ድሕሪ ክታበት ዝግበር ክንክን፥ ኣብ ዕድመ ትምህርቲ ዝርከቡ ቆልዑን መንእሰያትን

ኣብ ዝቕጽሉ ሒደት መዓልታት እንታይ ክትጽበዩ ከም ዘለኩምን ንደቅኹም ብኸመይ ከም እትከናኸኑን ተማሃሩ

ድሕሪ ገለ ክታበት ደቅኹም ክህልዉዎም ዝኽእሉ ኃድናዊ ሳዕቤናት

ድኻምን ሕማም ርእስን

ዕግርግር፣ ተምላስን ውጽኣትን

ረስኒ፣ ቊሪ-ቊሪ ምባልን ምንቅጥቃጥን/ ገብገብን

ቃንዛ ጭዋዳታትን መላግቦታትን

ቃንዛ፣ ምቕያሕን ሕበጥን ኣብ'ቲ ክታበት ዝተዋህበሉ ቦታ

ምስ ክታበታት ኮቪድ-19፣ ክሳብ 7 መዓልቲ ብድሕሪኡ ከጋጥም ይኽእል

ድሕሪ ክታበታት ኮቪድ-19፥ ዝሓበጡ ሊምፍ ኖድስ (lymph nodes) ኣብ ትሕቲ ትሽቱሽ (armpit)

ድሕሪ'ቲ ናብ ኣፍንጫ ዝንጻግ ክታበት ኢንፍሉዌንዛ፥ ኣፍንጫዊ ማዕበስትን ጸረርን ዝብል ኣፍንጫን

ድሕሪ ክታበት ንፍዮ፣ ጽግዕን ንፍዮ ጀርመንን (MMR) ፍሮማይን ረስኒ፣ ዕንፍሩርን ከምኡ'ውን ካልኦት ኃድናዊ ሳዕቤናትን ድሕሪ ክታበት ካብ 1-2 ሰሙናት ኣቢሉ ከጋጥም ይኽእል ኢዩ።

መብዛሕትኦም ኃድናዊ ሳዕቤናት ቅልል ዝበሉ ኰይኖም ድሕሪ 1-2 መዓልታት ይገድፉ

ብፍላይ ንክታበት ዝምልከቱ ኃድናዊ ሳዕቤናት፣ HealthLinkBC Files ኣብ
immunizebc.ca/immunization-schedules/school-age

ነዞም ዝስዕቡ ኣብ ዝቕጽል ገጽ ርኣዩ፥

ደቀይ ዝሓሸ ንክስምዖም ከመይ ገይረ ክሕግዞም እኽእል?

ዝሕግዙ መድሃኒታት

ሕክምናዊ ቆላሕታ መኣስ ከምትደልዩ

ብዝተቓለለ ቻይንኛ (简体中文)፣
ያታዊ ቻይንኛ (繁體中文)፣
ፋርሲ (فارسی)፣ ኮርያኛ (한국어)፣
ፑንጃቢ (ਪੰਜਾਬੀ)፣ ከምኡ'ውን ካልኦት
ቋንቋታትን ይርከብ

BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority

British Columbia | ImmunizeBC

ድሕሪ ክታበት ዝግበር ክንክን፥ ኣብ ዕድመ ትምህርቲ ዝርከቡ ቆልዑን መንእሰያትን

ንደቀይ ዝሓሸ ክስምዖም ብኸመይ ክሕግዞም እኽእል?

ንቃንዛ ወይ ሕበጥ ኣብ'ቲ ክታበት ዝተዋህበሉ ቦታ፥

- ☑ ኣብ ልዕሊ እቲ ቦታ ዝሑልን ርጡብን ጨርቂ ወይ ዝተጠቕለለ በረድ ግበሩሉ
- ☑ ቅልጽም ውላድኩም ኣብ መዓልቲ ብዙሕ ግዜ ኣንቀሳቕሱ።
- ☑ ምቹእነት ክስምዖም መድሃኒት ሃብዎም (*ኣብ ታሕቲ ርኣዩ*)።

ንረስኒ፥

- ☑ ንደቅኹም ብዙሕ ዕረፍቲ ከምዝህልዎም ግበርዎም።
- ☑ ንደቅኹም ብዙሕ ፈሳሲ ንክሰትዩ ኣተባብዕዎም
- ☑ ደቅኹም ፈኲስ ከምዝኽደኑ ግበርዎም።
- ☑ ረስኒ ንምውራድን ናይ ዘይምቾኡነት ስምዒት ንምጒዳልን ንክሕግዞም ብዘይ ትእዛዝ ሓኪም ብዝሸየጡ (over-the-counter) መድሃኒታት ፈትንዎም።

ናይ ኣካላት ቦታ	ንቡር ዝርግሐ (Range)	ረስኒ
ትሽቱሽ	36.5-37.5 ºC	≥ 37.6 ºC
ኣፍ*	35.5-37.5 ºC	≥ 37.6 ºC
እዝኒ	35.8-38 ºC	≥ 38.1 ºC
መሃንቱስ (መዓኮር)**	36.6-38 ºC	≥ 38.1 ºC

ኣስተውዕሉ፥ ኣብ ግንባር ምልካዕ ተርሞመትራት ዘይቅኑዓት ክኾኑ ይኽእሉ ኢዮም።

* ትሕቲ 5 ዓመት ንዝኾኑ ቆልዑ ኣይትጠቐሙ።
** ክትገብርዎ ከምትኽእሉ ምስትትኣማመኑን ውሃቢ ክንክን ጥዕና ከመይ ገርኩም ብዘጸገም ከምትጥቀምሉ ምስ ኣርኣየኩምን ጥራይ ናይ መሃንቱስ (rectal) ተርሞሜተር ተጠቐሙ።

ንረስንን ቃንዛን ዝሕግዙ መድሃኒታት

ረስኒ ንምንካይ ኲሉ ግዜ መድሃኒታት ኣየድልዩን ኢዮም። ቃንዛታት ንምፍዋስን ደቅኹም ዝያዳ ምቹእነት ከምዝስምዖም ንምግባርን የገልግሉ።

እዞም ዝስዕቡ ብዘይ ትእዛዝ ሓኪም ብዝሸየጡ (over-the-counter) መድሃኒታት ክትህብዎም ትኽእሉ ኢኹም፥

- ☑ **Acetaminophen**፣ ከም Tylenol® ዝኣመሰሉ።
- ☑ **Ibuprofen**፣ ከም Advil® ዝኣመሰሉ።

ብዘይ ትእዛዝ ሓኪም ዝሸየጡ መድሃኒታት ኣብ ትጥቀሙ እዋን ምኽርታት ድሕነት፥

- ☑ ኣብ'ቲ ተለጣፊ ዘሎ ጽሕፈት (label) ንዘለዉ መምርሒታት ተኸተሉ። ካብ'ቲ ዝተሓበረ ንላዕሊ ዓቐን ኣይትሃቡ።
- ☑ ትሕቲ 18 ዓመት ንዝኾነ ሰብ ASA (Aspirin®) ኣይትሃቡ።

ሕክምናዊ ቆላሕታ መኣስ ከምትደልዩ

ድሕሪ ክታበት ዘጋጥሙ ከበድቲ ጎድናዊ ሳዕቤናት ኣዝዮም ሳሕቲ ኢዮም። እንተ ኣጋጢሞም ግን ስጉምቲ ምውሳድ ኣገዳሲ'ዩ።

ደቅኹም እዘም ዝስዕቡ እንተድኣ ኣለዉዎም ብኡ-ንብኡ/ተቐላጢፍኩም ሕክምናዊ ቆላሕታ ድለዩ፥

- ምልክታት ወይ ስምዒታት ሕማም ናይ ከቢድ ኣለርጂካዊ መልሰ-ተግባር (ንኣብነት፣ ዕንፍሩራት፣ ጸገም ምስትንፋስ፡ ወይ ሕበጥ ጎሮሮ፣ መልሓስ ወይ ከናፍር)። እዚ ካብ ክሊኒክ ምስ ወጻእኩም እንተ ኣጋጢሙ፣ ናብ 911 ወይ ኣብ ከባቢኹም ዘሎ ናይ ህጹጽ እዋን (emergency) ቁጽሪ ደውሉ።
- ምንፍጥፋጥ (seizure)። እቲ ምንፍጥፋጥ (seizure) ን3 ደቓይቕ እንተጸኒሑ ናብ 911 ደውሉ።
- ልዕሊ 3 መዓልቲ ዝጸንሕ ረስኒ። ሓደ-ሓደ ግዜ፡ ረስኒ ምስ ክታበት ዘይዛመድ ናይ መጀመርታ ምልክት ሕማም ክኸውን ይኽእል ኢዩ፡
- ክታበት ኮቪድ-19 ተቐቢሎም ቃንዛ ኣፍልቢ፣ ሕጽረት ትንፋስ፣ ወይ ናይ ቅልጡፍ ህርመት ስምዒት፣ ድኹም/ዘይስሩዕ ወይ ብርቱዕ ህርመት ልቢ ምስዝህልዎም።
- ካልእ ዘተሓሳስብ ምልክታት ወይ ስምዒታት ሕማም ምስዘርእዩ (ንኣብነት፣ ብስእነት ማይ ዝነቐጹ (dehydrated)፣ ንክበራበሩ ዝጽገሙ፣ ኣዝዮም ዝጸምለዉ፣ ኣዝዮም ድኹማት፣ ከቢድ ተምላስ ወይ ውጽኣት ዘለዎም)

ድሕሪ ክታበት ንዝኾነ ከቢድን/ወይ ዘይተጸበኹሞን ጎድናዊ ሳዕቤናት ንናትኩም ወሃቢ ክታበት/ክሊኒክ ወይ ወሃቢ ክንክን ጥዕና ጸብጻብ ሃቡ።

መዝገብ ክታበት ደቅኹም ኣብ healthgateway.gov.bc.ca ርኸብዎ