ፣ ጸረ-በረድ ምህርትታት፣ በንዚን ናይ መኪና መሕጸቢ ምህርትታት
ናይ ሆብይ(ዝንባሌ)ክፍሊ	ቅመማት ናይ ምስናዕን ስእልን ጆርዲንን

ህጹጽ ኩነታት

ኩሉ እተገብረ ጥንቃቀታት ብዘየገድስ እንተ ምምራዝ ስዒቡ ...

ናይ መጀመርታ ስጉምትታት

1. ቆልዓ ንኸምልስ ክትፍትኑ የብልኩምን (ብጀካ ካብ ናይ ሓኪም ትእዛዝ ወጻኢ)።

2. እዞም ዝስዕቡ ክትፈልጥዎም ፈትኑ፣
   – እንታይ ዓይነት መርዚ
   – ክንደይ ዝኣክል
   – ኣበየናይ እዋን ተወሲዶም ነይሮም።

3. ቆልዓ ዘይልሙድ ምልክታት እንተኣርእዩ ተከታተሉ።

4. ውላድኩም ክንደይ ***ክብደት*** ይህልዎ?

ብዘይ ምድንጓይ ንሓኪም ናይ ቆልዓ ወይ ድማ ንቶክስ-ሰንትሩም ኣብ ዙሪኽ ደውሉ (ቴሌ. 145)፣ እዞም ኣብ ላዕሊ እተጠቕሱ ሕቶታት ይሓትኩምን እንታይ ክትገብሩ ኸም ዘለኩም ምኽሪ ይህብኹምን።

ኣይትረስዑ: እንተ ድኣ ሰብ ናብ ሆስፒታል ንኽትኸዱ መኺናኩም በይንኹም ምስ ቆልዓ ኣይትጋዓዙ። ቆልዓ ዝወሓጦም ነገራትን ምስ መሸፈኒኦምን፣ ድሮ ዘምለሶምን ንእሽቶይ ሽሓንን ኸትርስዑ የብልኩምን!

ንኣምቡላስ ደውሉ (ቴሌ. 144)፣

እንተ ድኣ ቆልዓ ሃለዋቱ ስሒቱ ወይ ድማ ብዘይስሩዕ እንተ ኣተንፈሱ፣

ሓደጋታት

ኣብዚ ድማ ገና እዚ ዝስዕብ ኣገዳሲ ይኸውን: ምኽልኻል ካብ ምፍዋስ ይሓይሽ!
ብፍላይ ክትጥንቀቅሎም ዘለኩም ካብ ናይ ንፋስ መጥለሊ መሳርሒ፣ ድስትን በራድን ብውዑይ ማይ ዝመልኣ፣ ሶኬት፣ መሓንበሲ፣ ዝተሓዝኣ መንበሪ ቦታን (ቢዮቶፕ)... ካልኦት ብዙሓትን!

ንምኽርታት ካብ ናይ ሓደጋ-ምክልኻል ክፍሊ ምኽሪ ወሃቢ (bfu) ርኣይዎም።

ምንዳድ

ናይ መጀመርታ ስጉምትታት

1. ድሕሪ ዝነደደ ናይ ቖርበት ክፍሊ ካብ ዝተረፈ ክዳን ነጻ ምግባርኩም (እንተ ድኣ ኣድላይ ኾይኑንን እንተተኻኢሉን)፣ ጥራሕ ንዝነደደ ክፍሊ ብቕልጡፍ ብማይ-ጸሓይ ማይ (15–20°) ብምጥቃም ኣዝሕልዎ። ኣብ ቖርበት ዝለገበ ክዳን ብሓይሊ ኣይትእለይዎ።

   ኣስተውዕሉ: ዕሸላት፣ ሃለዋቶም ዘጥፍኡ ቖልዑ ወይ ድማ ኣዝዩ ዝተጎድአ ክፍሊ ኣካላት ክዝሕሉ የብሎም።

2. ኸም መዕገሲ መድሃኒት ፓራሰታሞል ተጠቀሙ።

3. እንተ ድኣ ክዳን ናይ ቖልዓ ተቓጺሉ፣ ዝሑል ማይ ብምጥቃም ኣጥፍእዎ ወይ ድማ ብርጉድ ዝበለ ጨርቂ ካብ ***ሰይንተቲክ (ምሉእ ጡጥ ዘይኮነ) ዘይተሰርሐ*** ጠቕልልዎ።

ዋላ እውን መንደድቲ ናይ ላዕለዋይ ክፍሊ ጥራሕ ይምሰል ወይ ድማ ጥራሕ ኣብ ንእሽቶይ ክፍሊ ይኹን፣

ናይ ቖልዓ-ሓኪም ሓብርዎ!

እንተ ድኣ መንደድቲ ውሽጢ ዝኣተወ እንተመሲሉ ወይ ድማ ዓብይ ክፍሊ ዝሸፈነ እንተኾይኑ፣ **ብቕልጡፍ ንቖልዓ ናብ ሆስፒታል ኣምጽእዎ!**

ኣስተውዕሉ:
- መንደድቲ ኣብ ገጽ፣ ኣብ ኢድን እግርን ኸምኡ እውን ኣብ ክፍሊ ብልዕቲ ናይ ግድን ብሓኪም ክምርመር ይግባእ።
- ስብሒ ወይ ውን መሸፈኒ ቁስሊ ጡጥ ኣብ ኣተቓጸለ ክፍሊ ዘይምግባር።
- ማይ ዝማዓገ ቁስሊ ባዕልኹም ኣይተንትዕዎ።

ሓደጋ ኤሌትሪክ

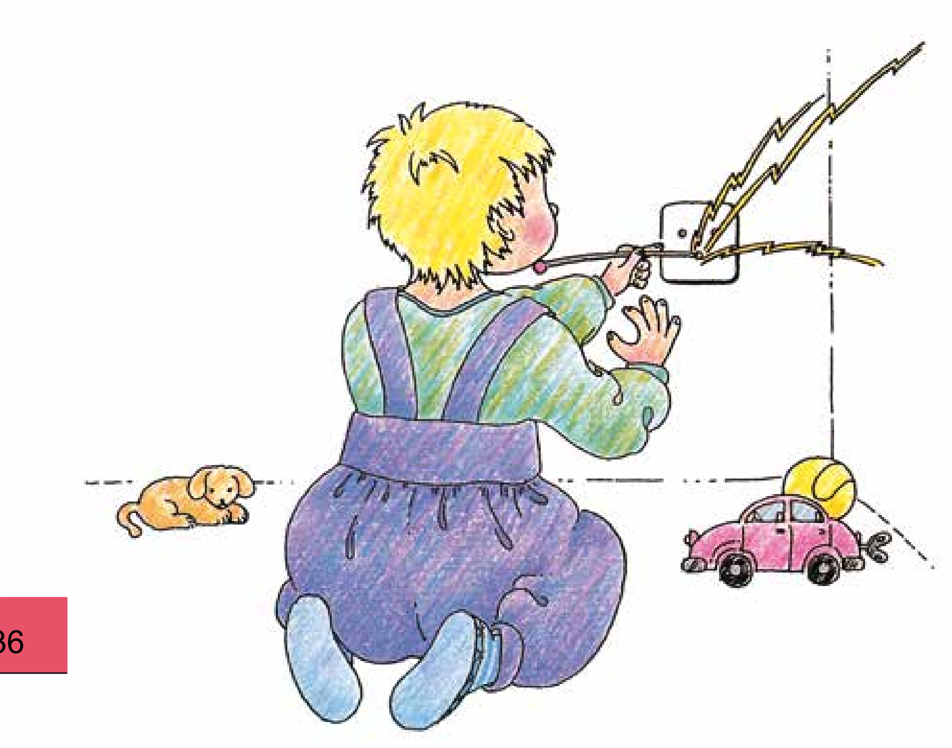
ናይ መጀመርታ ስጉምትታት

1. ***ቅድሚ ቖልዓ ምሓዝኩም፣*** ምንጪ ናይ ኤሌትሪክ ኣጥፍእዎ። ኸምዚ እንተዘይተኻኢሉ ንቖልዓ ካብ ምንጪ ናይ ኤሌክትሪክ ብሓጽን ዘይኾነ ነገር ብምጥቃም ፍለይዎ። ***ኢድኩም*** ግን ናይ ግድን ***ንቁጽ*** ክኸውን ኣለዎ።

2. ቖልዓ ሃለዋቱ ኸምዘየጥፍአ ኣረጋግጹ። እንተድኣ ቖልዓ ሃለዋቱ ኣጥፊኡን ኣገባባት ናይ እንደገና ትንፋስ ምዝራእ (ሪቫይሊቲዘሽን) ትፈልጥዎም እንተኾንኩምን፣ ነዚ ኣተግብርዎ።

3. ቖልዓ ምንዳድ ኣጋጢምዎ ምኻኑን ዘይሙኻኑን ኣረጋግጹ፣ እንተ ድኣ ኣጋጢምዎ ኾይኑ ድማ ዝነደድ ቖርበት ብማይ-ጾሓይ ማይ ኣዝሕልዎ (ገጽ 35 ተመልከቱ)።

ኣምቡላስ ጸውዑን (ቴሌ. 144) ኣንተድኣ ገና እቲ ቖልዓ ሃለዋቱ ዘጥፍአ ኾይኑ፣ ናይ እንደገና ትንፋስ ምዝራእ ስርሓት ቀጽልዎ።



ህጹጽ ኩነታት

ምጥሓል

ናይ መጀመርታ ስጉምትታት

1. ገና ቐልዓ ሃለዋቱ ኣጥፊኡ እንተሃልዩ፣ ድሕሪ ክዳን ምልባስኩም፣ ብርጉድ ዝበለ ወይ ድማ ዝነቀጸ ጨርቂ ጠቕልልዎ።

እንተ ድኣ ቐልዓ ሃለዋቱ ስሒቱን እንተ ድኣ ንስኹም እንደገና ትንፋስ ምዝራእ ኣገባባት ክትገብሩ ትኽእሉ ኮይንኩምን፣ እቲ ስራሕ ብቕልጡፍ ጀምርዎ። ኣምቡላንስ ጸውዑ (ቴሌ. 144)።

ኣስተውዕሉ: ዋላ እውን ቐልዓ ሃለዋቱ ኣይስሓት፣ ኣብ ዝኾነ ኩነታት ናብ ሆስፒታል ኣምጽእዎ። ምኽንያቱ ድሕሪ ዝተወሰነ ሰዓታት ናይ ሓደጋ ኸይተረፈ ጸገማት ኺጋጥሙ ስለ ዝኽእሉ።

ውላድኹም

- ጽቡቅ ዝኾነ ሸውሃት ኣለዎ፣
- ውሑድ ወይ ድማ ምንም ኣየምልስን፣
- ሓደ ወይ ብዙሕ ግዜ ደገ (ቀልቀል) ክወጽ ይኽእል፣
- ረስኒ የብሉን (ትሕቲ 38 ዲግሪ)፣
- ብሓይሊ ክዋጭጭ ይኽእል።

ምንም ስክፍታታ ክትገብሩ የብልኩምን ዋላ እውን እንተ ቖልዓ...

- ካብ 19 ስጋብ 22 ዘሎ ሰዓታት ብዘይ ምቁራጽ እንተዋጭጩ (እዚ ኣየቅስንን ግን ልሙድ እዩ)፣
- እንተ በኽዩን እግሩ በቢእዋኑ እንተዘርጊሑን፡ እዚ ድማ «ኮሊክ» (ሃንደበታዊ ቃንዛ ብሰንኪ ናይ ቅልጽም ምቅጻር) ምልክት ክኸውን ይኽእል፡ ንምኽሪ ንሓኪም ተወከሱ፣
- ጸባ ጡብ ኣደ ክሰቲ እጸንሕ እሞ ግን ቀልቀል እንተዘይብሉ፡ ጸባ ጡብ ኣደ ጥራሕ እንተሰትዩ፣ እዚ (ቀልቀል ዝይምህላው) ከጋጥም ይኽእል እዩ። ምናላባሽ ቖልዓ ጽቡቅ ዘይስምዖ ከይሀሉ፣ ንናይ ቖልዓ-ሓኪም ሕተትዎ።

ግን...

- ኣንተድኣ ቖልዓ ልዕሊ 38 ዲግሪ ናይ ሰውነት-ሙቀት እንተሃሊዎ፣
- ምናልባሽ ኸምዘይልሙድ እንተተንቀሳቒሱ (ብፍላይ ብድኹም ሓይሊ ምስ ዝበኺ)፣
- እንተድኣ ቀጻሊን «እዝዩ ብምስሓብን» እንተ ኣምሊሱ፣
- እንተ ድኣ ቀልቀሉ ቀጢንን ቀጻልን እንተኾይኑ (ዋላ እውን እቲ ቖልዓ ጸባ ጡብ ኣደ እንተጦበበ)፣
- ኣንተ ድኣ ሕንብርቱ ቀይሑን ጻዕዳ ወይ ብጫ ፈሳሲ ኣንተሃሊዎን፣

ተቀላጢፍኩም ንሓኪም ሓብርዎ!

ብናይ ስዊዘርላንድ ናይ ፐዲያትሪ ማሕበረሰብ እተሓትመ

ደረስቲ፡	ዶክ. ኢ. ጀርማን-ኒኮድ
	ዶክ. ጅ. ራሲነ ስታም
ናይ ቓንቓ ጀርመን ምውህሃድ፡	ዶክ. ኡ. ሊፐስ
	ዶክ. ስ. ግሸቨንድ-ኣይገንማን
ኣርእስቲ ናይ ፈለማ	
ሕታም ብፈረንሳ፡	ቪንሰንት፣ ሶፊን ካልኦትን ...
	© 1995፣ ዶክ. ኢ. ጀርማን-ኒኮድ
© 1995	ዶክ. ኢ. ጀርማን-ኒኮድ
	መበል 16 ሕታም 2016
ስእልታት፡	በርብኣታሌር ሃፐን ኢ. ማየር፣ በርን
ጽሑፍን ምሕታምን፡	ስ+ዝ፡ጉትዙምድሩክ፣ ብሪግ-ግሊስ

migesplus.ch
ማዕከን ሓበሬታ ኣብ ኢንተርነት
ንጥዕና ዝምልከት ብዝተፈላለዩ
ቋንቋታት

Schweizerisches Rotes Kreuz
migesplus.ch

ssp sgp
SWISS SOCIETY OF PAEDIATRICS
Ihre Ärztinnen und Ärzte für Kinder und Jugendliche
Les médecins de vos enfants et adolescents
I medici dei vostri bambini e adolescenti