TIGRIGNA

መስከረም (ሰፐተምበር) 11, 2009

ዝኸበርኩም ናይ ሲያትል መንግስታዊ ቤት ትምህርቲ ቤተሰብ፡

ናይ ሲያትል መንግስታዊ ቤት ትምህርቲ ዕላምኡ ንነፍስ ወከፍ ተመሃራይ ካብ ሓደጋ ሕልው ዝኾነን ጥዕና ዘለዎ ሃዋህው ኣብ ነፍስ ወከፍ ቤት ትምህርቲ ክህልው ብምግባር ብሉጽ ትምህርቲ ንምሃብ እዩ። ቤት ትምህርቲ ኣብ ምጅማሩ ብናይ ማእከን ዜናታት ክልቲኡ እቲ በብእዋኑ ዝመጽእ ኢንፍሉዌንዛን ከምኡውን 2009 H1N1 ስዋይን ፍሉ ዝብልዎ ኣብ ኮሚኒቲና ከምተራእየ ነንብብ ወይ ድማ ንሰምዕ ኣሎና። ናይ ቤት ትምህርቲ ምምሕድዳር ተመሃሮናን መማህራንናን ንነፍሲ ወከፍ ተመሃራይ ብሉጽ ትምህርቲ ኣብ ምሃቦም ከተኩሩ፡ ብብሄራውን፣ ስቴትን ናይ ከባቢ መንግስትን ጥዕና ዘለዎ ሃዋህው ኪህልው ንዘውጽእዎ መምርሕታት ክንስዕብ ኢና። ብናይ ሕማም መቆጻጸሪ ማእከል(ሲዲሲ)   ብዝተኻእለ መጠን ቤት ትምህርቲታት ክፉት ኪኾኑ ይላቦ። ናይ ተመሃሮና፣ ሰራሕተኛታትና ብሓፈሻ ኮሚኒቲና ጥዕናን ሓለዋን ንምርግጋጽ ኣብ ሲያትል ኪንግ ካውንቲ ምስ ዝርከብ ናይ መንግስታዊ ናይ ሓለዋ ጥዕና ዲፓርትመንት ሓቢርና ምስራሕና ክንቅጽል ኢና።

ናይ ፍሉ ቫይረስ ምልክታት ከም ሰዓል፣ ናይ ጉሮሮ ሕማም፣ ዝነብዕ ወይ ዝተዓብሰ ኣፍንጫ፣ ናይ ኣካላት ቃንዛ፣ ቁሪቁሪ ምባል፣ ድኻምን ስጋብ 100 ዲግሪ ወይ ልዕሊኡ ዝበጽሕ ረስኒ ኪኸውን ይኽእል። ናይ ዝኾነ ዓይነት ፍሉ ከይላባዕን ቤተሰብኩም ከይሓሙ ንምክልኻል ኮነ ናብ ኮሚኒቲና ከይሰራጨው ንምግባር ዝሕግዙ ገለ ገለ መገድታት ካብዚ ቀጺሎም ተጸብጺቦም ኣለው፤

- **ውላድኩም እንተድኣ ሓሚሙ ኣብ ገዛ ይጽንሕ/ትጽናሕ። እዚ ድማ ርስኒ ንኽገድፍ ዝውሰድ መድሃኒት ከይተጠቐምካ እቲ ረስኒ ምስ ገደፎም ድሕሪኡ ስጋብ 24 ሰዓታት ኪጸንሑ ኣለዎም። እዚ ድማ ካብ ቤት ትምህርቲ ፣ መውዓሊ ቆለውዕና ካልእ ህዝቢ ዝእከበሉ ቦታታት ዘይምኻድ ይርከቦ።**

- **ነፍስ ወከፍ ቆልዓ ካብዚ ኣስዒቡ ዘለው ነገራት ኪገብሩ ምምሃር**:

  ኢዶም ብሳሙናን ማይን ን 20 ደቒቕ ኣዘውቲሮም ኪሕጸቡ ። ብፍላይ ድማ ቅድሚ መግቢ ምብላዕን ሽቓቕ ምጥቃምን። ነዚ ብምግባር ጽቡቕ ኣርኣያ ምኳንካ ባዕልኻ ምርኣይ። ሳሙናን ማይን እንተዘየሎ ኣልኮልነት ዘለዎም ናይ ኢድ መጽረይ ምጥቃም ይከኣል እዩ።

  ካብቶም ዝሓመሙ ሰባት እንተወሓደ ሰለስተ ፊት ዝኣክል ርሕቕ ምባል።

  እንጥሾ ወይ ድማ ከተስዕሉ ከለኹም ኣፍኩምን ኣፍንጫኹምን ብልስሉስ ወረቐት ሸፍንዎ ወይ ድማ ኣብ ናይ ውሽጣዊ ናይ ኩርናዕ ኢድኩም እንጥሾ ወይ ክትስዕሉ ትኽእሉ ኢኹም። ነዚ ነገር እዚ ባዕልኹም ብምግባር ኣብነት ኩኑ። ጀርምታት ብኸምዚ ኩነታት ስለዝሰራጨው ዓይንኹምን፣ ኣፍንጫኹምን ወይ ኣፍኩም ኣይትሓዙ።

ኣብ ኮሚኒቲና መደባት ናይ ምሕንጻጽ ጻዕርታት ይካየድ ኣሎ። ናይ ቤት ትምህርቲ ምምሕድዳርን ቤት ትምህርትታትን ነቲ ናይ ፍሉ ቫይረስ ዝሰራጨወሉ መገዲ ውሑድ ኪኸውን መደባት ኣብ ምድላው ይርከቡ ኣለው። ካብዚ ዝግበር ጻዕሪ ሓዲኡ ድማ ናይ ሕማም መቆጻጸሪ ማእከል(ሲዲሲ) እቲ ናይ ፍሉ እዋን እንተድኣ ሓይሉ ቤት ትምህርቲን መውዓሊ ቆለውዕን ኪዕጸው መደብ ከውጽኡ ንናይ ከባቢ ኣመሓዳደርትን ኣብያተ ትምህርትን ሓቲቱ ኣሎ። ብተወሳኺ ኣብ ሲያትል ኪንግ ካውንቲ ዝርከብ ናይ ጥዕና ሓለዋ ዲፓርትመንት ነፍስ ወከፍ ቤተሰብ ካብዚ ኣስዒቡ ዘሎ ነገራት ኪገብሩ ሓቲቱ ኣሎ፤ 1) መዓልታዊ ቤተሰቦም ናይ ፍሉ ምልክታት ከይህልዎም ምምርማር 2) ቤት ትምህርትታት እንተድኣ ተዓጽዮም፡ ተመሃሮ ኣብ ገዝኦም ኪጸንሑሉ ዝኽእሉሉ መደባት ምድላው። እዚ ድማ ዋላ እኳ እቲ ተመሃራይ ናይ ፍሉ ምልክታት ኣይሃልዎ እምበር ኣብ ገዛ ኪጸንሓሉ ዚኽእለሉ ኩነታት ይርከቦ።

ሕቶታት ወይ ድማ ዘተሓሳስበኩም ጉዳያት እንተሎ ምስ ሓኪምኩም ተራኸቡ። ተወሳኺ ሓበሬታውን ካብ ናይ ፍሉ ሕጹጽ መራኸቢ ቴሌፎን ክትረኽቡ ትኽእሉ ኢኹም። 1-877-903-KING (5464) ወይ ድማ ካብ ናይ መንግስታዊ ጥዕና ሓለዋ ዲፓርትመንት ዌብ ሳይት ከተንብቡ ትኽእሉ ኢኹም። http://www.kingcounty.gov/healthservices/health/preparedness/pandemicflu/swineflu.aspx

ናይ ተመሃሮናን ናይ ቤት ትምህርቲ ኮሚኒቲናን ጥዕና ንምሕላው ኩላትና ብሓባር ክንሰርሕ ኣዝዩ ኣገዳሲ እዩ።

ካብ ልቢ

Jill Lewis

Jill Lewis, RN, MN
Student Health Services Manager