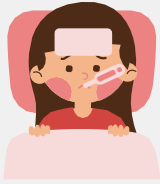


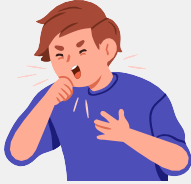



# ኮቪድ-19፣ RSV እና ወቅታዊ ጉንፋን


## የመተንፈሻ ሥርዓት ሽይረስ ምልክቶች

				
ትኩሳት	መንቀጥቀጥ	የድካም ስሜት	ሳል	ራስ ምታት

## በሽታን ለመከላከል ዋና መንገዶች

				
ክትባቶች	ንጽህና	ሕክምና	ቤት መቆየት እና ስርጭትን መከላከል	ለጽዱ አየር እርምጃዎች

## በሽታን ለመከላከል ተጨማሪ መንገዶች

		
ጭንብሎች	ርቀት መጠበቅ	ምርመራዎች

ህመም ከተሰማዎት ሁለቱም እስከሚሆኑ ድረስ ለ24 ሰዓታት ቤት ይቆዩ እና ከሌሎች ይራቁ፡-



ምልክቶችዎ እየተሻሻሉ ነው

ከትኩሳት ነፃ ነዎት (ያለ መድሃኒት)



ከዚያ ለሚቀጥሉት 5 ቀናት ተጨማሪ ጥንቃቄዎችን ያድርጉ።

## በሚከተለው ጊዜ ተጨማሪ ስልቶችን ይጠቀሙ፡-

- ✓ በእርስዎ አካባቢ ያሉ ብዙ ሰዎች እየታመሙ ነው።
- ✓ እርስዎ፣ ወይም በዙሪያዎ ያሉት፣ በቅርብ ጊዜ ተጋልጠዋል፣ ታምማቹሃል ወይም በማገገም ላይ ናችሁ።
- ✓ እርስዎ፣ ወይም በአካባቢዎ ያሉ፣ በጠና የመታመም ዕድላችሁ ከፍተኛ ነው።

## ለከባድ ሕመም የመጋለጥ እድላቸው ከፍተኛ የሆኑ ሰዎች



በዕድሜ የገፉ አዋቂዎች



ልጆች እና ከ5 ዓመት በታች የሆኑ ሕፃናት



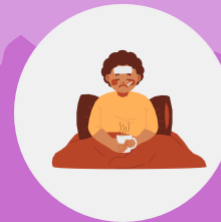
አካል ጉዳተኝነት



እርጉዝ ሰዎች



የጤና እክል ያላቸው ሰዎች



በሽታ መቻል አቅማቸው የተዳከመ

# ኮቪድ-19፣ RSV እና ወቅታዊ የጉንፋን መርጃዎች

## የክትባት ፈጣን እውነታዎች

- በጣም የተለመዱ ናቸው ተብለው ከተገመቱት የጉንፋን ዓይነቶች ለመከላከል የፍሉ ክትባት በየአመቱ ይሻሻላል።
- የተሻሻሉ የኮቪድ-19 ክትባቶች የተፈጠሩት በጣም የቅርብ ጊዜዎችን የሻይረሱ ዓይነቶች/ተለዋጮች ለመከላከል ነው።
- RSV ክትባቶች ህጻናትን እና እድሜያቸው 60 እና ከዚያ በላይ የሆኑ ጎልማሶችን ከኮቪድ RSV በሽታ ይከላከላሉ።

## ስለ ክትባቶች ተጨማሪ መረጃ ያግኙ

- [bit.ly/FluPHL](https://bit.ly/FluPHL)
- [bit.ly/COVIDvaxPHL](https://bit.ly/COVIDvaxPHL)
- [bit.ly/RSVvaxPHL](https://bit.ly/RSVvaxPHL)



## ስለ ክትባቶች ጥያቄዎች ካሉዎት ወይም ህመም ከተሰማዎት የጤና እንክብካቤ አቅራቢዎን ያነጋግሩ።

### የጤና አቅራቢ ያግኙ

በመኸር ወቅት ጤንነትዎን ለመጠበቅ እንዲረዳዎት የሚያምኑት የመጀመሪያ ደረጃ ተንከባካቢ ማግኘት አስፈላጊ ነው። በተለይም ሥር የሰደደ የጤና ችግር ካለብዎት።

መድን ባይኖርዎት እንኳን **ነፃ ወይም ዝቅተኛ ወጪ የሕክምና እንክብካቤ ለማግኘት [www.phila.gov/primary-care](http://www.phila.gov/primary-care)** ላይ የመጀመሪያ ደረጃ እንክብካቤ ፈላጊውን ይጠቀሙ።

**በቋንቋ፣ አካባቢ፣ በልዩነት እና በሌሎችም ይፈልጉ።**

### የጤና ክፍሉን ይጠይቁ

ለበለጠ መረጃ ወይም ማናቸውም ጥያቄዎች ካሉዎት ከሰኞ-ዓርብ 8:30 ጠዋት - 5:00 ከሰዓት ክፍተት የሆነውን የፊላዴልፊያ የህዝብ ጤና ክፍል የጤና ጥሪ ማዕከል **215-685-5488** ላይ ያግኙ።

### ለትርጓሜ፣ ለስፖኒሽ 2ን በእርስዎ ቋንቋ ትርጓሜ

ለማግኘት 3ን ይጫኑ።

**ለTRS/TTY እርዳታ ወደ 711 ይደውሉ።**

የሕዝብ ጤና ዝግጁነት ፕሮግራም ማህበረሰቦች ለሕዝብ ጤና ድንገተኛ አደጋዎች እንዲዘጋጁ እና ምላሽ እንዲሰጡ በማህበረሰብ ስልጠናዎች፣ በመርጃ ሰንጠረዦች እና ክጮት-ጮት በመጎብኘት ይረዳል። ወደ ማህበረሰብዎ መምጣት እንችላለን!

ድር ጣቢያዎንን [bit.ly/PDPHPreparednessOutreach](https://bit.ly/PDPHPreparednessOutreach) ላይ ይጎብኙ።

ለዚህ በራሪ ወረቀት ለታተሙ ጥያቄዎች ወይም በትርጉሙ ላይ ላሉት ችግሮች [PublicHealthPreparedness@phila.gov](mailto:PublicHealthPreparedness@phila.gov) ወይም **በ215-429-3016** ላይ መልዕክት ያስቀምጡ።

**ከእርስዎ መስማት እንፈልጋለን!**

በማህበራዊ ሚዲያ ላይ ይከተሉን!



@PHLHlthPrepare



Philly Health Prepared



@Phlpublichealth



Department of Public Health  
CITY OF PHILADELPHIA