



ውጽኢት ቅልጡፍ መርመራና አወንታዊ እንተኮይኑ - እንታይ ክንገብር ኣለና ሕጂ?

ዝኸበርኩም ዜጋታት ፡

ብመንገዲ ቅልጡፍ ናይ ጸረ-ጂን መርመራ ፡ ናይ SARS-CoV-2 ኮሮናቫይረስ መርመራ ጌርኩም ፡ ምስኡ ውጽኢት መርመራኹም ኣወንታዊ ኮይኑ። እዚ ነቲ ቦቶም ስልጠና ዝወሰዱ ሳልሳይ ኣካል ዝፍጸም ወይ ምቁጽጻር ዝካየዱ ናይ ጸረ-ጂን መርመራታት ዘጠቓልል እዩ። ብውልቁ ዝግበር ነብሰ-መርመራታት ወይ ቦቶም ዝተጠቐሱ ሳልሳይ ኣካላ ምቁጽጻር ንዘይተገብረሎም መርመራታት ኣይሸፍንን እዩ።

ኣብዚ ዝቐጽል ፡ ኣወንታዊ ውጽኢት መርመራ ምስ ዘጋጥመኩም ብዛዕባ ክትጥቀሱ ዘለዉኹም ነገራት ክትፈልጡ ኢኹም።

1. ነብስኹም ገልሉ ("ውሽባ")

- እንተደኣ ኣወንታዊ ናይ ጸረ-ጂን ውጽኢት መርመራ ተቐቢልኩም ፡ ብቐጽብት ፡ ግዜ ከየባኸንኩም ፡ ነቲ ናይ ነብሰ ምግላል መምርሒ ግዴታኹም ፈጽምዎ። ቦጃኹም ናብ ዝኸነ ከየላገስኩም ብቐጽብት ናብ መንበሪ ቤትኩም ኪዱ። እንተተኸኢሉ እውን ናብ ቤትኩም ኣብ እትምለሱሉ ህዝባዊ መጎዓዝያ ካብ ምጥቃም ተቐጠቡ!
- ቦጃኹም ኩሎም ነቶም ኣድለይቲ ናይ ጽሬት ሮቂሒታት ዝሓቐፉ ሕግታት ኣማልኦም (AHA+L ፡ ርገታትኩም ሓልዉ ፣ ጽሬት ኣእዳውኩም ፣ ሓፈሻዊ ናይ መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ግዴታ ፣ ጎጶህ ኣየር)።
- ወላ እውን ምልክታት እቲ ሕማም ዘይብልኩም ክነሱ ንኸሎኣት ሰባት እቲ ሕማም ናይ ምትሕልላፍ ተኸእሎ ኣለኩም። መብዛሕትኡ ግዜ ለበዳታት ኮሮናቫይረስ ብዘይ ዝኸነ ናይ ሕማም ምልክታት ይፍጸሙ እዮም።
- ንሕክምናዊ ጉዳያት ወይ ካልእ ህጹጽ ኩነታት ጥራይ ካብ መንበሪኹም ንግዳም ክትወዱ ኣለኩም። እንተደኣ ስፍራ ኣታኸልቲ ወይ ብራንዳ ኣለኩም ኮይኑ ፡ ኣቡኡ ንብሕትኹም ክትጸንጡ ትኸእሉ ኢኹም።
- ኣብ ቤትኩም ምስ ዝርከቡ ሰባት ዝኸነ ቀጥታዊ ምትንኻፋትን ምቅርራብን ኣወግዱ። እንተተኸኢሉ ኣብ ናይ ብሕትኹም ክፍሊ ተዓጸዉ - ወላ እውን ኣብ ናይ መግቢ እዋናት።
- ኣብ ቤትኩም ምስ ዝርከቡ ሰባት ዝኸነ ምትንኻፋትን ምቅርራብን ክትገብሩ ዘጋጥም ኩነታት ምስዝፍጠር መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ውደድ። ንኩሎም ኣብ ቤትኩም ዝርከቡ ክፍልታት ብስራዕ ጎጶህ ኣየር ከምዝረኽቡ ግብሩ።
- እቲ እዋን ነብሰ-ምግላል ዘተቐዓሉ (እንተቐልጠፈ) 14 መዓልታት ድሕሪ እቲ ኣወንታዊ ውጽኢት ናይ ቅልጡፍ መርመራ ዝተሓበርኩምሉ ፡ ወይ ናይ ፈለማ ምልክታት ዝረኣኹምላ መዓልቲ፡ ካብ ክልቲኡ በቲ ኣቐዲሙ ዘጋጠመ እዩ። እንተወሓደ ን 48 ሰዓታት ከኣ ግድን ካብ ምልክታት ነጻ ክትኮኑ ኣለኩም (ብዘይካ ምዝንባዕ ህዋሳት ናይ ምሽታትን መቐረትን)።

2. ንኣባላት ስድራቤትኩም ወይ መናብርትኹም ሓበሬታ ሃብዎም

- ኣወንታዊ ናይ መርመራ ውጽኢት ምስተቐበልኩም ብዝተኸኣለ ቀልጢፍኩም ንኩሎም ኣባላት ስድራቤትኩም ወይ መናብርትኹም ንገርዎም።
- ኣባላት ስድራቤትኩም ወይ መናብርትኹም ግድን ቀልጢፎም ብቐጽብት ክውሸቡ ኣለዎም። ካብ ውሽባ ሓራ ዝኸነ እንተደኣ ኣብዘን ዝሓለፉ ሹዳሽተ ኣዋርሕ ብኮቪድ-19 ተለኪፎም ዝፈልጡ ኮይኖም ፡ ወይ ከኣ ሙሉእ ብሙሉእ ክታበት ዝወሰዱን ካብ ብቐዕ በዓል-መዚ ኣንጻሩ ትእዛዝ ዘይተቐበሉን ይኸውን።
- ኩሎም ኣባላት ስድራቤትኩም ወይ መናብርትኹም ብተወሰኹ ንሕክምናዊ ጉዳያት ወይ ህጹጽ ኩነታት ጥራይ ካብ መንበሪኹም ንግዳም ክወዱ ይፍቀዱም።

- እቲ ውሸባ ናይ ስድራቤትኩም ወይ መናብርትኩም ዝዛዘመሉ ድሕሪ 14 መዓልታት ናይቲ ንስኩም ኣወንታዊ ናይ መርመራ ውጽኢት ዝተቐበልኩምሉ፡ ወይ ናይ ፈለማ ምልክታት ዝረኣኹምላ መዓልቲ፡ ካብ ክልቲኡ በቲ ኣቐዲሙ ዘጋጠመ እዩ። ብተወሰኑ እቶም ኣባላት ስድራቤትኩም ወይ መናብርትኩም ዝኾኑ ምልክታት እቲ ሕማም ምስ ዘዩማዕብሉን ወይ ኣወንታዊ ውጽኢት ምስ ዘዩጋጥሞምን ይኸውን።
- ንስኩምን ኣባላት ስድራቤትኩም ወይ መናብርትኩምን ዝኾኑ በጻሕቲ ክበጽሑኩም ኣይፍቀድን እዩ።
- እንተደኣ ኣባላት ስድራቤትኩም ወይ መናብርትኩም ዝኾኑ ምልክታት ናይቲ ሕማም ኣማዕቢሎምን እንተደኣ በርቲዕዎምን ን ሓኪምኩም ሓብርዎም ፡ ወይ ናብ ናይ ህጹጽ ሓደጋ ኣገልግሎት (116117) ተሌፎን ደውሉ።

3. መርመራ PCR ግበሩ

- ብሩህ ንክኸውን፡ ብ PCR ምርመራ ዝተረጋገጸ ዝያዳ ዘተኣማምን ውጽኢት ናይ ቅልጡፍ መርመራ ክህልወኩም ይግባእ።
- ናይ PCR መርመራ ንምግባር ቆጶሪ ንክትሕዙ፡ ወይ ብቐጥታ ናብቲ መርመራ ማእከልኩም ዝርከብ ኪኢላ ሕክምና ኮሮና ፡ ወይ ከኣ ብኢንተርነት ናብ ናይ ኮሮና መርመራ ማእከል Wasen ኣብ ትሕቲ፡ corona-testzentrum-wasen.de ተወከሱ።
- **ናይ መርመራ ምስክር ወረቐት ምስ ውጽኢት ናይ ላባራቶሪ ኣተሓሕዝኩም ብምቕራብ መርመራ PCR ንምክያድ ፍቓድ ትረኽቡ።**
- ኣብ መንበሪኩም ተከይድዎ ዘለኹም መስርሕ ምውሻብ ነዚ ናይ PCR መርመራ ንምክያድ ክኹለፍ ይኸእል እዩ። ኩሎም መከላኸሊ ሮቂሒታት (AHA+L) ናይ ግድን ከተተግብርዎም ኣለኩም። እንተተኸኢሉ ከኣ ምጥቃም ህዝባዊ መጓዓዝያ ግድን ኣወግዱ።
- ኣብ መንበሪኩም ተፈሊኹም ጽንሑ። ውጽኢት ናይ ዝከዩዎኩም መርመራ PCR ኣሉታዊ ምስኸኸውን፡ ብቕጽበት ነቲ ናትኩምን ናይ ስድራቤትኩም ወይ መናብርትኩምን ናይ ምውሻብ እዋን ከምዝዛዘም ክገብሮ እዩ።

4. እንተደኣ ውጽኢት ናይ PCR መርመራኩም ኣወንታዊ ኮይኑ

- እንተደኣ ውጽኢት ናይቲ ዘከዩዎኩም ናይ PCR መርመራ ኣወንታዊ ኮይኑ፡ በጃኩም ናብዚ ተጠቒሱ ዘሎ ናይ ኢመይል ኣድራሻ ጥርሑ መልእኽቲ ስደዱ እሞ ንዝስዕብ መምርሒታት ተኸታተሉ covid-positiv@stuttgart.de
- **ኣወንታዊ ውጽኢት ናይ PCR መርመራ** ዝሓዘ ሓበሬታ ድሕሪ ምቕባልኩም ህዝባዊ ክፍሊ ሓለዎ ጥዕና ክረኽቡኩም እዮም። ነቶም ቤት ጽሕፈት ሕክምና ባዕልኩም ክትረኽብዎም ምፍታን ኣድላይ ኣይኮነን።
- ክፍሊ ሓለዎ ጥዕና ናይ ቀረባ ርክባትኩምን ምልክታትኩምን ኣብ ኢንተርነት ሓበሬታ ክትምዝግቡሉ እትኽእሉ መድረኽ ክህቡኩም እዮም። ከም ምርጫ ፡ ንስኩም እውን ብተወሰኑ ናትኩም ናይቶም ምሳኹም ዝተተናኸፉ ሰባት ዝርዝር መዝገብ ከተዳልዉ ትኽእሉ ኢኹም። እቲ ምልክታት ሕማም ከተማዕብሉ ቅድሚ ምጅማርኩም ወይ እቲ ኣወንታዊ ውጽኢት መርመራ ቅድሚ ምቕባልኩም ኣብ ዘለዎ ክልተ መዓልታት፡ ንኹሎኦት ሰባት ናይ ምልባድ ዝለዓለ ተኸእሎ ስለዘለኩም ፡ ነዚ ንምፍላይ ውልቃዊ መዝገብኩም ኣዝዩ ሓጋዚ እዩ።
- ድሕሪ ቃለ መሕትት ፡ ክፍሊ ሓለዎ ጥዕና ወይ ክፍሊ ህዝባዊ ስርዓት ናይ ምምሕዳር ከተማ ነቶም ምሳኹም ዝተተናኸፉ ሰባት ጸዊዖም ናይ ቀረባ ምትንኻፍን ክልእን እንዳበሉ ባዕሎም ክፈላልዩዎም እዮም - ንስኩም ባዕልኩም ክትሕብርዎም ዩብልኩምን! እቶም ሰባት ሓበሬታ ካብ ሰብ መዚ ምስተወሃቦም ጥራይ እዮም ነብሶም ኣግሊሎም ዝውሸቡ።
- ድሕሪኡ፡ ንስኩም፣ኣባላት ስድራቤትኩም ወይ መናብርትኩምን ፣ እቶም ምሳኹም ርክባት ዝነበሮም ሰባትን ካብሰበስልጣን ናይምፍልላይ ምስክር ወረቐት ክትውሃቡ ኢኹም። እዚ መስርሕ ኢደት መዓልታት ክወስድዎ ክኸእል እዩ።