

ጀርምስ ጠጠው ነብሎም፤ ፍሉ ጠጠው ነብሎ

ፍሉ ዶ አሎካ(ኪ)፣ ንነብስኻ ቀልጢፍካ ክልተ ሕትታት ሕትት።

1. ቀዳማይ፡ ረስኒ ዶ አሎካ(ኪ)፤

2. ካልኣይ ፡ ኻልእ ከም ምስዓል፣ ጉሮሮኻ ምስርሳር፣ ኣካላትካ ምቕርጣም፣ ርእሲ ሕማም፣ ገብገብ ምብል(ቁሪ)፣ ውጽኣትን ተምላስን ዘበሉ ምልክታት ኣሎካ(ኪ)፤

እንተድኣ እወ ኮይኑ መልሰኻ(ኺ) ነዘን ላዕለዎት ሕትታት፤ እዚ ፍሉ ኣሎካ(ኪ) ማለት እዩ።

እዚ ፍሉ እንተሎካ እንታይ ክትገብር(ሪ) ይግብ ኣካ(ኪ)፤

- ካብ ገዛ ኣይትውጸእ፤ ብዙሕ ፈሳሲ ስተን ብዙሕ ኣዕርፍን።
- ጥ ዕና ካል ኦት ክትሕሉ ካብ እኩባት ሰባት ርሓቕ፤ ንኣፍካ ካብ ምስዓል ሸፍንን ብዙሕ ሳዕ ኣ እዳውካ(ኪ) ተሓጸብ።

እንተድ ኣ ዘይሓሸካ(ኪ) ንኸንክን ጥዕና ወሃብቲ ደውል።

እንተድ ኣ ሓገዝ ሕክምና እንተ ደለኺ(ኻ) እሞ ናይ ሕክምና ወሃብቲ ወይ መድሕን ጥዕና ዘይብልካ(ኪ) ናብ ኮምኒቲ ጥዕናዊ ዕድሎት መደብ ኣብ **1800-756-5437** ብምድዋል ወክሱ።

ናይ ኢሚግራሽን መርገጺ ኣይሕተትን እዩ።

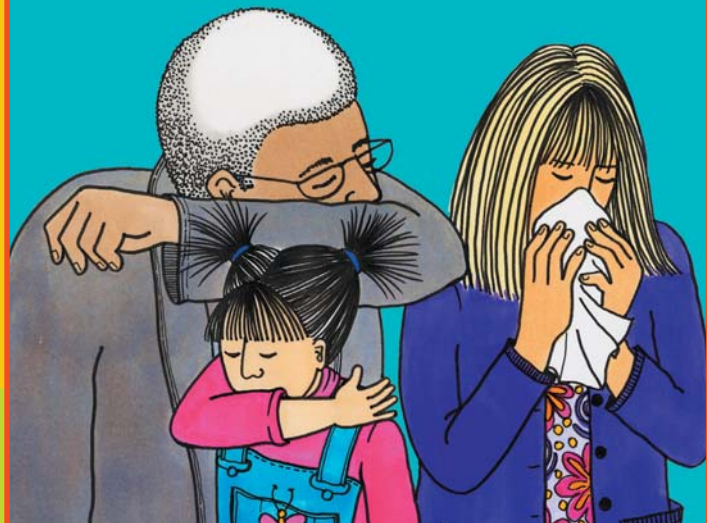
ምስ ትሓሙ ኣብ ገዛ ጽንሑ(ሓ)



ን20 ሰከንድ ዝኸውን ኢዶ ም(ደን) ይተሓጸቡ(ባ)



ምስዓልን ህንጥሽውን ምሽፋን



ኸትሕጸብ(ቢ) ኣይትኸእል ን(ሊን)፤ ኣልኮላዊ መንጽሒ ኢድ ይጠቐሙ።



Public Health 
Seattle & King County

ንተወሳኺ ሓበሬታ በዚ ዝስዕብ መርበብ ኢንተርኔት ይወክሱ፡
www.kingcounty.gov/health
ምስ ዚሓቱ ኣድላዩ ካልኣዊ መሓበሪውን ኣሎ።