Vårdguiden
STOCKHOLMS LÄNS LANDSTING

ናይ ሓሰማ ኢንፍልወንዛ

እዚ ሓድሽ ኢንፍልወንዛ ዝተብሃለ ሕማም ሓዱሽ ዝዓይነቱ ኢንፍልወንዛ እዩ። ሓድሽ ስለ ዝኾነ ድማ ብዙሓት ሰባት ንዑኡ ናይ ምክልኻል ዓቕሚ የብሎምን። ምልክታት ናይዚ ሕማምዚ ረስኒ : ምስዓል: ናይ ጎሮሮ ቃንዛ: ናይ ሙሉእ ሰውነት ቀጨውጨው: ናይ ርእሲ ቃንዛን ድኻምን እዮም። ውጽኣትን ተምላስን'ውን ኬስዕብ ይኽእል እዩ። ናይዚ ኢንፍልወንዛ ምልክት ምስ ዚስማዓካ፣ ክሳዕ ረስንኻ ወሪዱ ሓደ መዓልቲ ካብ ረስኒ ነጻ እትኸውን ኣብ ገዛኻ ክትቅኒ የድልየካ። ኣብ ኣውራጃ ስቶክሆልም እትቕመጥ ወይ ንነዊሕ እዋን እትጸንሕ ምስ እትኸውን: ብነጻ ክታበት ክትገብር ትዕደም ኣሎኻ።

ብሓፈሽኡ ናይ ሓሰማ ኢንፍልወንዛ ብዝብል ስም ዝፍለጥ እዚ ሓድሽ ኢንፍልወንዛ'ዚ A(H1N1) ዘጥቀያም ነቶም ካብ ሰላሳ ዓመት ንታሕቲ ዝዕድመኦም ሰባት እዩ። ይኹን እምበር: ካልእ ዝዕድመኦም ሰባትውን ክሓሙ ይኽእሉ እዮም። መብዝሕተኦም ዝሓመሙ ሰባት: እቲ ቅልል ዝበለ ሕማም እዩ ተራእይዎም። ኣብ ሃገር ሽወደን ውሑዳት ሰባት ጥራሕ እዮም ናይ ሆስፒታል ሕክምና ዘድለዮም። ካብቶም ናይ ሓሰማ ኢንፍልወንዛ ዝሓመሙ ሰባት 5 ሚእታዊ እዮም ናይ ሆሲታል ሕክምና ዘድለዮም: ገለ ካብኣቶም ንብርቱዕ ሕማም ዘድሊ ሕክምና ተገሩሎም። ገለ ውሑዳት ድማ ናብ ሞት በጺሖም እዮም።

ምልክቱ ናይ ተራ ኢንፍልወንዛ ይመስል

ናይ ሓሰማ ኢንፍልወንዛ ምልክት ናይ ተራ ኢንፍልወንዛ እዩ ዝመስል። ረስኒ የልዕለልካ: የስዕለካ: ጎሮሮኻን ሙሉእ ሰውነትካን የቖንዝወካ: ርእሰኻ የሕመካ: ከምኡውን ድኻም ይስመዓካ። ካብኡ ሓሊፉ: እዚ ናይ ሓሰማ ኢንፍልወንዛ'ዚ ውጽኣትን ተምላስን ኬስዕበልካ ይኽእል እዩ።

ከም ልሙድ: እዚ ኢንፍልወንዛ'ዚ ድሕሪ ሓሙሽተ - ሸውዓተ መዓልታት ይገድፈካ። ይኹን እምበር ኣብቲ ቀጻሊ ክልተ ሰለስተ ሰሙናት'ውን ናይ ድኻም ምልክት ኪስመዓካ ይኽእል እዩ። ከምቲ ኣብ ተራ ኢንፍልወንዛ ዘጋጥም: እዚ ሓድሽ ኢንፍልወንዛ'ውን ከም ናይ ሳምቦእ ነድሪ (lunginflammation): ናይ ሶርኖ ነድሪ (bihåleinflammation) ከምኡውን ካልእ ናይ ረኽሲ ሕማም ኬስዕበልካ ይኽእል እዩ።

ከይላገበካ ክትገብሮ እትኽእል ጥንቃቐታት

ከምቲ ተራ ኢንፍልወንዛ እዚ ሓድሽ ኢንፍልወንዛ ዝላገብ: ዝሓዞ ሰብ ምስ ዝስዕልን እንጥሽ ምስ ዝብልን እቲ ቫይራስ ናብ ኣየር ተበቲኑ ናብ ናይ ካልእ ሰብ መተንፈሲ ኣካላት ክኣቱ እንተሎ እዩ። እቲ ምስ ብዙሓት ሰባት ዝራኸብ ሰብ ከምኡውን ኣብ ገዛ ውሽጢ ጥቓ ካልኦት ሰባት ዝቕመጥ ሰብ: እዚ ሕማም ብቐሊሉ ክላገቦ ይኽእል። እቲ ሕማም ኣብ ደገ ብቐሊሉ ክማሓላለፍ ኣይኽእልን። ስጋ ሓሰማ ይኹን ካልእ መግቢ ብምብላዕ ኣይላገብን።

ከይላገበካ ነዚ ዝስዕብ ምኽሪታት ቀልቢ ግበረሉ
- ናብ ካልኦት ሰባት ኣጸቢቕካ ዘይምቕራብ: ንኣብነት ናይ ኢድ ሰላምታ ይኹን ምስዕዓም ይትረፍካ
- ኣእዳውካ ኣዘውትሪካ ተሓጸብ። ኣእዳውካ ተሓጺብካ በኣልኮል ምጽራግውን ጠቓሚ እዩ።
- ዓይንትኻን ኣፍንጫኻን ኣፍካን ቅድሚ ምትንካፍካ: ኣእዳውካ ተሓጸብ
- ናብ ሕማም ዝሓዞ ሰብ ኣይትቕረብ
- ክትስዕል ወይ እንጥሽ ክትብል ከሎኻ: ገጽካ ብኢድካ ወይ ብናይ ወረቐት መንዲል ክተቅበሎ የድልየካ
- ብብዝሒ ካብ ገዛ ወጻኢ ኹን።

ምስ እትሓምም

ናይዚ ኢንፍልወንዛ መንቀሊ ቫይራስ ስለ ዝኾነ: ብፔንሲሊን መድሓኒት ዚፍወስ ኣይኮነን። ካብ ካልእ ሕማም ነጻ እንድሕር ኮይንካ: ነቲ ናይ ኢንፍልወንዛ ምልክታት ከዕገሰልካ ዝኽእል ስጉምቲ ምውሳድ እኹል እዩ።

- ክሳዕ ትኩሳትካ ወሪዱ ሓደ መዓልቲ ካብ ትኩሳት ነጻ እትኸውን: ኣብ ገዛኻ ዕረፍ: ማለት: ናብ ስራሕ ወይ ናብ ቤት ትምህርቲ እይትኺድ። ንኽገድፈካ ካብ 5-7 መዓልታት ይወስድ።
- ብጣዕሚ ኣድላዪ እንተዘይኮይኑ: ካብ ምስ ሰብ ምርኻብን ካብ ምዝዋርን ተቖጠብ
- ማይ ብብዝሒ ስተ
- ዕረፍቲ ግበር: ኣይትተሃወኽ

Vårdguiden
STOCKHOLMS LÄNS LANDSTING

- ብዙሕ ደቅስ
- ኣድላዪ ምስ ዝኸውን: ናይ ትኩሳትን ናይ ቃንዛ መዕገሲ መድሓኒታትን ውሰድ።

ሕክምና ምድላይ

ሓደ ካብቶም ዜስገኡም ዝበሃሉ ጉጅለታት ምስ እትኸውን ወይ ነፍሰ-ጾር ምስትኾኒ

ንሓድሓደ ሰባት እዚ ሓድሽ ኢንፍልወንዛ ብርቱዕ ሕማም ኬስዕበሎም ይኽእል እዩ። ንሳቶም ድማ እዚ ዚስዕብ ዓይነት ጸገማት ዘለዎም እዮም።

- ነባር ዝኾነ ናይ ልቢን ናይ ደም መተሓላለፊ ሕማምን ዘለዎም
- ነባር ዝኾነ ናይ ሳምቦእ ሕማም (ንኣብነት ኣዝማ ወይ ኩል KOL ዝበሃል ብሽጋራ ዝለዓል ናይ ሳምቦእ ሕማም) ዘለዎም
- ነባር ዝኾነ ናይ ጸሊም ከብዲን ናይ ኩሊትን ሕማም ዘለዎም
- ሽኮርያ ዘለዎም
- ብዝተፈላለየ ምኽንያታት ሰውነቶም ባዕሉ ናይ ሕማም ምክልኻል ዓቕሙ ዝደኸመ። (እቲ ድኻም ንኣብነት ብናይ ዘርኢ ተወርሶ ወይ ድማ ሓድ ሓደ መድሓኒታት ብምውሳድ ወይ ሉኪሚ ብዝበሃል ናይ ካንሰር ሕማም ወይ ብናይ hiv ለበዳ ምኽንያት ዝለዓል ክኸውን ይኽእል)።
- ኣብ ምትንፋስ ጽልዋ ዘሕድሩ ናይ ነርቭ ወይ ናይ ነርቭን ናይ መትኒ ጭዋዳን ሕማም (neuromuskulära sjukdomar) (ንኣብነት ከም ALS, MS ከምኡውን ሕማም ፓርኪንሶን) ዘለዎም
- ካብ ልክዕ ንላእሊ ርጉደት (BMI ካብ 40 ንላእሊ) ዘለዎም እዮም።

ካብኡ ንላዕሊ ድማ:

- ነፍሰ-ጾራት ደቂ ኣንስትዮ
- ከም cerebral pares ዝበሃል ወይ ኣካላዊን ስነ ኣእምሮኣዊን ምስንካል ዘለዎም ቆልዑ እዮም።

ሓደ ካብቶም ዘስገኡም ዝበሃሉ ሰባት ምስ እትኸውንሞ ናይ ኢንፍልወንዛ ምልክታት ምስ ዝረኣየካ: ከይደንጎኻ ምስ ኣገልግሎት ሕክምና ርክብ ክትገብር የድልየካ። ሓደ ካብቶም ዘስገኦም ዝበሃሉ ሰባት እትናቢ ምስ እትኸውንውን: ኢንፍሉወንዛ ምስ ዝሕዞ ቀልጢፍካ ምስ ኣገልግሎት ሕክምና ርክብ ግበር። ኣብ መዓልቲ 24 ሰዓት ናብ Vårdguiden (ሓባሪ ሕክምና) ቁጽሪ ስልኪ 08-320 100 ብምድዋል: 0 ጠዊቕካ ብቋንቋ ሽወደን ወይ ብእንግሊዝኛ **ናበይ ምኻድ ከምዘድልየካ ክትሓትት** ትኽእል ኢኻ።

ካልእ

ዝሓዘካ ኢንፍልወንዛ ካብ ሓደ ሰሙን ንላዕሊ ምስ ዘሳቕየካ ወይ ናይቲ ሕማም ምልክት ከቢድ ምስ ዝኸውን ምስ ናይ ሕክምና ኣገልግሎት ርክብ ምግባር የድልየካ እዩ። እዚ ኩነታት'ዚ:ካልእ ሕማም ከም ዘሎካ ወይ እቲ ኢንፍልወንዛ ናብ ከቢድ ዝዓይነቱ ሕማም ይምዕብል ከምዘሎ ዚሕብር ክኸውን ይኽእል እዩ። ኣብ መዓልቲ 24 ሰዓት ናብ Vårdguiden (ሓባሪ ሕክምና) ቁጽሪ ስልኪ 08-320 100 ብምድዋል: 0 ጠዊቕካ ብቋንቋ ሽወደን ወይ ብእንግሊዝኛ **ናበይ ምኻድ ከምዘድልየካ ክትሓትት** ትኽእል ኢኻ።

ከምኡ እትገብር ድማ ንኣብነት:

- ካብ 38,5 ድግሪ ንላዕሊ ረስኒ ካብ ሰለስተ መዓልታት ንላዕሊ ምስ እተርኢ
- ናይ ምትንፋስ ጸገም ምስ ዝስመዓካ
- ከቢድ ዝዓይነቱ ናይ ኣፍ ልቢ ቃንዛ ምስ ዝስመዓካ
- ሓፈሻዊ ኩነታትካ ከም ቀደምካ ምስ ዘይትኸውን እዩ።

ቅድሚ ናብ vårdcentral (ክሊኒክ) ወይ ናብ husläkarmottagningar (ናይ ምዱብ ሓካይም ተቐባሊ ሕሙማት) ምኻድካ: ስልኪ ደዊልካ ተዘራረብ። ንኻልኦት ሰባት ከይተላግበሎም ምጥንቃቕ ኣገዳሲ እዩ።

Vårdguiden
STOCKHOLMS LÄNS LANDSTING

ሓገዝ ተርጓማይ ናይ ምርካብ መሰል

ቋንቋ ሽወደን እትመልኽ ምስ ዘይትኸውን፡ ናብ ኣገልሎት ሕክምና ወይ ናብ ሕክምና ስኒ እትኸደሉ እዋን ናይ ተርጓማይ ሓገዝ ምርካብ መሰል ኣሎካ። ገንዘብ ዝኸፈሎ'ውን ኣይኮነን። ቆጸራ ክትገብር ከሎኻ፡ ባዕልኻ ወይ እቲ ዝሕግዘካ ሰብ፡ ተርጓማይ ከም ዘድልየካ ክትሕብሩ ይግባእ። እቲ ተርጓማይ ኣብቲ ቦታ ሕክምና በኣካል ተረኺቡ ወይ ድማ ብስልኪ ኪትርጉም ይኽእል።

ጽሑፍ ዝተኣረመሉ ዕለት፡ 2009-10-23
ኣድራሻ፡ www.vardguiden.se