

እንድሕር ጸላም ከይገኙ፡ ወይ ውን ጸላም ኢንግሊዛዊት ኮይገኙ፡ ወላ ውን ኤዣዊት ኮይገኙ፡ ወይ ውን ኤዣን ኢንግሊዛዊት ኮይገኙ፡ ነፍሶጾር ኣብ ዘለኹሉ ህምት ብ ለበዳ ኮቪድ-19 ናይ ምልካፍ ተኸኢሎኹ ካብ ካልእ ውልቀሳብ ብተዓጻጻፍ ዝለዓለ እዩ።

ስለዚ እዩ እምበኣር ኩነታት ጥዕናኹ ንምፍላጥን ካብ ተኣፊፍቲ ነገራት ንምክልኻልን፡ ናብ ሕክምናዊ ማእከል ሕርስን ጥንሰን ብምኽፍያ ኩነታትኪ ክትፈልጡ ኩሎ ግዝፃ ክፅትን ውሑሶን ምዃን ክንሕብረኪ ንፊቱ። ንሕና ነዓኹ ብ ምሉእ ዓቕምና ንምድጋፍ ኩሎ ግዝፃ ድሉዎት ኢና።

For information to help you, your partner or family and friends keep safe please scan here

آپ کی معلومات کے لئے اور آپ کی اور آپ کے خاندان کی مدد اور حفاظت کے لئے یہاں سکین کریں

आपनाके, आपनार सञ्जीके अथवा परिवार उ व बङ्गुदेरके निरापदे थाकते साहाय्य करवे एमन तथ्यर जन्य अनुग्रह करे एथाने स्यान कर्न

للحصول على معلومات لمساعدتك أو مساعدة شريكك أو أسرتك و أصدقائك في الحفاظ على سلامتهم، يُرجى المسح هنا

स्वयं, अपने जीवन-साथी अथवा परिवार एवं मित्रों को सुरक्षित रखने में सहायता करने हेतु जानकारी प्राप्त करने के लिए कृपया यहां स्कैन करें।

Para obtener información que le ayude a usted, a su pareja o a su familia y amigos a mantenerse a salvo, por favor, escanee aquí:

Si vous avez besoin d'aide, d'informations, pour vous-même, votre partenaire ou votre famille et amis, cliquez ici

የእርስዎን፣ የሕይወት አጋርዎን፣ የቤተሰብዎንና የባልንጅሮቸዎን ደህንነት ለመጠበቅ የሚያገዝ መረጃ ለማግኘት እዚህ ይቃኙ

ንዓኹ፡ ን በዓል-ቤትኪ፡ ን ቤተ-ሰብኪ ወይ ውን ንፈተውትኹ፡ ረዳኦት ዝኹኑ ተወሳኺቲ ሓበሬታታት ምስ ትደልዩ ኣብዚ ስካን ብምግባር ተኸፋሊት ክትኾኑ ከም ትኸክሉ ክንሕብረኪ ንፊቱ።

Macluumaadka kaa caawinaya adiga, lammaanahaaga ama qoyskaaga iyo asxaabtaadu inay ammaan ahaadaan fadlan iskaan saar halkan

برای کسب اطلاعاتی که در حفظ امنیت شما، شریک زندگی یا خانواده و دوستانتان به شما کمک کند، لطفاً اینجا را اسکن کنید

بۆ زانیاری یارمه‌تیدانی تۆ، هاوبه‌شه‌که‌ت یان خیزانه‌که‌ت و برادره‌که‌ت سه‌لامه‌ت بن، نکایه ئیره سکان بکه



ሰሜናዊ-ምዕራብ ሕክምናዊ ማእከል ሕርስን ጥንሰን።

ዘቤታዊ ኣገልግሎት ምልካዕ መጠን ኦክስጅን ኣብ ደም

መርመራ ናይ ኮቪድ-19 ጊርኪ ኣሞ ኣቲ ውጽኢት መልክፍቲ ከምዘለኪ ዝሕብር ምስዝኹውን፡ ብኸብረትኪ ንኣኪምኪ (ጂፒ) ተወከሲ ኣሞ ናብ ኣብ ከባቢኹ ዝርከብ ብ ኣገልግሎት ሃገራዊ ጥዕና ዝካየድ ናይ ኣገልግሎት ዘቤታዊ ምዕቃን ኦክስጅን ኣብ ደም ከመሓልፊኹ ክኸክሎ ምእንታን።

እቲ ዝተመዘገብኩሉ ትካል ሓፊሻዊ ሓኪም (ጂፒ) ዕጽው እንተኾይኑ፡ 111 ብምድዋል ምስ ሓፊሻዊ ሓኪም (GPs) ብምዝርራብ ናብ ኣገልግሎት ናይ ዘቤታዊ መለኪ መጠን ኦክስጅን ኣብ ደም ከመሓልፊኹ ብኸብረትኪ ክትውከሲ ንሕብር። እቲ ኣገልግሎት ናይ ዘቤታዊ ምልካዕ ዓቕን ኦክስጅን ኣብ ደም ናይ ከም ሕክምናዊ መሳርሒ መመርመሪ ዓቕን ኦክስጅን ኣብ ደም ከምኡውን መጠን ኦክስጅን ኣብ ደም ንምቁጽጻር ዘኸክል ምኽርን ድጋፍን ካብ እቲ መርመራ ናይ ኮቪድ-19 ጊርኪ መልክፍቲ ከምዘለኪ ውጽኢት ዝረኽብኩሉ ዕለት ጀሚሩ ን 2 ሰሙን ዝኣክል ኣገልግሎት ክገብሩልኪ እዮም።

እዚ ሓበሬታዚ ነፍሶ-ጾር እንተድኣኮንኪ ኣብደን መዓሰን ኣገልግሎት ሕክምናዊ ምኽሪ ከም ዘድልዩኪ ዝገልጽ ሓበሬታ እዩ።

ኮረና ቫይረስ ምስዝህልወኪ ኣሞ ነፍሶጾር ምስ እትኾኒ ኣብ ሓጺ ኣሞን ቀልጢፍኪ ብቲ ሕማም ክትጥቀሩ ትኸክሉ ኢኹ። እዚ ድማ ንዓኹን ነቲ ዕቕልን ብኣሉታ ክጸሉ ዝኸክል እዩ። ዘሻቕለኪ ነገር እንተልዩ ነቲ ውሽጥኹ ዝብለኪ ስምዕዮ!

- ዘጠራ-ጥረኪ እንተሃልዩ ተመርመሪ!
- ዘሰከፍ ነገር እንተሃልዩ ተዛረብሉ
- ዘሰከፊኪ ነገር ብግብኡ ተሰሚሑ ኣቓልቦ ከምዝግበረሉ ግበሪ
- ክሳብ ጽባሕ ወይ እቲ ዝቐጽል መዓልቲ ቆይራ ክጽብ ኣይትበለ

ነፍሶ-ጾር እንተኮንኪ ወይ ዝኾነ ብዛዕባ ጥዕናኹ ደኹን ጥዕና ናይ እቲ ዕቕል ዘሰከፊኪ ነገር እንተልዩ ወይ ውን ምስ ሰባት ክይተራኹብኪ ዝሓር ርክብኻ ኣብ ምፍላይ ከምጽኡ ዝኸክል ጽልዎታት ኣብ ዘለኪ ቆይራታት ብዝምልከት ሕቶታት እንተሃልዩኪ ንናይ ቀረባ ሓኪምኪ መሕሊሲት ወይ ንክፍለ መወለዳን ንምውካስ ኣይትሰከፊ።

ዘለኪ ናይ ኦክስጅን መጠን እንዳውሓደ ምስዝኾይድ ዋላውን ጽቡቕ ጥዕና እንተተሰመዓኪ ነዚ ኣብዚ ወረቐት ተዋሃቡ ዘሎ መምርሒ ሓበሬታ ተኸተልዩ።

ንተወሳኺ ሓበሬታ ኣብዚ ተመልከት www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/people-at-higher-risk/pregnancy-andcoronavirus



ናይ ዲም ኦክስጅንን መሳርሒ መለክዒ ኦክስጅን ኣብ ዲምን

መጠነ ኦክስጅን ኣብ ዲም (ዳዕቂ ኦክስጅን) ብመሳርሒ መለክዒ ኦክስጅን ኣብ ዲም ተጠቐምካ ኣብ ኣጻብዕቲ ብዝለገገኻ ንኣኸቶ መሳርሒ ብዝህበ ንባብ ክልካዕ ይከኣል። መሳርሒ መለክዒ ኦክስጅን ተጠቐምካ መጠነ ኦክስጅን ኣብ ዲም ትሑት ኮይኑ ምስ ዝርከብ፡ ዘድልዩካ ምኽሪ ንምርካብ ነዚ ኣብዚ ንኣኸቶ ጽሑፍ ሰፊሩ ዘሎ ሓበሬታ መምርሒ ተኸተለ። ዋሳኔ ናይ ሕጽረት ምስትንፋስ ጸገም ኣንተዘይተሰመዓኪ፡ መጠነ ኦክስጅን ግን ትሑት ክኸውን ይኽእልዩ።

ንባብ ዓቕን ናይ ኦክስጅን መጠን ብጽሑፍ መዝገብካ ምሓዝ ሓጋዚ ክኸውን ይኽእል እዩ ምኽንያቱ ቀዳልነት ዘለዎ ምዕቃብ ንባብ ብጽሑፍ ንዝፍጠር ዝኾነ ይኹን ለውጢ ብቐለል ንኸትርጎሙ ሓጋዚ ስለዝኾነ እዩ። ብተወሳኺውን ምስ ናይ ጥዕና ብዓል ሞያ ምዝርራብ ኣድላይ ምስዝኸውን ሓጋዚ ክኸውን ይኽእል እዩ።

ነፍሱ-ጾር ምስ እትኾነ መዓስን ኣበይን ሕክምናዊ ምኽሪ ክትሓቲ ዩድልዩኪ።

ንዓቕን ነቲ ኣብ ማህጸንኪ ዘሎ ዕብልን ውሑስ ዝኾነን ምስ ኩነታትኪ ዝኸይድ ብቐዕ ሕክምናዊ ክንክን ንምርግጽ፡ ከይደንጎኺ ነዞም ዝስዕቡ ወሃብቲ ኣገልግሎት ተወከሲ፡

- ናይ ቀረብ ሓኪምኪ (ጂ.ፒ) ወይ 111 ናይ ትሕቲ 20 ስሙን ነፍሱ-ጾር ኣንተኾንኪ
- ንመሕረሲትን (ሚድሃዊ) ጉጅለ መወልዳን ናይ 20 ስሙን ወይ ካብኡ ንላዕሊ ዘሎ ስሙን ነፍሱ-ጾር ምስትኾነ።

ካብ እዞም ዝስዕቡ ነገራት ምስ ዘጋጥመኪ ወይ ዝሰምዓኪ፡

- ሕጽረት ምስትንፋስ ወይ ናይ ምስትንፋስ ጸገም፡ ዋሳኔን ኮፍ ኢልካ ጸኒሕካ ኣብ ምትንፋስ ወይውን ኣብ ምንቅስቃስን ጥራይ ምስ ዝኸውን
- ቃንዛ ኣፍልቢ ወይ ዘይንቡር ትርጉም ልቢ
- ብርቱዕ ቃንዛ ጭዋዳታት ወይ ድኻም ከምኡውን ምንቅጥቃጥ ኣካላትን ምንፍርፋርን
- ናይ ዲም መጠነ ኦክስጅን 94% ምስ ዝኸውን
- ገለ ሕማቕ ነገር ምስ ዝሰማዓኪ (ሕመቕ ነብሲ፡ ብርቱዕ ድኻም፡ ምጉዳል ሸውሃት፡ ትሕቲ ንቡር ዝኾነ ስርዓተ ሸንጎ፡ ነብስኻ ዘይምልዓል ንኣብነት ቀለልቲ ንጥፊታት ከም ምሕጻብ ኣካላትን ምልባስን ወይ ምስራሕ መግብን ዝኣመሰኡ ነገራት)
- ኣብ ገዛኺ ከለኺ ንዘለኪ ምልክታት ብኣድማዕነት ክትገጥምዮ ምስዘይተኸለሊ ወይ ካብ ዓቕምኺ ንላዕሊ ምስ ዝኸውን
- ኣብ ዝኾነ ጊዜ ዘይርገኣት ምስ ዝሰምዓኪ

ነፍሱ-ጾር ምኽንክን ኮረና ቫይረስ ከይህልዎኪ ጥርጣረ ከምዘለኪ ክትነገርዮም ኣለኪ። ነቲ ዘለኪ ምልክታት ዳህሳሳዊ ምርመራ ብምክያድ ንቐጻሊ እንታይ ክትገብሪ ከም ዘለኪ ምኽሪ ክልገሱልኪ እዮም።

ካብ 16-24 ጅሚሩ ክሳብ 32 ሳምንታት ኣብ ዘሎ ጊዜ ዳርጋ ክሳብ ጊዜ ሕርሲ ዝቐጽል ምንቅስቃስ ዕብል ዝያዳ እንዳተፈለጠኪ/እንዳተረድኣኪ ከመጽኡ ኣለዎ፡ ምንቅስቃስ ዕብል ምስ ዝቐንሰ ወይ ስራዕ ኣገባብ ምንቅስቃስ ምስ ዝቐይር ናብ ኣሃዱ መወለዳን ብቐጥታ ክትሕብሪ/ክትድውሊ ኣለኪ።

መሳርሒ መለክዒ መጠነ ኦክስጅን ዲም ኣብ ገዛ ትጥቀሚ እንተለኺ፡ CE, UKCA ወይ CE UKNI ዝብል ምልክታት ከም ዘለዎ ከተረጋገጹ ኣለኪ። እዚ ማለት እቲ መሳርሒ ብገቡኡ ዝሰርሕን ብልክዕ ኣንተተጠቐምካለ ድማ ውሑስ ምኺኑን ዝሕብር እዩ።

100	99	98	97	96	95	94	93	92	91	90 ወይ ካብኡ ንታሕቲ
-----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	-------------------

መብዛሕትኦም ንቡር ዓቕን መጠነ ኦክስጅን ዘለዎም ሰባት ኣብ ገዛኦም ኮይኖም ቀዳልነት ዘለዎ ምልክዕ ዓቕን ኦክስጅን ክገብሩ ኣለዎም።

በዚ ዝስዕብ ብቐጥታ ተወከሲ

- ንናይ ቀረብ ሓኪምኪ (ጂ.ፒ) ወይ 111 ትሕቲ 20 ሳምንታት ነፍሱ-ጾር ኣንተኾይንኪ
- ክፍሊ መወልዳን ወይ ናይ መሕረሲ ወርድ ናይ 20 ሳምንታት ነፍሱ-ጾር ወይ ልዕሊኡ ኣንተኾይንኪ

ዓቕን ኦክስጅን ኣብ ዲም ብተደጋጋሚ 93% ወይ ትሕቲኡ ኣንተመጸኡ ቅልጡፍ ዝኾነ ናይ ሕክምና ግምገማ ስለዘድልዩኪ 999 ብምድዋል ኣብቲ ከባቢኺ ዘሎ ናይ እዞም ዝስዕቡ ትካል ኣገልግሎት ቅረቢ፡

- ኣገልግሎት ክፍሊ ህጹጽ ናይ ኦሞን ሓደጋ ናይ ትሕቲ 20 ሳምንታት ነፍሱ-ጾር ኣንተኾይንኪ
- ክፍሊ መወልዳን ወይ ናይ መሕረሲ ወርድ ናይ 20 ሳምንታት ነፍሱ-ጾር ወይ ልዕሊኡ ኣንተኾይንኪ

ውሑዳት ኮቪድ-19 ዘለዎን ነፍሱ-ጾራት ብሓደገኛ ምልክታት ሕማም ይሳቕያ እዮን። ብዝተኸለለ ድማ ብቐልጡፍ ናብ ሆስፒታል ክኸደኡ ኣለዎን ወይ ድማ እዞም ዝስዕቡ ምልክታት ምስ ዘጋጥሙ 999 ብምድዋል ምውካስ ኣድላይ እዩ።

- መጠነ ኦክስጅን ኣብ ዲም 93% ወይ ትሕቲኡ ምስ ዝኸውን (ብመጀመርያ ቅልጡፍ ዳግሙ-ምልክዕ ዲም የድሊ)
- ዋሳኔ ኣብ ግዜ ተዛነ/ዕረፍቲ ክለኺ ብሰንኪ ሕጽረት ምስትንፋስ ሓጻርቲ ሓሳባት ክትዛባረኪ ኣብ ዘይትኸክልሱ ደረጃ ምስትበጽሑ
- ብሃንደበት ኣተናፍሳኺ ኣዝዮ እንዳኸፍኡ ምስዝኸይድ

ወይውን እዞም ዝስዕቡ ሓፊሻዊ ምልክታት ናይ ክብድ ዝበለ ሕማማት ምስዝህልዉኺ ከም

- ዲም ብኣፍ ምውዳኽ
- ጉንፋዕን ራሃጽን ምስ ዝሰምዓካ ከምኡውን ቆርበትካ ምስ ዝጽምሉን ሕብሩ ምስ ዝቐይርን
- ሃለዋት ኣጥፊእካ ምውዳቕ
- ዘይጠፍኦ ቀይሕ ሕብሪ (ሸፍ ዝበለ) ኣብ ቆርበት
- ብነድሪ ምቐጣዕ፡ ምድንጋር ወይ ፊዛዝ/ብዕጉግ ምኺን
- ዓጽራሽንቲ ወይ ካብ ንቡር ንታሕቲ ዝኾነ ስርዓተ ሸንጎ

ኮረና ቫይረስ ተለኺፍኪ ከይትኾነ ጥርጣረ ከምዘለኪ ንገርዮም ከምኡውን መመርመሪ ዓቕን ኦክስጅን ኣንተተጠቐምኪ መጠነ ንባብ ኦክስጅንኪ ሃብዮም። እዞም ምልክታት እዚኦም ህጹጽ ሕክምናዊ ቆላሕታ ዘድልዮም እዮም።