ኢንፍሌንዛ (INFLUENZA)

የፍሉ ክትባት፤-

መች መከተብ አለብኝ?

<u>ፍሉ</u> ማለት የኢንፍሌንዛ **(INFLUENZA)** *በሽታ ማለት ነው።*

የፍሉ በሽታ በጤንነታቸው ላይ አንዳንድ ጉድለት ያለባቸውን ሰዎችን ከለከፈ በሕይወታቸው ላይ ውስብስብ የሆነ ችግርን ስለሚፈጥር እንደነዚህ ያሉ ሰዎች አስቀድመው ክትባቱን መውሰዱ በጣም ጠቃሚ ነው። በሽታው ከአንዱ ወደ ሌላው እንዳይዛመትም ይረዳል። የህክምና ባለሙያተኞችም ክትባቱ በገበያ ላይ እንደዋለ ቅድሚያ በጤንነታቸው ላይ አንዳንድ ጉድለት ሳለባቸው ሰዎች ቅድሚያ መሰጠት እንዳለበት ያምኑበታል።

የአሜሪካን መንግሥት መአከላዊ የበሽታ ቁጥጥር ማዕከል ባወጣው መመዘኛ ከዚህ ቀጥሎ የተዘረዘሩ ነጥቦችን በመገምገም ማንኛውም ግለሰብ እኔ ለዚህ በሽታ እጩ ነኝ ወይስ አይደለሁም ብሎ እራስን በመመዘን ለክትባቱ ቅድመ ዝግጅት ማድረግ ይችላል።

( ) *እድሜ 65 ዓመት ወይም በላይ ነው?*

( ) *የእድሜን ጥያቄ በመተው፤ ጤንነትዎ ላይ አንዳንድ ከዚህ በታች በተዘረዘሩ በሽታዎች ምክንያት ችግር አለብዎትን? አዎን ካሉ ቀጥለው ያመልክቱ።*

- **( )** *አስም ወይም ሳምባን የሚያጠቃ በሽታ፥*
- **( )** *የልብ በሽታ፥*
- **( )** *የኩላሊት በሽታ፥*
- **( )** *የስኳር በሽታ፥*
- **( )** *ደም ጋር የተገናኙ የተለያዩ በሽታዎች።*

( ) *ሰውነት በሽታን የመቋቋምና የመዋጋት ችግሮች ማለትም በቀላሉ ለጥቃቅን በሽታዎች መጋለጥን አስመልክቶ ከፍተኛው ኤድስ* **(HIV/AIDS)** *መያዝ ጋር በተገናኙ ውስብስብ ችግሮች ተያይዘው በመጡ በሽታዎች ምክንያት ኪሞ ቴራፒና ራዴሽን መዲሃኒት ላይ ከመሆን የመጡ ችግሮች ውስጥ ወድቀዋልን?*

( ) ***በክረምቱ*** *ማለት ለዚህ በሽታ የክትባት ወቅት ውስጥ ለሁለተኛ ወይም ለሦስተኛ ጊዜ ለማርገዝ ከባለቤትዎ ጋር ፕላን ያደረጉ ሴት ወይዘሮ ኖትን?*

( ) *ከስድስት ወር እስከ 18 ወራት የእድሜ ክልል የሆኑ ለሕመምዎ ማስታገሻ የአስፕሮ መድሃኒት ለረጅም ጊዜ እየወሰዱ ያሉ ጎልማሳ ኖትን?*

( ) *በጅም ጊዜ በሽታ ምክንያት እድሜ ልክ በሐኪም እርዳታ ከሚኖሩ ሰዎች ቤት የሚኖሩ ወይም የሚያገለግሉ ነርስ ኖትን ?*

( ) *በሕክምና የሰለጠኑ ባለሙያተኛ በመሆን በሆስፒታል ማለትም የድንገተኛን ሆነ ሌሎችንም በሽተኞችን የሚያገለግሉ ወይም በግል በቤታቸው የሚሠሩ ነርስ ኖትን ?*

( ) *በጤና ንግድ መስክ የተሰማሩ ከፍተኛ የጤና ችግር ያለባቸውን በሽተኞችን በግል ቤታቸው የሚያገለግል ንግድ ያልዎት ሐኪም ኖትን?*

ከዚህ በላይ ከተመለከቱ መመዘኛዎች አንዱም እንኳን የሚመለከትዎት ከሆነ የፍሉ ክትባት የግድ ያስፈልጎታል።

ሐምሌና ነሐሴ የአየሩ ሁኔታ እየተቀያየረና እየቀዘቀዘ ለለሚመጣ እነዚህ ወራቶች የክትባት ወራቶች ናቸው።

ኢንፋሌንዛ (INFLUENZA)

ይህ በሽታ አፍንጫን ከመወተፍና ከማስነጠስ አልፎ ከፍተኛ ሳል፥ ትኩሳትንና እራስ ምታትን በመስጠት ለኒሞኒያ **(PNEUMONIA)** *የሚዳርግ አደገኛ በሽታ ነው።*

ኒሞኒያ ማለት በአማርኛ አነጋገር የሳምባ ምች ማለት ነው። ሳምባ ብርድ ሲመታው ውኃ መቋጠርን ሲጀምር ማለት ነው።
የፍሉ በሽታ ክትባት የእድሜ ገደብ ሳይኖረው ሁሉምን ሰው ይከላከላል። ስለዚህ በአካባቢዎ ወደ ሚገኘው ሆስፒታል ሆነ ክሊኒክ በመሄድ መከተቡ ሕይወትን ከአደጋ መጠበቅ ነው።

ለፍሉ ክትባት የመጀመሪያው መሆንን ይፈለጋሉን?

አይዘንጉ!

ዛሬውኑ ይከተቡ!

የ65 ዓመት የዕድሜ ክልልና ወይም በላይ ኖትን?
**ምንም እንኳ ባለሙሉ ጤና ማለትም ጤናማ ቢሆኑም፤ እንደ ድንገት አንዴ በፍሉ በሽታ ከተ
ለከፉ ውስብስብ የሆነ የጤና ማጣት ችግር ላይ እንደሚወድቁ አይዘንጉት።**

ሲወርድ ሲዋረድ የተወራረሰ የረጅም ጊዜ የጤና ችግር አለብዎትን?
**ለጊዜው ጠንካራና ጤናማነት ይሰማዎት ይሆናል። ነገር ግን እንደ ልብ በሽታ፥ የኩላሊት፥ የ
ስኳርና አስም በሽታዎች ካለብዎት ለፍሉ በሽታ የመጋለጥ ዕድልዎ ከፍተኛ ነው።**

**ሰውነትዎ በሽታን የመቋቋምና የመዋጋት ችሎታዎችን በኤድስ (AIDS/HIV)
ወይም በነቀርሳ በሽታዎች ውስብስብ ችግሮች ምክንያት ያጣ ከሆነማ ሕይወትዎን ለማትረፍ አ
ሁኑኑ መከተብ ጠቃሚ ነው።**

**እርግዝናን አስከትሎ ከሚመጡ የጤና ችግሮች አንዱ የፍሉ በሽታ ስለሆነ ጽንሱን ሆነ ጤናዎን
ለመጠበቅ ለፍሉ ክትባት ቅድሚያ ይስጡ።**

**ብዙን ጊዜ ከሕዝብ ጋር ፊት ለፊት የመገናኘት ዕድል ያላቸው ሰዎች በተለይም የሕክምና ባ
ለሙያተኞች በዚህ በሽታ ከተለከፉ በሽታውን የማራባቱ ዕድል እጅግ ከፍተኛ ስለሆነ ይህ ወ
ረርሽኝ እንዳይራባ ከተፈለገ በቅድሚያ የሕክምና ባለሙያተኞች አስቀድመው መከተብ አለባቸው
ብሎ የአሜሪካን ማዕከላዊ የጤና ቁጥጥር መመሪያ በጤና ለመኖር የሁሉን መተባበር ይጠይቃ
ል።**

በፍሉ ክትባት ላይ ያሉ ጭብጥ ነገሮች

**በአንዳንድ ውዥንብር ውስጥ እንዳይወድቁ
ምን ያህል ስለፍሉ በሽታ አውቃለሁ ብለው እራስዎን ይጠይቁ**

ለሚከተሉ ጥያቄዎች እውነት ወይም ሐሰት ይበሉ

______ 1. **ክትባቱ እራሱ በሽታውን ያስይዛል።**
**ክትባቱ የተሠራው ከሞቱ የኢንፉሌንዛ ቫይረሶች ስለሆነ በሽታው ከክትባቱ ሊይዝ
አይችልም።**

______ 2. **የፍሉ ክትባት ብወስድም ለዚህ በሽታ የመጋለጥ ዕድል አለ።**
**ይህ አጋጥሚ ሊኖር ይችላል። ነገር ግን ክትባቱ ብዙ ሰዎችን ከዚህ በሽታ ይከላ
ከላል። እንደ ዕድል ሆኖ በዚህ ክትባት ጊዜ ሌላ ቫይረስ ይህንኑ ዓይነት በሽታ
ሊያራባ ስለሚችል ክትባቱ አዲሱን ቫይረስ ሊከላከል አይችልም።**

______ 3. **ክትባቱ በመቶ እጅ እሙን ስላልሆነ ባልከተብ ይመረጣል።**
**ማንኛውም ክትባት መቶ እጅ እሙን አይደለም። ነገር ግን መከተቡ ለዚህ በሽ
ታ ከመጋለጥ ይጠብቃል።**

______ 4. **ይህ ክትባት የሚያስከትለው ጉዳቱ በሽታው ከሚያመጣው ያመዝናል።**
**መጥፎ ነገር ቢኖር ክትባቱ በተደረገበት ቦታ ትንሽ እብጠትና ማሳከክ ነው። ይህ
ደግሞ ሕይወትን ከማዳን ከፍቶ ሊታይ አይቻልም። ኢንፉሌንዛን አስከትሎ በሕይወ
ት ላይ ከሚመጡ ውስብስብ ችግሮች አይበልጥምም።**

______ 5. **ይህ ክትባት ለሁሉም ሰዎች አይደለም።**
**እንቁላል የማይስማማቸው ሰዎች (አለርጂክ)
፥ በከፍተኛ ሕመም ላይ ያሉና ከዚህ በፊት ተከትበው ያልተስማማቸው ሰዎች ባ
ይከተቡ ጥሩ ነው።**

______ 6. **ያረጁ፥ ያፈጁና የታመሙ ሰዎች ብቻ ይህ ክትባት ያስፈልጋቸዋል።**
**ምንም እንኳ ጤንነትዎ የተሟላ ቢሆንም አንዴ 65 በላይ ከሆኑ፤ አንድ ዓይነት ች
ግር እድሜን አስታኮ ይመጣል፥ ሌላው ሁለት ወይም ሦስት ከወለዱም እንዲሁ ነ
ው፥ ከዚህ በላይ ከተጠቀሱት የዕድሜ ክልል ውስጥ ባይሆኑምሙሉ ጤንነትዎ የተ
ጠበቀ ቢሆንም መከተቡ መከላከያና ዋስትና ነው።**

______ 7. **ለክትባቱን የግድ እስከ ክረምት ወር መጠበቅ የለብኝም።**
**የበሽታው ወራት ከሐምሌ በፊትም ወይም በኋላ ሊሆን ይችላል። ቅድሚያ ግን መ
ሰጠት ያለበት ከ65 ዕድሜ ክልልና በላይ ለሆኑ፥ ከፍተኛ የጤና ችግር ያለባቸው
ሰዎችና የጤና አገልግሎት ንግድ ላይ በመሰማራት ከብዙ ሰዎች ጋር ግኑኝነት ለ
ሚያደርጉ ሰዎች ነው።**