

## **ኮቪድ-19፡ ሓበሬታ ንሕሙማት**

### **ናይ ሓካይም ምክልኻል ለበዳ፡ ቆጽሊ ወረቆት ምክልኻል ለበዳ**

#### **ስለምንታይ እዩ እዚ ሓበሬታ ንዓይ ተዋሂቡኒ?**

መርመራታት ኮሮና ቫይረስ ሳርስ-ኮቭ-2 ዘስዕቦ ረኽሲ ናይ ኮቪድ-19 ከም ዘለካ ኣርእዮም ኣሎዉ።

#### **ኮቪድ-19 እንታይ እዩ?**

ኮቪድ-19 ረኽሲ ቫይረስ ከይኑ ሙብዛሕቱ ግዜ ፈኩስ ምልክት-ሕማም ከም ነድሪ-ኣፍንጫ፡ ቃንዛ ጎረቤት፡ ደረቕ ሰዓልን ረስንን ዝፈጥር እኳ እንተኾነ ንገሊኡም ሰባት ግን ናይ ምስትንፋስ ጸገም ዘለዎ ከቢድ ሕማም ስለ ዘኾነሉም ኣብ ሆስፒታል ኣትዮም ክንክን ሕክምና ክረኽቡ ይግደዱ እዮም። ናይ ጭዋዳታት ቃንዛ፡ ሕማም ርእሲ፡ ድኻም፡ ዝተዳኸመ ናይ ምሽታትን ምስትምቓርን ክእለት ከምኡ ውን ውጽኣት ዘለዎ ሕማም ከስዐ ካልኣት ምልክታት ሕማም ናይ ኮቪድ-19 ክኾኑ ይኽእሉ እዮም።

#### **ኮቪድ-19 ከመይ ጌይሩ ይመሓላለፍ?**

ኮቪድ-19 ብቐዳምነት በቲ ካብ ሻምብቆ መስተንፈሲ ዝመጽእ ነጠብጣብ ኣቢሉ ኣብ መንጎ ሰባት ጥቡቕ ርክብ ኣብ ዝግበረሉ እዋን ይመሓላለፍ። ሓደ በዚ ሕማም እተታሕዞ ሰብ ክህንጥስ፡ ክስዕል፡ ክዛረብ ወይ ከስተንፍስ ከሎ ናእሽቱ ነጠብጣባት ናብቲ ከባቢ ይዝርግሉ። እቲ ረኽሲ ናብ ውሽጢ ብምስትንፋስ ወይ ብዘይጽፋይ ኣእዳው ኣብ ኣዲንቲ ወይ ኣብቶም ኣብ ኣፍንጫን ኣፍን ዘለዉ ልፋጫዊ ሽፋናት ብምትንካፍ ናብ ኣካላት ክኣትዉ ይኽእሉ።

ሓደ በዚ ረኽሲ ዝተታሕዞ ሰብ ገና ቅድሚ ምልክታት ሕማም ምጅማሩ ንኸልኣት ሰባት ከመሓላልፈሎም ይኽእል እዩ። ሓደ ሰብ ካብ ዝተለኸፈሉ ክሰብ ዝሓመሉ ዘሎ ግዜ (ግዜ-ሕቕፍ) ካብ 2 ክሰብ 14 መዓልታት ይፈላለ እዩ። ሙብዛሕትኡ ግዜ ካብ 3 ክሰብ 4 መዓልታት እዩ።

#### **ንኸንደይ ዝኸውን ግዜ እዩ ኣላጋቢ?**

ነዚ ሕማም ናብ ካልኣት ሰባት ተመሓላልፈሉ ግዜ ካብ ሰብ ናብ ሰብ ክፈላለ ትኽእል እዩ። ሙብዛሕትኡ ግዜ እቶም ብኸቢድ ዝሓመሙ ሰባት ካብቶም ብፈኩስ ዝሓመሙ ሰባት ንላዕሊ ንንውሕ ዝበለ ግዜ ኣላባዕቲ እዮም።

- ካብታ ምልክታት ሕማም ዝገበረልካ መዓልቲ ኣትሒዙ እንተ ወሓደ ን5 መዓልታት ከም ኣመሓላለፈ ሕማም ኢኻ እትሕሰብ። ኣብዘን ዝሓለፉ ዳሕረዎት 2 መዓልታት ጥዕናኻ ብሓፈሻ እንተ ዘይተመሓይሹን ካብ ረስኒ ናጻ ኪንካን፡ ካብ 5 መዓልታት ቍሩብ ዝነውሕ ግዜ ኣመሓላለፈ ሕማም ክትከውን ትኽእል ኢኻ። ድሕሪ 5 መዓልታት ከም ደረቕ ሰዓልን ዝተዳኸመ ናይ ምሽታትን ምስትምቓርን ስምዒት ዝኣመሰለ ፈኩስ ምልክታት ጥራይ እንተ ኾይኑ ተሪፍ ዘሎ፡ ድሕሪኡ ከም ኣመሓላለፈ ሕማም ኣይትሕሰብን ኢኻ። ዝኾኑ ምልክታታት ከይሃለዉኻ መርመራ ጌርካ እንተ ጌርካ፡ ካብታ መርመራ ዝተወስደላ መዓልቲ ጀሚሩ 5 መዓልታት ይቕጽር።
- ፍሉይነት ካብዚ ኣብ ላዕሊ ዘሎ፡-**ሰራሕተኛ ኣብ ክንክን ጥዕናንን ማሕበራዊ ሓልዮትን እንተ ኪንካ እሞ እንተ ወሓደ 3 ክታቦት እንተ ዘይተኸቲብካ፡** ካብ እትሓምም እንተ ወሓደ ን7 መዓልታት ከም ኣመሓላለፈ ሕማም ኢኻ እትሕሰብ። ዝኾኑ ምልክታታት ከይሃለዉኻ መርመራ ጌርካ እንተ ጌርካ፡ ካብታ መርመራ ዝተወስደላ መዓልቲ ጀሚሩ 7 መዓልታት ይቕጽር።
- **ኣብ ፍሉይ መንበሪ ኣረጋውያን ትነብር** እንተ ኪንካ ወይ **ኣብ ሆስፒታል ሕክምና ተገይሩላካ ነይሩ** እንተ ኾይኑ፡ ሓኪምካ ንኸንደይ ዝኣክል ግዜ ኣመሓላለፈ ሕማም ክትከውን ከም ትኽእል

COVID-19, PATIENTINFORMATION, TIGRINJA

ሐበሬታ ክህበካ ይኸእል እዩ። እዚ ዋላ ኣዚዩ ዝተዳኸመ ምክልኻል ዓቕሚ ሕማም ይሃልኻ ይምልከተካ እዩ።

**ንኸልኡት ካብ ለበዳ ንኸከላኽለሎም እንታይ ምግባር የድልየኒ?**

- ክሳብ ኣመሓላላፊ ሕማም ዝኸንካ ኣብ ገዛኻ ክትጸንኹን ምስ ካልኡት ሰባት ናይ ቀረባ ርክብ ከተወግን ትምከር ኢኻ።
- ሰራሕተኛታት ክንክን ጥዕናን ማሕበራዊ ሓልዮትን እንተ ኳንካ ንወሃብ ስራሕካ ክትሕብር ትምከር።

**ምክትታል ኣሰር ረኽሲ - እንታይ ማለት እዩ?**

ኣብቲ ብኮቪድ-19 ብኸቢድ ንኸሓሙ ዘስግኡ ሰባት ዘለውዎ ቦታታት ክንክን ሕማምን ማሕበራዊ ሓልዮትን ምክትታል ኣሰር ረኽሲ ክግበር ኣለዎ። ስለዚ እዩ ነቶም ኣብ ክንክን ጥዕናን ማሕበራዊ ሓልዮትን ዘለዉ ነዚ ለብዒ ተቓሊዕም ክኾኑ ዝኸእሉ ሰባት ንምርካብን ምሕባርን ኣብ ዝግበር ምክትታል ኣሰር ረኽሲ ክትሳተፍ ትግደድ።

**ንኮቪድ-19 ወይ ካልእ ሕማም ክንክን ሕክምና እንተ ኣድልየኒ ከመይ እገብር?**

- ምኽሪ ክንክን ሕማም ምስ ዘድልየካ ናብ ቊጽሪ ተሌፎን 1177 ደውል። ሽዑ ነቲ ምልክታት ሕማም ንምግምጋም ወይ ንሕክምና ናበይ ክትከይድ ከም ትኸእል ሓገዝ ክትረክብ ትኸእል ኢኻ።
- ናብ ሕክምና ምኽድ ዘድልየካ እንተ ኾይኑ፡ ናብ ሓደ ክሊኒክ ብቐጥታ ኣይትኺድ፡ መጀመርታ ክትድውል ኣገዳሲ እዩ። እዚ ነቶም ካልኡት ኣብቲ ክሊኒክ ዘለዉ ሰባት ሕማም ንኸይተተሓላፈሩም እዩ። ኣብ ትድውለሉ እዋን ከመይ ክትገብር ከም ዘለካ መምርሒታት ክወሃበካ እዩ።
- ንኒውት ብዘስግእ እንተ ሓሚምካ ናብ 112 ደውል።