Tigrigna - Number 44b
September 2022

ክታበት ፍሮማይ (ቫርሴላ)
Chickenpox (Varicella) Vaccine

ውላድኻ ብውሑስ መንገዲ ሓልዎ።

ኩሉ ክታበት ኣብ ግዚኡ ይውሰድ።

ኩሎም ክታበታት ኣብ ግዚኦም ብምርካብ፣ ውላድካ ኣብ ምሉእ ህይወቱ ካብ ዝተፈላለዩ ሕማማት ክከላኸል ይኽእል እዩ።

ኽታበት ኣብ ዝሓለፉ 50 ዓመታት ኣብ ካናዳ ኻብ ዝኾነ ይኹን ካልእ ናይ ጥዕና ስጉምቲ ንላዕሊ ህይወት ሰባት ኣድሒኑ እዩ።

ክታበት ፍሮማይ እንታይ እዩ?

እቲ ክታበት ፍሮማይ፣ ካብቲ ንሕማም ፍሮማይ ዘስዕብ ቫይረስ ቫሪሰላ-ዞስተር ዝበሃል ቫይረስ ይከላኸል። እቲ ክታበት ዝደኸመ መልክዕ ናይቲ ቫይረስ ዝሓዘ እዩ። ጥዕና ካናዳ ነቲ ክታበት ኣጽዲቐዎ እዩ። እቲ ክታበት ፍሮማይ ከም ኣካል ናይቲ ስሩዕ ክታበት ነጻ እዩ ዝወሃብ። ቆጸራ ንምሓዝ ናብ ወሃቢ ክንክን ጥዕናኻ ደውል።

ክታበት ክወስድ ዘለዎ መን እዩ?

ህጻናት ነቲ ክታበት ፍሮማይ ከም ተኸታታሊ 2 ዓቐን ይወስድዎ። እቲ ቀዳማይ ዓቐን ኣብ 12 ወርሒ ዕድሚኦም ክኸውን ከሎ እቲ 2ይ ዓቐን ድማ ካብ 4 ክሳብ 6 ዓመት ዕድሚኦም ይወሃብ። ነቶም ካብ ሕማም ንፍዮ፣ ዕንፍሩር ወይ ሩቤላ እውን መከላኸሊ ዘድልዮም ህጻናት፣ እቲ 2ይ ዓቐን ከም ውሁድ ክታበት ንፍዮ፣ ዕንፍሩር፣ ሩቤላን ቫሪሴላን (MMRV) ክወሃብ ይኽእል። ንዝበለጸ ሓበሬታ ብዛዕባ እቲ ክታበት፣ ኣብ [HealthLinkBC ፋይል#14e ክታበት ሕማም ንፍዮ፣ ዕንፍሩር፣ ሩቤላን ቫሪሴላን (MMRV)](#) ርአ።
ህጻናት እቲ ክታበት ምስ ካልኦት ናይ ህጻናት ክታበታት ኣብ ሓደ እዋን ይወስዱ።

ክታበት ፍሮማይ	ዕድመ እቲ ህጻን ኣብቲ እዋን ክታበት
1ይ ዓቐን	12 ወርሒ
2ይ ዓቐን	4 ክሳዕ 6 ዓመት

ኣብ 6ይ ክፍሊ ዝርከቡ ተምሃሮ 2 ዓቐን ናይቲ ክታበት ዘይተቐበሉ እውን እቲ ክታበት ክወስዱ ይግባእ። ኣብ ንኡስ ዕድሚኦም 2 ዓቐን ናይቲ ክታበት ዝወሰዱ ተማሃሮ 6ይ ክፍሊ ተወሳኺ ዓቐን ኣየድልዮምን እዩ። እቶም ክታበት ተቐቢሎም ዘይፈልጡ ተምሃሮ 6ይ ክፍሊ እንተወሓደ ኣብ 3 ወርሒ ኣፈላላይ ብምግባር 2 ዓቐን ክወስዱ ይግባእ።

እቲ ክታበት ንዕድሚኦም 13 ዓመትን ልዕሊኡን ንዝኾኑ ዘይተኸተቡ ሰባት እውን ብተኸታታሊ 2 ዓቐን ይቐርብ። ካልኣይ ዓቐን ድሕሪ 6 ሰሙን ድሕሪ ቀዳማይ ዓቐን ይወሰዱ።

ቅድሚ 1ይ ዓመት ልደቶም ፍሮማይ ዝነበሮም ሰባት ሕጂ እውን ክታበት ክወስዱ ይግባእ። ንነዊሕ እዋን ዝጸንሕ ናይ ምክልኻል ዓቕሚ ዘይከማዕብሉን መሊሶም ብፍሮማይ ክተሓዙን ይኽእሉ እዮም። ኣብ 1 ዓመት ዕድሚኦምን ልዕሊኡን ሕማም ፍሮማይ ወይ ሽንግል ዝነበሮም ሰባት፣ እዞም ዝስዕቡ እንተኾይኖም፣ ክታበት ምውሳድ ኣየድልዮምን፦

- ቅድሚ 2004 እቲ ሕማም እንተነይርዎም ወይ
- እቲ ሕማም ብናይ ቤተ ፈተነ ምርመራ እንተ ተረጋጊጹ

ናይ ኩሎም ዝተረኽቡ ክታበታት መዝገብ ምሓዝ ኣገዳሲ እዩ።

ክታበት ፍሮማይ እንታይ ረብሓታት ኣለዉዎ?

ክታበት ፍሮማይ ካብ ፍሮማይን ሕልኽላኻቱን ንምክልኻል ዝበለጸ መንገዲ እዩ። ውላድካ ክታበት ክተኸትብ ከለኻ፣ ንኻልኦት እውን ክከላኸሉ ትሕግዝ።

ሳሕቲ እኳ እንተኾነ፣ ገለ ሰባት ዋላ ድሕሪ ክታበት ፍሮማይ ክሕዞም ይኽእል እዩ። እቲ ሕማም ካብቲ ክታበት ዘይተኸተቡ ኣዝዩ ዝቐለለ ክኸውን እዩ።

ድሕሪ እቲ ክታበት ክመጽእ ዝኽእል ግብረ-መልሲ እንታይ እዩ?

ኽታበታት ኣዝዮም ውሑሳት እዮም። ካብ ብፍሮማይ ምትሓዝ ነቲ ኽታበት ምውሳድ ኣዝዩ ውሑስ እዩ።

ልሙዳት ግብረ-መልሲ ናይቲ ክታበት፣ እቲ ክታበት ኣብ ዝተወሃበሉ ቦታ ቃንዛ፣ ምቕያሕን ሕበጥን ክጠቓልል ይኽእል እዩ። ፍሮማይ ዝመስል ግን ከኣ ውሑድ ዕንፍርር ዘለዎ ቅልል ዝበለ ረስንን ሽፍታ ድሕሪ እቲ ክታበት ኣስታት 2 ሰሙን ክጋጥም ይኽእል እዩ።

ኣዝዩ ሳሕቲ፣ ሓደ ሰብ ድሕሪ ክታበት ሽፍታ ዘማዕበለ እንተኾይኑ፣ ካብቲ ክታበት ፍሮማይ ነቲ ቫይረስ ክሰፋሕፍሕ ይኽእል እዩ። ናብ ካልኦት ከይዝርጋሕ፣ እቲ ጽፍፍቲ ክሳብ ዝነቅጽን ዝሓዩን ነቲ ሽፍታ ሸፍኖ።

> ኣሰታሚኖፈን (ንኣብነት ታይለኖል®) ወይ ኢብዩፕሮፈን (ንኣብነት ኣድቪል®) ንረስኒ ወይ ቃንዛ ኽስምዓካ ኽሎ ክወሃብ ይኽእል እዩ። ASA (ንኣብነት ኣስፓሪን®) ጠንቂ ሕማም ረይ ሲንድሮም ክኸውን ስለ ዝኽእል ትሕቲ 18 ዓመት ንዝዕድሚኡ ዝኾነ ይኹን ሰብ ክወሃብ የብሉን።

ብዛዕባ ረይ ሲንድሮም ዝበለጸ ሓበሬታ እንተ ደሊኻ ኣብ HealthLinkBC ፋይል #84 ረይ ሲንድሮም ርአ።

ዝኾነ ይኹን ኽታበት ድሕሪ ምውሳድካ ን15 ደቓይቕ ኣብቲ ክሊኒክ ምጽናሕ ኣገዳሲ እዩ፣ ምኽንያቱ ኣዝዩ ሳሕቲ ዝረአ ተኽእሎ ኣሎ፣ ካብ ሚልዮን ትሕቲ 1፣ ኣናፊላክሲስ ዝበሃል መፍርሒ-ህይወት ኣለርጂክ ግብረ-መልሲ ኣሎ። እዚ ድማ ቆፎ ኣፍልቢ፣ ጸገም ምስትንፋስ ወይ ምሕባጥ ጎሮሮ፣ መልሓስ ወይ ከንፈር ከጠቓልል ይኽእል እዩ። እዚ ግብረ-መልሲ እንተተፈጢሩ፣ ኣላዪ ክንክን ጥዕናኻ ክሕክሞ ይኽእል እዩ። ህጹጽ ሕክምና ኤፒነፍሪን (ኣድሪናሊን) ምምሕዳርን ብኣምቡላንስ ናብቲ ዝቐረበ ክፍሊ ህጹጽ ረድኤት ምትሕልላፍን የጠቓልል። ካብቲ ክሊኒክ ምስ ወጻእካ ምልክታት እንተተራእዮምኻ፣ ናብ **9-1-1** ወይ ናብቲ ናይ ከባቢኻ ህጹጽ ቁጽሪ ደውል።

ኩሉ ግዜ ከቢድ ወይ ዘይተጸበኻዮ ግብረ-መልሲ ኣብ ጥዕናኻ ኣብ ዘጋጥመካ ንወሃቢ ክንክን ጥዕናኻ ጸብጻብ ምሃብ ኣገዳሲ እዩ።

እቲ ክታበት ክወስድ ዘይግብኦ መን እዩ?

ንስኻ ወይ ውላድካ ካብዞም ዝስዕቡ እንተኾይንኩም፣ ምስ ወሃቢ ክንክን ጥዕናኻ ተዘራረብ፣

- ቅድሚ ሕጂ ንዝተወሰደ ዓቐን ክታበት ፍሮማይ፣ ወይ ዝኾነ ክፋል ናይቲ ክታበት ኒዮማይሲን ወይ ጀላቲን ሓዊሱ ንህይወት ኣብ ሓደጋ-ዘእቱ ግብረ-መልሲ እንተ ኣጋጢምኩም
- ብሕማም ወይ ሕክምናዊ ክትትል ዝደኸመ ናይ ምክልኻል ዓቕሚ እንተ ሃልዩኩም
- ኣብ ውሽጢ ዝሓለፉ 12 ኣዋርሕ ምምሕልላፍ ደም እንተ ተገይርልኩም ወይ ካልእ ፍርያት ደም እንተ ወሲድኩም
- ንጡፍ ዘይተሓከመ ሕማም ቲቢ እንተ ሃልዩኩም
- ነፍሰጾር እንተ ኾይንኪ ወይ ክትጠንሲ መደብ እንተ ሃልዩኪ። ደቂ ኣንስትዮ ክታበት ፍሮማይ ድሕሪ ምውሳደን ን1 ወርሒ ካብ ምጥናስ ክቑጠባ ይግባእ

ብሰንኪ ሰዓል ወይ ካልእ ቀሊል ሕማም ኽታበት ምድንጓይ ኣየድልን። ይኹን እምበር፣ ዝኾነ ስከፍታታት እንተሃልዩካ፣ ምስ ወሃቢ ክንክን ጥዕናኻ ተዘራረብ።

ፍሮማይ እንታይ እዩ?

ፍሮማይ ብቫሪሰላ-ዞስተር ቫይረስ ዝመጽእ ረኽሲ እዩ። እቲ ዝተለኽፈ ሰብ ክስዕል ከሎ ወይ ክሕንጥሽ ከሎ ብቐሊሉ ብኣየር ይላባዕ። ነዚ ኣየር ክትትንፍስ ከለኻ ወይ ዝተበከለ ቦታታት ክትትንክፍ ከለኻ፣ በቲ ረኽሲ ክትልከፍ ትኽእል ኢኻ። እቲ ቫይረስ ምስ ምራቕ ሓደ ዝተለኽፈ ሰብ ብምርኻብ ከም ምግቢ፣ መስተ ወይ ሽጋራ ብምክፋል፣ ወይ ድማ ብምስዓም ክላባዕ ይኽእል እዩ። ብተወሳኺ ምስቲ ካብ ፍሮማይ ወይ ጾፍፍቲ ሽንግልስ ዝመጽእ ፈሳሲ ብምርኻብ ይላባዕ።

ፍሮማይ ዘለዎም ህጻናት ብማእከላይ ገምጋም 350 ቀይሕን ዘሕክኽ ጾፍፍቲ ክህልዎም ይኽእል እዩ። ረኽሲ ኣብ ሓደስቲ ዝተወልዱ ህጻናት፣ መንእሰያት፣ ዓበይቲ፣ ነፍሰጾራትን ኣብ ዝደኸመ ስርዓት ምክልኻል ሕማም ዘለዎምን ዝያዳ ከቢድ እዩ።

ካብ ፍሮማይ ዝመጽእ ሕልኽላኻት፣ ኒሞንያ (ረኽሲ ሳንባ)፣ ሕማም ኣእምሮ (ሕበጥ ሓንጎል)፣ ከምኡ'ውን ረኽሲ ባክተርያ ቆርበት ይርከብዎም። ሕማም ኣእምሮ ናብ ምውዳቕ፣ ምጽማም ወይ ምጉዳእ ሓንጎል ከስዕብ ይኽእል እዩ። ካብ 3000 ዓበይቲ ሰባት ኣስታት 1 በቲ ረኽሲ ክመውት እዩ።

ሳሕቲ፣ ኣብ መጀመርታ ጥንሲ ረኽሲ እንተጋጥም፣ ህጻን ምስ ስንክልና ውልደት ከም ዝውለድ ከስዕብ ይኽእል። እዚ ድማ ኮንጀኒታል ቫሪሴላ ሲንድሮም ተባሂሉ ይፍለጥ። ህጻናት ትሑት ክብደት ውልደቶም፣ በሰላ ከምኡ'ውን ኣብ መሓውሮም፣ ኣዒንቶምን ሓንጎሎምን ጸገማት ክህልዎም ይኽእል። ፍሮማይ ምውራድ ጥንሲ ወይ ሞይቱ ዝውለድ እውን ከስዕብ ይኽእል እዩ።

ንገለ ሰባት፣ እቲ ቫይረስ ድሒሩ ኣብ ዕድሚኦም እንደገና ንጡፍ ክኸውንን ሽንግልስ ዝበሃል ቃንዛ ዘለዎ ሽፍታ ከስዕብን ይኽእል። ንዝበለጸ ሓበሬታ ብዛዕባ ፍሮማይ ኣብ፣ HealthLinkBC ፋይላት #44a ሓቅታት ብዛዕባ ፍሮማይ ርአ።

ብሱል ንእሽቶይ ፍቓድ

ወለዲ ወይ ኣለይትን ደቆምን ንኽታበት ፍቓድ ንምርካብ ክመያየጡ ይምከር። ትሕቲ 19 ዓመት ዝዕድሚኦም ህጻናት፣ ንነፍሲ ወከፍ ኽታበት ዘለዎ ረብሓን ክህሉ ዝኽእል ግብረ-መልስን ከምኡ'ውን ክታበት ናይ ዘይምኽታብ ከምጽኦ ዝኽእል ሓደጋን ክርድኡ ዝኽእሉ፣ ብሕጋዊ መንገዲ ክታበት ክሰማምዑ ወይ ክነጽግዎ ይኽእሉ እዮም። ብዛዕባ ብሱላት ንኣሽቱ ፍቓደኛ ምዃን ተወሳኺ ሓበሬታ እንተ ደሊኻ ኣብ HealthLinkBC ፋይል #119 ሕጊ ዕሸላት፣ ብሱላት ትሕቲ ዕድመ ፍቓድን ክታበትን ርአ።

ብዛዕባ ኽታበት ተወሳኺ ሓበሬታ እንተ ደሊኻ፣ ኣብ https://immunizebc.ca.ርአ።

ንተወሳኺ ኣርእስታት ፋይል HealthLinkBC፣ ኣብ www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files ወይ ኣብ ከባቢኻ ዝርከብ ክፍሊ ህዝባዊ ጥዕና ተወከስ። ንዘይህጹጽ ናይ ጥዕና ሓበሬታን ምኽርን ኣብ B.C. ንምርካብ፣ ኣብ www.HealthLinkBC.ca ተወከሱ ወይ ብ **8-1-1** (ነጻ ቴሌፎን) ደውል። ንምስማዕ ዝተሰኣኖን ናይ ምስማዕ-ጸገም ዘለዎምን ሓገዝ ንምርካብ ብ **7-1-1** ደውል። ኣገልግሎት ትርጉም ብልዕሊ 130 ቋንቋታት ብዝሓተትካዮ ክርከብ ይኽእል እዩ።