TIGRIGNA

ሚያዝያ(ኣፕሪል) 27, 2009

ዝኸበርኩም ናይ ሲያትል መንግስታዊ ቤት ትምህርቲ ተመሃሮ፣ ወለዲና ሰራሕተኛን፡

ብዛዕባ ስዋይን ኢንፍሉዌንዛ ኣብ ዋሽንግተን ስቴት ወይ ኪንግ ካውንቲ ዝተራእየ ነገር የለን። ነገር ግን ኣብዝሓለፈ ሒደት ሰሙናት ኣብ ውሽጢ ዩናይትድ ስቴትስ ዝተረጋገጸ ናይ ስዋይን ኢንፍሉዌንዛ ተራእዩ ኣሎ። ናይ ሲያትል መንግስታዊ ቤት ትምህርቲ ብዓል ሙያታት ዝኾነ ዓይነት ሕማም ወይ ድማ ኢንፌክሽን ንምምርማር ምስ ናይ ከባቢ፣ ስቴትና ሃገራዊ ናይ ጥዕና ወኪላት ብቐረባ ይሰርሕ ኣሎ። ከምኡውን ዝኾነ ዓይነት ኪባዛሕ ዝኽእል ክንምክተሉ ንኽእል ፕላን ኣሎና።

ስዋይን ፍሉ ኣብ ሰባት ከም ረስኒ፣ ናይ ጉሮሮ ቃንዛ፣ ሰዓል፣ ርእሲ ሕማም፣ ቁሪቁሪ ዘብልን ድኻምን ምልክታት ኣለዎ። እቲ ሕማም ንሸብዓተ መዓልቲ ኪጸንሕ ይኽእል እዩ። ነገር ግን ሰባት እቲ ምልክት ስጋብ ዘሎ ከመሓላልፉ ይኽእሉ እዮም። ንስኹም ወይ ውላድኩም ከም ኢንፍሉዌንዛ ዝኣመሰለ ምልክት ርኢኹም፡ ነቲ ነገር ብምቁጽጻር ኣድላይ እንተኾይኑ ንዶክተርኩም ደውሉ ወይ ድማ ምስ ናይ ቤት ትምህርቲ ነርስ ተዘራረቡ።

ናይ ሲያትል ኣብያተ ትምህርቲ ወለድን ሰራሕተኛታትን ብኸመይ ንምክልኻልን ንኽትሕለውን ኣገዳሲ ከምዝኾነ ከዘኻኽር ይፈቱ።

<u>ናይ ስዋይን ኢንፍሉዌንዛ ከይላገብ ንምክልኻል እንታይ ክትገብሩ ከምትኽእሉ።</u>

- እንጥሾ ክትብሉ ከለኹም ልስሉስ ወረቐት(ቲሹ) ወይ ናይ ኢድ ኩርናዕ ወይ እጅገ ተጠቐሙ። ምስተጠቀምኩም ነቲ ቲሹ ኣብ ጉሓፍ ደርብዩዎ።
- ኣዘውቲርኩም ኢድኩም ብሳምናን ማይን ተሓጸቡ። ብፍላይ ድማ ምስ ሰዓልኩምን እንጥሾ ምስ በልኩምን። ኣልኮል ዘለዎም ናይ ኢድ መሕጸብውን ኣስላጢ እዩ።
- ዓይንኹም፣ ኣፍንጫኹም ወይ ድማ ኣፍኩም ካብ ምሓዝ ተሓለው። ጀርምታት ብኸምኡ እዮም ዝሰራጨው።
- እንተሓሚምኩም ካብ ገዛኹም ኣይትውጽኡ።

<u>ናይ ስዋይን ፍሉ ምልክታት</u>

- ረስኒ፣ ሰዓል፣ ናይ ጉሮሮ ቃንዛ፣ ናይ ኣካል ቅርጥማት፣ ርእሲ ሕማም፣ ቁርን ድኻምን እዩ።

ብኽብረትኩም ተመሃሮ ካብዚ ቀጺሎም ዘለው ምልክታት እንተኣርእዮም ኣብ ገዛ ኪጸንሑ ኣለዎም፡ (ረስኒ ፡ ካብ 100 ዲግሪ ወይ ዝያዳ እንተኾይኑ)፣ ምምላስ ወይ ውጽኣት፣ ማይ ዝሞዓገ ተውሳስ፣ ከቢድ ናይ ኣፍንጫ ምሕታም ወይ ድማ ዝውትር ዝኾነ ሰዓል። ከምኡውን ውላድኩም ብዝላገብ ሕማም ተረኺቡሉ/ላ እንተኾይኑ ካብ ገዛ ከይትወጹ።

ዝኾነ ዓይነት ሕቶ እንተሊኩም ናብ ሲያትል ኪንግ ካውንቲ ናይ ሓለዋ ጥዕና ዲፖርትመንት ብቴሌፎን ቁጽሪ (206) 296-4949 ደውሉ። ወይ ድማ ዌብሳይቶም ርኣዩ www.kingcounty.gov/health ወይ ድማ ናይ ሕማም መቆጻጸሪ ማእከል ዌብሳይት ርኣዩ። www.cdc.gov.

ኣኽባሪኹም

Jill Lewis, RN MN
ናይ ተመሃሮ ጥዕና ኣገልግሎት ፕሮግራም ማናጀር