

## ኤች1ኤን1 ጉንፋን (የአሳማ ጉንፋን) - ዘወትር የሚጠየቁ ጥያቄዎች

### የኤች1ኤን1 ጉንፋን ምንድን ነው?

የኤች1ኤን1 ጉንፋን ፣ “የአሳማ ጉንፋን “ተብሎ የሚታወቀው፣ በጉንፋኑ ከተያዙ ሰዎች ወደ ሌሎች በሳልና በማስነጠስ የሚሰራጭ አዲስ የተገኘ የጉንፋን ሻይረስ ነው። ስዎች ሲያስላቸው ወይም ሲያስነጥላቸው፣ ጀርም በአየር ወይም ሌሎች ሰዎች ሊነኩት በሚችሉበት ሥፍራዎች ላይ ያሰራጫሉ። ኤች1ኤን1 ጉንፋን ከሰው ወደ አሳማ ወይም የአሳማ ተዋዕያ በመብላት አይተላለፍም።

### የኤች1ኤን1 ጉንፋን እንዳይዘኝ እራሴን እንዴት አድርጌ ልከላከል እችላለሁ?

1) ሲገኝ የኤች1ኤን1 ጉንፋን ክትባት ይከተቡ፣ 2) ዘወትር እጆችዎን ይታጠቡ፣ እና 3) ወደ ታመሙ ሰዎች ጋ በጣም አይጠጉ።

### የኤች1ኤን1 ጉንፋን ምልክቶች ምንድን ናቸው?

የኤች1ኤን1 ጉንፋን ምልክቶች ከወቅታዊ ጉንፋን ምልክቶች ጋር ተመሳሳይ ናቸው፡- ትኩሳት፣ ሳል፣ የጎሮሮ ቁስል፣ የሰውነት ህመም፣ ራስ ምታት፣ ብርድ ብርድ ማለትና ድካም። አንዳንድ ጊዜ ሰዎች ተቅማጥና ትውከትም አለባቸው።

### ለኤች1ኤን1 ጉንፋን ክትባት አለ ወይ?

ለኤች1ኤን1 ጉንፋን ክትባት እየተሰራ ነው፣ እናም የክትባት አምራቹ እ .ኤ. አ. በጥቅምት 2009 ዝግጁ እንደሚሆን ይጠበቃል። ክትባት በመጀመሪያ የሚቀርበው፣ የሚከተሉትን ጨምሮ ከሁሉ በበለጠ በአስጊ ሁኔታ ላይ ላሉት ነው፡-

- እርጉዝ ሴቶች
- ዕድሜያቸው ከ6 ወር እስከ 24 ዓመት ለሆናቸው ልጆችና ወጣቶች
- ዕድሜያቸው ከ25-64 ሆኖ ጉንፋኑ በአደገኛ ለሚያሳምማቸው ሰዎች ( እንደ ልብ በሽታ፣ የስኳር በሽታ፣ አስማ፣ ያለባቸው ወይም ማንኛውም በሽታ የመቋቋም አቅማቸው ዝቅተኛ ለሆነባቸው)
- ዕድሜያቸው ከ6 ወር በታች ለሆናቸው ልጆች እንክብካቤ የሚያደርጉ የቤተሰብ አባላትና ተንከባካቢዎች፣ እንዲሁም
- የጤና አጠባበቅ ሠራተኞችና የድንገተኛ ሕክምና አገልግሎት ሰጪዎች

### እኔ ብታመም ምን ማድረግ አለብኝ?

- ከሥራ ወይም ከት/ቤት ቀርተው እቤት ይቀመጡ። እርስዎ የትኩሳት መቀነሻ መድኃኒት ሳይወስዱ ትኩሳቱ ከለቀቅዎት በኋላ ቢያስን ለ24 ሰዓት እቤት ይቆዩ።
- ሲያስነጥሰዎትና ሲያስልዎት በክንድዎ ውስጥኛው በኩል ወይም በመሃረብ ይሸፍኑ።
- በተላይም ካስነጠሰዎት ወይም ካሳልዎት በኋላ እጅዎን ዘወትር በሳሙናና በውኃ ይታጠቡ። ሳሙናና ውኃ በቅርብ ባይኖር፣ አልኮኾል ያለበትን የእጅ ማጽጃ ይጠቀሙ።

### የሕክምና ዕርዳታ መፈለግ ይኖርብኝ እንዴት ልወስን እችላለሁ?

በዳህና ጊዜ መቼ የሕክምና ዕርዳታ ለማግኘት እንደምወስኑ እንደዚሁም ለዚህ ይወስኑ።

የሚከተሉት ምልክቶች ቢኖሩ የጤና እንክብካቤ አቅራቢን ያማክሩ፡-

- የደረት ሕመም ወይም የመተንፈስ ችግር
- በፍጥነት የሚብስ ሕመም
- የታመመው ስው ምላሽ የማይሰጥ ከሆነ ወይም ቀና ብሎ የማያይ ከሆነ

- ከባድ የጎሮሮ ቁስል (መዋጥ አለመቻል) ወይም ከባድ ሳል
- ከሦስት ቀን በላይ የሚቆይ ትኩሳት

የሕክምና እንክብካቤ ብፊልጉና የሕክምና አገልግሎት አቅራቢ ወይም የጤና እንሹራንስ ባይኖርዎት፣ ለማህበረሰብ ጤና አቅርቦት መርኃ ግብር (Community Health Access Program) በ800-756-5437 ይደውሉ። የእምግሬሽን ሁኔታዎ ማረጋገጫ እንድያቀርቡ ዘንድ አይጠየቁም።

የበለጠ መረጃ ለማግኘትና ቀጣዩና ሂደት ለመከታተል : [www.kingcounty.gov/health/H1N1](http://www.kingcounty.gov/health/H1N1)  
የጉንፋን መሥመር፣ 877-903-5464፣ በቀን 24 ሰዓት ( እንግሊዝኛና እስፓንኛ)