AMHARIC

ሚያዝያ(ኣፕሪል) 27, 2009

የተከበራችሁ የሲያትል መንግስታዊ ት/ቤት ተማሪዎች፣ ወላጆችና ሰራተኞች፡

የስዋይን ኢንፍሉዌንዛን በሚመለከት በዋሽንግተን ስቴት ወይም ኪንግ ካውንቲ የታየ ነገር የለም። ነገር ግን ባለፉት ጥቂት ሳምንታት በዩናይትድ ስቴትስ ውስጥ የተረጋገጠ የስዋይን ኢንፍሉዌንዛ ታይቷል። የሲያትል መንግስታዊ ት/ቤት ባለሙያዎች ማንኛውንም አይነት በሽታ ወይም ኢንፌክሽን ለመመርመር ከአካባቢያችን ከሚገኙ፣ ከስቴትና ከብሄራዊ የጤና ወኪሎች ጋር በቅርበት እየሰራን ነው። እንዲሁም የሆነ አይነት ሊዛመት የሚችል በሽታን ልንመክትበት የምንችልበት ፕላን አለን።

የስዋይን ፍሉ ምልክት በሰዎች ላይ እንደ ትኩሳት፣ የጉሮሮ ህመም፣ሳል፣ የራስ ምታት፣ ብርድብርድ የሚያሰኝና የድካም ምልክትን ያሳያል። በሽታው ለሰባት ቀናት ያህል ሊቆይ ይችላል። ነገር ግን ምልክቱ በሰዎች ዘንድ እስካለ ድረስ ሊተላለፍ ይችላል። እርስዎም ሆነ ልጅዎ ኢንፍሉዌንዛ የሚመስል ምልክትን ካዩ፡ ሁኔታውን በመቆጣጠር አስፈላጊ ከሆነ ለዶክተርዎ ይደውሉ ወይም ከትምህርት ቤት ነርስ ጋር ተነጋገሩ።

የሲያትል መንግስታዊ ት/ቤቶች መከላከልንና መጠበቅን በሚመለከት እጅግ አስፈላጊ መሆኑን ለወላጆችና ለሰራተኞች ለማሳሰብ ይፈልጋል።

<u>የስዋይን ኢንፍሉዌንዛ እንዳይዛመት ምን ማድረግ እንዳለብዎት</u>

- በሚያስነጥስዎ ጊዜ ኣብ ሉስሉስ ወረቐት(ቲሹ) ወይ ድማ ኣብ ናይ ኢድኩም ግናዕ ወይ እጅገ ተጠቀሙ። ከተጠቀማችሁ በኋላ ደግሞ ወረቀቱን በቆሻሻ ማጠራቀሚያ ላይ ይጣሉት።
- አዘውትራችሁ እጃችሁን በሳሙናና ውሃ ይታጠቡ። በተለይ ደግሞ ከሳላችሁና ካስነጠሳችሁ በኋላ። አልኮል ነክ ያለው መታጠቢያም ጠቃሚ ነው።
- አይንዎን፣ አፍንጫዎን ወይም አፍዎን ከመያዝ ተቆጠቡ። ጀርሞች በዚህ መንገድ ይተላለፉሉ።
- ከታመማችሁ ከቤታችሁ አትውጡ።

<u>የስዋይን ኢንፍሉዌንዛ ምልክቶች</u>

- ትኩሳት፣ መሳል፣የጕረሮ ህመም፣የአካል ቅርጥማት፣የራስ ህመም፣ ብርድብርድ ማሰኘትና ድካም ናቸው።

እባክዎን ከዚህ ቀጥሎ ያሉትን ምልክቶች ካያችሁ ከቤትዎ አይውጡ(ትኩሳት፡ ከ 100 ዲግሪ ወይም በላይ ከሆነ)፤ ትውከት ወይም ተቅማጥ፣ ወይም ውሃን የያዘ ቁስል፣ ከባድ የአፍንጫ መዘጋት ወይም የማያቋርጥ ሳል። እንዲሁም ልጅዎ የሚዛመት በሽታ ተገኝቶበት/ባት ከሆነ ከቤትዎ አይውጡ።

ማንኛውም አይነት ጥያቄ ካላችሁ ወደ ሲያትል ኪንግ ካውንቲ የጤና ጥበቃ ዲፓርትመንት በቴሌፎን ቁጥር 9206)296-4949 ደውሉ። ወይም ዌብሳይታቸውን ይጐብኙ። www.kingcounty.gov/health ወይም የህመም መቆጣጠሪያ ማእከል ዌብሳይትን ይጐብኙ። www.cdc.gov.

አክባሪያችሁ

Jill Lewis, RN MN
የተማሪዎች የጤና አገልግሎት ፕሮግራም ማናጀር