Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Swiss Confederation

ፈደራላዊ ጨንፈር ውሽጣዊ ጉዳያት EDI
ፈደራላዊ ቤትጽሕፈት ንጥዕና BAG

ሓድሽ ኮሮናቫይረስ/Coronavirus ዝተሓደሰ ኣብ 10/3/2020

ነብስና ከምኡ ክንከላኸል ኢና

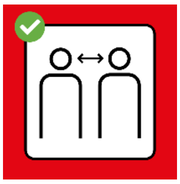
ሰነድ ጭብጥታት

ኣገዳሲ ሓበሬታ ብዛዕባ እቲ ሓድሽ ኮሮናቫይረስ ከምኡ'ውን ብዛዕባ ፕሮጀክት "ነብስና ከምኡ ክንከላኸል ኢና"።

እንታይ ክትገብሩ ትኽእሉ?

ኣእዳው ብጽኑዕ ምሕጻብ።

ኣብ መንዲል ወይ ኣብ ምናት ምስዓልን ኢንጥሸ ክግበርን ኣለዎ።



ርሕቀት ምግባር።

ብኢድ ሰላም ምባል ምውጋድ።

ኣብ ረስንን ሰዓልን ኣብ ገዛ ምትራፍ።

ጥራይ ድሕሪ ብተሌፎን ዝተገብረ ምዝጋብ ኣብ ቤትጽሕፈት ሓኪም ወይ ኣብ ጨንፈር ህጹጽ ኩነታት።

Tigrinya, Tigrinya, Tigrino, ትግርኛ

ብዝበዝሕ ዝሕተቱ ሕቶታትን መልስታትን ብዛዕባቲ ሓድሽ ኮሮናቫይረስ

ልበዳን ርከሳታትን

<u>እዚኦም ናይ ጽሬትን ኣደብን ሕጋጋት ስለምንታይ ክንድቲ ኣገደስቲ እዮም፧</u>

እቲ ኮሮናቫይረስ ሰብ ገና ጸረ-ኣካል ዘይረኸበሉ ሓድሽ ዓይነት ቫይረስ እዩ። ንብዙሕ ዓይነታት ልበዳን ሕማምን ከስዕብ ይኽእል። ስለዚ ዝርጋሐ እቲ ሓድሽ ኮሮናቫይረስ ብዝተኻእለ መጠን ከነጉድሎ ኣለና።

ብሕልፊ ንክሓሙ/ ልዕል ዝበለ ተኽእሎ/ ርከሳ ዘለዎም ሰባት ክሕለዉ ኣለዎም። እዚኦም ልዕሊ 65 ዕድመ ዝገበሩ ሰባት ከምኡ'ውን ቅድሚኡ ሕማም ዘለዎም ሰባት እዮም፥ ጸቕጢ ደም፣ ሽኮርያ፣ መትነ-ልባዊ ሕማማት፣ ናይ ምስትንፋስ ሕዱር ሕማማት፣ መንሽሮ ከምኡ'ውን ንስርዓተ ምክልኻል ብያነ (ኢሙንሲስተም) ዘድከሙ ሕማማትን ፍወሳታትን።

ኩላትና ነቶም ሕጋጋት እንተ ተኸቲልናዮም ነዚኦም ሰባት ብዝሓሸ ክንከላኸሎም ንኽእል። እዚ ክንገብር ከለና ሲ ዋላ ብርቱዕ ሕማማት ዘለዎም ሰባት ኣብቶም ጥዕናውያን ትካላት ቀጺሎም ጽቡቕ ንክሕከሙ ውን ሓገዝቲ ክንከውን ንኽእል። ኣብቶም ጨናፍር ጻዕቂ (ኢንተንሲብ-ስታስዮን) እቶም መሐከሚ ክፍልታትን ናይ ትንፋስ መሳርሒታትን ብወሰን ተቐሪቦም።

<u>መን ዝለዓለ ርከሳ ኣለዎ፧</u>

ነቶም ዝበዝሑ ሰባት ምሕማም ምስቲ ሓድሽ ኮሮናቫይረስ ዘይጓዳእ እዩ። ብብርቱዕ ክሓሙ ዝኽእሉ ሰባት ልዕሊ 65 ዕድመ ዘለዎም እዮም ከምኡ'ውን እቶም ዝስዕቡ ቅድመ ሕማማት ዘለዎም፥

- ጸቕጢ ደም
- ሽኮርያ
- መትኒ-ልባዊ ሕማማት
- ሕዱራት ናይ ምስትንፋስ ሕማማት
- ንስርዓተ ምክልኻል ብያነ ዘድክሙ ሕማማትን ፍወሳታትን
- መንሽሮ

<u>ኣብ ስዊዘርላንድ ብሓድሽ ኮሮናቫይረስ ክትልበድ ትኽእል ዶ፧</u>

እወ፣ ኣብ ስዊዘርላንድ ምልባድ በቲ ሓድሽ ኮሮናቫይረስ ርከሳኡ እናበዝሐ ይኸይድ ኣሎ።

<u>እቲ ሓድሽ ኮሮናቫይረስ ብኸመይ ይመሓላለፍ፧</u>

እቲ ሓድሽ ኮሮናቫይረስ ብቀንዲ ቀረባን ንውሕ ዝበለን ርክብ ምስተገብረ ይሰጋገር፥ ምስ ሓደ ዝሓመመ ሰብ ካብ 15 ደቓይቕ ንላዕሊ ብክልተ ሜትሮን ታሕትን ርሕቀት እንተሎካ ክትልበድ ትኽእል። እቲ ምስግጋር ብንጣባት እዩ ዝፍጸም፥ እቶ ዝሓማማ ሰብ እንጥሾ እንተ ኢሉ ወይ እንተ ሲዒሉ እቶም ቫይረሳት ብቐጥታ ኣብ ልፋጭ ኣፍንጫ፣ ኣፍ ወይ ኣዒንቲ ናይ ካልኦት ሰባት ክበጽሕ ይኽእል። ብ ኣእዳው፥ ብምስዓልን እንጥሾ ምባልን ዝመጹ ተላገብቲ ንጣባት ኣብ ኣእዳው ክህልዉ ይኽእሉ። እንድሕር ተንኪፍካዮም ኣብ ኣፍ፣ ኣፍንጫ ወይ ኣዒንቲ ክበጽሑ ይኽእሉ።

ምልክታት፣ ምርመራን ሕክምናን

<u>ኣብ ምሕማም ምስቲ ሓድሽ ኮሮናቫይረስ ኣየኖት ምልክታት ይቕልቀሉ፧</u>

ብዝበዝሕ ረስኒ፣ ሰዓል ከምኡ ድማ ጸገማት ምስትንፋስ እዮም። እዚኦም ምልክታት ዝተፈላለየ ብርታዐ ክህልዉ ይኽእሉ። እንተላይ ሽግራት ከም ንኣብነት ነድሪ ሳንቡእ ይከኣሉ እዮም። ገሊኦም ዝተሓመሙ ዋላ ሽግር ምስ ምሕቃቕ ወይ ምስ ኣዒንቲ (ኵልመት) ኣለዎም።

ረስንን ሰዓልን ኣለኒ፣ እንታይ ክገብር ኣለኒ፧

ንማንም መታን ከይትልብድ ምልክታት ናይዚ ሕማም እንተሎካ ኣብ ገዛ ክትተርፍ ኣለካ።

ምልክታት ሕማም ዝስዕቡ ክኾኑ ይኽእሉ፥

- ረስኒ (ዋዒ ኣካላት ካብ 38°C ዲግሪ ንላዕሊ ብሓንሳብ ምስ ስምዒት ድኻም፣ ሓደሓደ ግዜ ምስ ቃንዛ ጭቃዳታት)
- ሰዓል ንቑጽ እዩ፣ ምስ ቃንዛ ገሮር ክመጽእ ይኽእል

እዚኦም ምልክታት ፈኲስ እንተኾይኖም ባዕልኹም ክትከነኽኑ ትኽእሉ። ምልክታትኩም ምስዘሓለ 24 ሰዓታት ጸኒሕኩም ካብ ገዛ ትወጽኡ፣ ብኸምኡ ንካልኦት ሰባት ካብ ምልባድ ክትውግዱ። ሽው ሕጋጋት ጽሬትን ኣደብን ኣስተውዕሉ ኢኹም (ቀዳማይ ገጽ ረኣዩ «እንታይ ክትገብሩ ትኽእሉ፧»)።

ልዕል ዝበለ ርከሳ እንተሎኩም፣ ወይ እቶም ምልክታት እናገደዱ እንተዝኸዱ፥ ንሓኪምኩም ደውሉላ/ ደውሉሉ ኢኹም። ንሳ ወይ ንሱ ሕክምናዊ ምጽራይ ክካየድ እንተለዎ ወይ ኣብ ገዛኹም ተሪፍኩም ባዕልኹም ክትኽናኸኑ እንተትኽእሉ ክትውስን እያ/ ክውስን እዩ።

ምሕማም ምስቲ ሓድሽ ኮሮናቫይረስ ብኸመይ እዩ ዝሕከም፧

ክሳብ ሕጂ ሕክምና ንሕማማት ምስ ኮሮናቫይረሳት የለን። እቲ ሕክምና ኣብ ምህዳእ/ ምዝሓል ምልክታት ተደሪቱ። ሕሙማት ንምክልኻል ካልኦት ሰባት ይግለሉ። ብርትዕ ዝበለ ሕማም ኣንተሎ ዝበዝሕ ግዜ ሕክምና ኣብ ጨንፈር ጻዕቂ ኣድላይ ክኸውን እዩ። ብፍልይ ዝበለ ኩነታት ተክኒካዊ ምስትንፋስ የድሊ እዩ።

ስጉምትታት ንምክልኻል

ኣብ ምጋሽ እንታይ ኣገዳሲ እዩ፧

ዳርጋ ኣብ ኩሎም ቦታታት ኣብ ዓለም ናይ ምልባድ ምስቲ ሓድሽ ኮሮናቫይረስ ርከሳ ኣሎ። WHO (ውድብ ጥዕና ዓለም) ክሳብ ሕጂ ግን ዝኾነ ደረት ምጋሽ ኣየፍለጠን። ኣብ ብዙሓት መዓርፎታት ነፈርቲ ንተሳፈርቲ ዝበርትዑ ስጉምትታት ጽኑዕ ምክትታል ኣለው።

ኣብ መገሻታትኩም ንምኽርታት ጽሬትን ኣደብን ተኸተሉ ኢኹም። ብኸምኡ ካብ ምልባድ ምስ ኮሮናቫይረስ ክትኽላኸሉ ትኽእሉ ኢኹም።

ካብ ዕድመ 65 ንላዕሊ ዲኹም ወይ ቅድመ-ሕማም (ጸቕጢ ደም፣ ናይ ምስትንፋስ ሕዱር ሕማማት፣ ሽኮርያ፣ መትነ-ልባዊ ሕማማት፣ ንስርዓተ ምክልኻል ብያነ ዘድክሙ ሕማማትን ፍወሳታትን፣ መንሸሮ) ኣለኩም ዶ፧ ምኽርታትና ንብፍላይ ዝተደንገቱ ሰባት ተኸተሉ ኢኹም።

ኣብ ገሊኦም ሃገራት ኣብ ኳራንተይን ዝተኣዘዙ ቦታታት ኣለው። ኣብኡ መእተውን መውጽእን – ኣዝዩ ኣድላይ እንተኾይኑ – ጥራይ ድሕሪ ፍሉይ ፍቓድ ይከኣል እዩ። እዚኦም ደረታትን ትእዛዛትን ማዕረ ክንደይ ከምዝጸንሑ ክንግምግም ኣይንኽእልን ኢና።

ኣብ ኣህጉራውያን መዓርፎታት ነፈርቲ እቶም ተሳፈርቲ ዝበርትዑ ስጉምትታት ጽኑዕ ምክትታል ከምዘለው ክሓስቡ ኣለዎም።

ኢንፎላይን ተሌፎን ንናብ ስዊዘርላንድ ዝኣትዉ ሰባት፥

ምልክታት (ጸገማት ምስትንፋስ፣ ሰዓል፣ ረስኒ) ኣለውኹም፣ ኣብ ስዊዘርላንድ ክትኣትዉ ደሊኹም ከምኡ'ውን ሕክምናውያን ሕቶታት ኣለውኹም ዶ፧ ደውሉልና ኢኹም፥ +41 (0)58 464 44 88

ሓበሬታ ብዛዕባ ሕክምናውያን ሕቶታት ንመገሻኹም፥

www.safetravel.ch

ቅድሚ መገሻ ካብ **ኤምባሲ ወይ ቆንስላቶ መዓልቦ ሃገር** ብዛዕባ ናይ ሕጂ ብቕዓት ዘለዎም ስጉምትታት (Webseite EDA > Ausländische Vertretungen in der Schweiz) ሓበሬታታት ሕተቱ።

እቲ ሓድሽ ኮሮናቫይረስ እንታይ እዩ፧ SARS-CoV-2 እንታይ ድዩ COVID-19 ውን እንታይ እዩ፧

እቲ ሓድሽ ኮሮናቫይረስ መወዳእታ 2019 ኣብ ቻይና ብሰንኪ ዘይንቡር ውህለላ ናይ ሳንቡእ ነድርታት ኣብታ ኣብ ማእከል ቻይና ዘላ ከተማ ዉሃን ተረጋጊጹ። እቲ ቫይረስ SARS-CoV-2 ዝብሃል ስም ተዋሂቡ ከምኡ'ውን ምስቲ «Middle-East Respiratory Syndrome» MERS ከምኡ'ውን ምስ «ብርቱዕ ክፉር ምስትንፋሳዊ ምልክት ሕማም» SARS ኣብ ሓደ ስድራ ኣትዩ።

እቲ WHO ነቲ ብሓድሽ ኮሮናቫይረስ ዝወጾ ሕማም ኣብ 11 ለካቲት 2020 ወግዓዊ ስም ሂቡዎ፥ COVID-19፣ ብሓጺሩ «coronavirus disease 2019» ወይ ብ ትግርኛ ሕማም ኮሮናቫይረስ 2019።

ናይ ሕጂ ዘለው ሓበሬታታት እቲ ቫይረስ ካብ እንስሳታት ናብ ሰባት ከም ተመሓላሊፉ ከምኡ'ውን ሕጂ ካብ ሰብ ናብ ሰብ ከምዝመሓላለፍ ዘሎ የፍልጡ እዮም። ከባብያዊ መበቈሉ ምናልባት ናይ ዓሳን እንስሳን ዕዳጋ ኣብ ከተማ ዉሃን እዩ ኔሩ፣ ቻይናውያን በዓል መዚታት ነዚ ዕዳጋ ኣብ መንጎኡ ዓጺኦሞ።

ተወሰኽቲ ሓበሬታታት፥

www.bag-coronavirus.ch
www.bag.admin.ch/neues-coronavirus
(ጀርመንኛ፣ ፍራንስኛ፣ ጣልያንኛ፣ እንግሊዝኛ)