ምኽሪ ነቶም ብCOVID-19 ብጽኑዕ ናይ ምሕማም ስግኣተ-ሓደጋ ዘለዎም ሰባት
እቲ ኖርወያዊ ትካል ህዝባዊ ጥዕና (FHI) ነቶም ብሰንኪ COVID-19 ብጽኑዕ ክሓሙ ዝኽእሉ ጉጅለታት ናይ ሰባት ዳግም ንምግምጋሞም ኣብ ግምት የእቱ ኣሎ። እቶም ነቲ ስግኣተ-ሓደጋ ከምዝውስክ ዝገብሩ ዕድመታትን ሕዱር ሕማማትን ኣብ ታሕቲ ናይዚ ዓንቀጽ እዚ ተዘርዚሮም ኣለዉ። እቲ ዝውሃብ ምኽሪ ብወሰኽ ናይ መልከፍቲ ኣብ ህዝቢ ብሓፈሻ ወይ ብወሰኽ ኣብ ከባብያዊ ምስፍሕፋሕ ኣብ ህዝቢ ዝነብረሉ ቦታ ዝጽሎ እዩ። እቲ ናይ መልከፍቲ ፍጥነት ኣብዚ እዋን እዚ ኣብ መላእ ኖርወይ ትሑት እዩ ዘሎ። ከባብያዊ ለበዳታት ክህልዉ ይኽእሉ እዮም፡ ንኣብነት ኣብ ቦታታት-ስራሕ ወይ ኣብ ውሱን ከባቢታት ወይ ምምሕዳራት ከተማ። እቲ መልከፍቲ ኣብ ህዝቢ ዘስፋሕፍሓሉ ዘሎ ፍጥነት በቲ ናይ ወረዳ ሕክምናዊ በዓል መዚ ከምኡ ድማ ኖርወያዊ ትካል ህዝባዊ ጥዕና (FHI) ብሓባር ብምኧን ምክትታል ይግበረሉ።

እቲ ምኽሪ ብዛዕባ ሰባት እንታይ ክገብሩ ኣለዎምን የብሎምን ንኽልተ ቀንዲ ጉጅለታት ናይ ሰባት ተጸሚቑ ኣሎ፥

- ቁሩብ ዝለዓለ ስግኣተ-ሓደጋ ዘለዎም ሰባት
- ማእከላይ ክሳብ ልዑል ስግኣተ-ሓደጋ ዘለዎም ሰባት

ቁሩብ ዝለዓለ ስግኣተ-ሓደጋ ንዘለዎም ሰባት
እንተድኣ ቀሊል መልከፍቲ ኣለዎም ኮይኑ፡ ቁሩብ ዝለዓለ ስግኣተ-ሓደጋ ዘለዎም ሰባት ንህይወቶም ከም ኩሉ ካልእ ሰብ ክነብርዎ ይኽእሉ፡ ንኣብነት ንጉዕዞ፡ ስራሕ ከምኡ ድማ ናብ ኣጋጣሚታት ምኻድ ዝምልከት። ይኹን እምበር፡ ኣብዚ ጉጅለ እዚ ዘለዉ ሰባት ነዞም ዝስዕቡ ፍሉይ ኣቓልቦ ክህብዎም ኣለዎም፥

- ካብ ኣዝማድኩም ዘይኮኑ ሰባት ውሑስ ርሕቀት ምሕላው
- ጽቡቕ ናይ ኢድን ኣሰዓዕላን ጽሬት ምሕላው
- እንተድኣ ሕማም ተሰሚዕኩም ካብ ገዛ ዘይምውጻእ

ኣብ ዝኾኑ ማሕበራዊ ምትእኽኻባት ቅድሚ ምስታፍኩም ነቲ ምኽሪ ክትስዕብዎ ትኽእሉ እንተኾይንኩም ኣብ ግምት ኣእትዉ።

ቁሩብ ዝለዓለ ስግኣተ-ሓደጋን ልዑል ፍጥነት መልከፍትን
እንተድኣ እቲ ፍጥነት መልከፍቲ ልዑል ኮይኑ፡ ዝኾነ ቁሩብ ዝወሰኸ ስግኣተ-ሓደጋ ዘለዎ ሰብ ብሓፈሻ ምስ ካልእ ሰብ ሰባት ዘለዎ ርክብ ክቕንስ ክፍትን ኣለዎ። ይኹን ደኣ እምበር፡ ምስ ኣዝማድኩም ብንቡር መንገዲ ማሕበራዊ ርክብ ክህልወኩም ይኽእል፡ ከምኡ ድማ ምስ ካልኦት ሰባት ክትጉዓዙን ግዜ ክተሕልፉን ትኽእሉ። ንስኹምን ኣዝማድኩምን ነቶም ሓፈሻዊ ለበዋታት ብዛዕባ ማሕበራዊ ርሕቀት ከምኡ ድማ ናይ ኢድን ኣሰዓዕላን ጽሬት ክትስዕብዎም ኣገዳሲ እዩ። ንኣብነት፡ ናብ ብዙሕ ሰባት ዝእከብሉም ቦታታት ክትከዱ የብልኩምን (ንኣብነት ኣውቶቡሳት፡ ንኣሽቱ ኤለክትሪካዊ ናይ ከተማ ባቡራት፡ መጓዓዝያ

ትሕቲ ምድሪ ከምኡ ድማ ማእከላት ዕዳጋ) ወይ፡ ከምኡ እንተገይርኩም፡ ውሑዳት ሰባት ኣብ ዘለውሉም ግዝያት ጥራይ ናብ ከምዚኦም ዝኣመሰሉ ቦታታት ክትበጽሑ ኣለኩም። ገሊኦም ሰባት ብዛዕባ ኣብ ቦታ-ስርሖም ለውጢ ምግባር ምስ ኣስራሒኦም ምዝርራብ ከድልዮም ይኽእል።

ማእከላይ/ዓቢ ወሰኽ ስግኣተ-ሓደጋ ንዘለዎም ሰባት
እንተድኣ እቲ ፍጥነት መልከፍቲ ትሑት ኮይኑ፡ ዝኾነ ማእከላይ ወይ ዓቢ ወሰኽ ስግኣተ ሓደጋ ዘለዎ ሰብ ብሓፈሻ ምስ ካልኦት ሰባት ዘለዎ ርክብ ክቕንስ ክፍትን ኣለዎ። ይኹን ደኣ እምበር፡ ምስ ኣዝማድኩም ብንቡር መንገዲ ማሕበራዊ ርክብ ክህልወኩም ይኽእል፡ ከምኡ ድማ ምስ ካልኦት ሰባት ክትጕዓዙን ግዜ ክተሕልፉን ትኽእሉ። ንስኹምን ኣዝማድኩምን ነቶም ሓፈሻዊ ለበዋታት ብዛዕባ ማሕበራዊ ርሕቀት ከምኡ ድማ ናይ ኢድን ኣሰዓዕላን ጽሬት ክትስዕብዎም ኣገዳሲ እዩ። ንኣብነት፡ ናብ ብዙሕ ሰባት ዝእከብሉም ቦታታት ክትከዱ የብልኩምን (ንኣብነት ኣውቶቡሳት፡ ንኣሽቱ ኤለክትሪካዊ ናይ ከተማ ባቡራት፡ መጓዓዝያ ትሕቲ ምድሪ ከምኡ ድማ ማእከላት ዕዳጋ) ወይ፡ ከምኡ እንተገይርኩም፡ ውሑዳት ሰባት ኣብ ዘለውሉም ግዝያት ጥራይ ናብ ከምዚኦም ዝኣመሰሉ ቦታታት ክትበጽሑ ኣለኩም። ገሊኦም ሰባት ብዛዕባ ኣብ ቦታ-ስርሖም ለውጢ ምግባር ምስ ኣስራሒኦም ምዝርራብ ከድልዮም ይኽእል።

ማእከላይ/ዓቢ ወሰኽ ስግኣተ-ሓደጋ ንዘለዎም ሰባት ልዑል ፍጥነት መልከፍቲ ኣብ ህዝብን
እንተድኣ እቲ ፍጥነት መልከፍቲ ልዑል ኮይኑ፡ ዝኮነ ማእከላይ ወይ ልዑል ስግኣተ-ሓደጋ ዘለዎ ሰብ ናብ ርእሰ-ምንጻል ክኸይድ ኣለዎ። ግና ብእግሪ ክትዛወሩ ከምኡ ምስ ካልእ ኣዝማድ ንቡር ማሕበራዊ-ርክብ ክህልወኩም ይኽእል እንተድኣ ንሳቶም'ውን ገዛእ ርእሶም ይንጽሉ ኣለዉን ጥዑያትን ኮይኖም። ነቶም ለበዋታት ብዛዕባ ናይ ኢድን ኣሰዓዕላን ጽሬት ብፍላይ ክትስዕብዎም ኣገዳሲ እዩ። ካብ ኣዝማድ ወጻኢ ካብ ዝኾኑ ሰባት ዝለዓለ ማሕበራዊ ርሀቀት (ንኣብነት 2 ሜትሮ) ክትሕልዉ ኣለኩም ካልእ ሰብ ንብረት ክገዝኣልኩም ከኣ ሕተቱ። ኣብ ገሊኦም ቦታታት፡ ወለንተኛታት ኣብ ከምኡ ክሕግዙ ይኽእሉ።
እንተድኣ ኣዝማድኩም መዓልታዊ ንብዙሓት ካልኦት ሰባት ዝረኽቡ ኮይኖም፡ ካብኦም እውን ዝዓበየ ማሕበራዊ ርሕቀት ሓልዉ። እንተድኣ እዚ ዘይክኣል ኮይኑ፡ ንግዚኡ ትነብርሉ ካልእ ቦታ ንምርካብ ሓገዝ ክትረኽቡ ትኽእሉ። እንተድኣ ኣብ ቦታ-ስራሕኩም ንኣኹም ዝሰማማዕ ለውጢ ክግበር ዘይክእል ኮይኑ፡ ሓፈሻዊ ሓኪምኩም ናይ ሕማም ዕረፍቲ ንኽህበኩም ኣብ ግምት ከእቱ ይኽእል።

ትሑት ወይ ማእከላይ/ልዑል ስግኣተ-ሓደጋ፣
ናይ ስግኣተ-ሓደጋ ደረጃታት ብናይ ጉጅለ ደረጃ ይግምገሙ። ኣብ ውሽጢ ጉጅለታት ልዑል ውልቃዊ ፍልልያት ክህልዉ ይኽእሉ። እንተድኣ ነዚ ዝምልከቱ ዝኾኑ ሕቶታት ሃልዮምኹም፡ ሓፈሻዊ ሓኪምኩም ነቶም ዝምልከትኹም ስግኣተ-ሓደጋታት ክግምግም ይኽእል።

ቁሩብ ዝለዓለ ስግኣተ-ሓደጋ ዘለዎም ጉጅለታት

- ዕድመ 65 – 80 (ብፍላይ እቶም ልዕሊ 70 ዝኾኑ) ወይ
- ዕድመ 50 – 65 ከምኡ ድማ ሓደ ካብዞም ዝስዕቡ ሕዱር ሕማማት፥
  - መትነ-ልባዊ ሕማም (ብጀካ ልዑል ጸቕጢ ደም ንሱ ብውጽኢታዊ ኣገባብ ኣብ ትሕቲ ቁጽጽር ይኣቱ እዩ)
  - ሕማም ዘምጽኦ ርጉዲ
  - ሽኮርያ
  - ሕዱር ሕማም ኩሊት ከምኡ ድማ ኩሊት ካብ ጥቕሚ ወጻኢ ምኳን
  - ሕዱር ሕማም ሳንቡእ (ብጀካ ኣዝማ ንሱ ብውጽኢታዊ መንገዲ ኣብ ትሕቲ ቁጽጽር ይኣቱ እዩ)
  - ሕዱር ሕማም ጸላም ከብዲ
  - ንስርዓተ ምክልኻል ሕማም ዝጸቅጥ ፍወሰ፡ ከም ኬሞቴራፒ፡ ራድዮቴራፒ ከምኡ ድማ ምስ ሕማማት ናይ ባዕለ ምክልኻል ሕማምን ዝኣመሰሉ

ትሕቲ 50 ዝዕድሚኦም ሰባት ብሰንኪ COVID-19 ብጽኑዕ ንክሓሙ ዘለዎም ስግኣተ-ሓደጋ ትሑት እዩ ግን ገሊኦም ሰባት ድኹም ቁጽጽር ዝግበረሎም ጸገማት ወይ ናይ ብዙሓት ውሽጣዊ ጸገማት ሕውስዋስ እንተልዮዎም ኣብ ዝለዓለ ስግኣተ-ሓደጋ ክህልዉ ይኽእሉ።

ናይ ማእከላይ ክሳብ ልዑል ስግኣተ-ሓደጋ ጉጅለታት

- ዕድመ ልዕሊ 80፡ ወይ
- ኣብ መእለዪ ኣረጋውያን ዝነብሩ ወይ
- ዕድመ 66-80 ከምኡ ድማ ሓደ ካብዞም ዝስዕቡ ሕዱር ሕማማት፡ ወይ ዕድመ 50-65 ከምኡ ድማ ክልተ ወይ ልዕሊኡ ካብዞም ዝስዕቡ ሕዱር ሕማማት፥
  - መትነ-ልባዊ ሕማም (ብጀካ ልዑል ጸቕጢ ደም ንሱ ብውጽኢታዊ ኣገባብ ኣብ ትሕቲ ቁጽጽር ይኣቱ እዩ)
  - ሕማም ዘምጽኦ ርጉዲ
  - ሽኮርያ
  - ሕዱር ሕማም ኩሊት ከምኡ ድማ ኩሊት ካብ ጥቕሚ ወጻኢ ምኳን
  - ሕዱር ሕማም ሳንቡእ (ብጀካ ኣዝማ ንሱ ብውጽኢታዊ መንገዲ ኣብ ትሕቲ ቁጽጽር ይኣቱ እዩ)
  - ሕዱር ሕማም ጸላም ከብዲ
  - ንስርዓተ ምክልኻል ሕማም ዝጸቅጥ ፍወሰ፡ ከም ኬሞቴራፒ፡ ራድዮቴራፒ ከምኡ ድማ ምስ ሕማማት ናይ ባዕለ ምክልኻል ሕማምን ዝኣመሰሉ፡ ወይ
- ከቢድ ውሽጣዊ ሕክምናዊ ጸገም፡ ዕድመ ብዘየገድስ*፥

- ንጡፍ መንሽሮ ዘለዎም ሰባት፡ ዝቕጽል ዘሎ ወይ ኣብ ቀረባ እዋን ዘብቅዐ ናይ መንሽሮ ፍወሳ (ብፍላይ ንስርዓተ ምክልኻል ሕማም ዝጸቅጥ ፍወሳ፡ ናብ ሰናቡእ ዘተኩር ራድዮቴራፒ ወይ ኬሞቴራፒ)። ናይ ደም መንሽሮ ዘለዎም ሰባት ካብቶም ካልእ ዓይነታት መንሽሮ ኣብ ዝለዓለ ስግኣተ-ሓደጋ ኣለዉ። ስነ-መትናዊ ወይ ጭዋዳዊ ሕማማት ሓያል ሰዓል ንምስዓል ከምዝኸብድ ወይ ናይ ሳንቡእ ስራሕ ከምዝደክም ዝገብሩ (ንኣብነት ALS)
- መፈጠራዊ ጉድለት ምክልኻል ሕማም (ዘይርጉእ መድረኽ) ስግኣተ-ሓደጋ ናይ ከበድቲ ናይ ምስትንፋስ ረኽስታት ዘስዕብ
- ነቲ ስርዓተ ምክልኻል ሕማም ኣገደስቲ ዝኾኑ ዋህዮታት ወይ ኣካላት ዘሳትፉ ናይ ደም ሕማማት
- ናይ ኣንጉዕ ዓጽሚ ወይ ናይ መስርሕ ምስግጋር ኣካል ተሓከምቲ
- ረኽሲ ኤችኣይቪ (ትሑት ፍቕዲ CD4 ዘለዎም)
- ልዑል ድኻም ኣብ ናይ ኩሊትን ጸላም ከብድን ስራሕ
- ካልእ ጸገማት፡ ብዶክተር ዝግምገሙ

* እቲ ኖርወያዊ ትካል ህዝባዊ ጥዕና ነቲ ኣብ ላዕሊ ዘሎ ዝርዝር ገለ ከበድቲ ሕክምናዊ ጸገማት ኣጠቓሊሉ ኣሎ ነቲ ስግኣተ-ሓደጋ ከኣ ይውስኽሉ ምኽንያቱ ናይ ጥንቃቐ ሜላ ተጠቒሙ ስለዘሎ። ይኹን እምበር፡ ኣብዚ ህሉው እዋን ዝኮነ ወሰኽ ኣብቲ ስግኣተ-ሓደጋ ናይ ከቢድ ሕማም ንዝኾኑ ካብቶም ዝተዘርዘሩ ጸገማት ከምዘሎ ዘመልክቱ መጽናዕትታት የለዉን። ንግምገማ ናይቶም ናይ ስግኣተ-ሓደጋ ጉጅለታትን እቲ ናይ ፍልጠት መሰረት ናይቶም ለበዋታትን፡ ነቲ ናይ ኖርወያዊ ትካል ህዝባዊ ጥዕና ገጻት ብዛዕባ ናይ ስግኣተ-ሓደጋ ጉጅለታት ርኣይዎ።