Public Health
Seattle & King County

ኮንጀንክትቫይተስ / Conjunctivitis (ሮዝ ዐይን)

ውድ ወላጅ ወይም አሳዳጊ:

ይህ የእውነታ ወረቀት የቀረበሎት ምክንያት:

- ☐ **እርስዎ ወይም ልጅዎ ለኮንጀንክትቫይተስ (ሮዝ ዐይን) በሽታ ተጋልጠው ሊሆን ስለሚችል ነው።**
- ☐ **ለመረጃ እንዲሆንዎት ብቻ ነው።**

የኮንጀንክትቫይተስ (ሮዝ ዐይን) በሽታን በተመለከተ አጠቃላይ መረጃ

የኮንጀንክትቫይተስ በሽታ ምንድነው ?

- ኮንጀንክትቫይተስ በልጆች ላይ የተለመደ የዓይን ኢንፌክሽን ነው። ሮዝ ዐይን ተብሎም ይጠራል። ይህም በዐይን የውስጥ ሽፋን እና በነጩ ስስና ጥርት ባለው የአይን አካባቢ ላይ የሚወጣ እብጠት ነው። በባክቴሪያዎች፣ በቫይረሶች እና አለርጂ በሚያመጡ ነገሮች (እንደ የቤት እንስሳ የቆዳ ቅርፋት ወይም አቧራ ብናኝ) ወይም በኬሚካል ውስጥ ባሉ የህመም ቀስቅሽ ነገሮች ሊከሰት ይችላል።
  - የቫይራል እና የባክቴሪያ ኮንጀንክትቫይተስ ብቻ ነው በቀላሉ የሚሰራጨው።
  - በአለርጂ እና በኬሚካል ምክንያት የሚመጡ ኮንጀንክትቫይተስ በሽታዎች ከአንድ ሰው ወደ ሌላ ሰው አይተላለፍም፣ ስለዚህም ይህ የማሳወቂያ ደብዳቤ ስለነሱ አያተኩርም።
- የባክቴሪያ ኮንጀንክትቫይተስ ከታህሳስ እስከ ሚያዝያ ባለው ጊዜ ውስጥ በጣም የተለመደ ነው።

ማንን ሊይዝ ይችላል?

- ማንኛውም ሰው በኮንጀንክትቫይተስ በሽታ ሊያዝ ይችላል። የባክቴሪያ ኮንጀንክትቫይተስ ከቫይራል ኮንጀንክትቫይተስ የበለጠ ከፍ ባሉ ጨቅላ ሕፃናት ልጆች ላይ እና በሌሎች ልጆች ላይ የተለመደ ነው።

ምልክቶቹ ምንድናቸው?

- የባክቴሪያ:
  - ቀይ ወይም ሮዝ፣ የሚያሳክክና የሚያም ዓይን (ኖች)።
  - ትንሽ ያልሆነ አረንጓዴ ወይም ቢጫ ፈሳሽ።
  - ከእንቅልፍ በሚነሱበት ጊዜ የዓይን ሽፋኖቻቸው አንድ ላይ ተጣብቀው ሊቆዩ ይችላሉ።
  - በአንዱ ወይም በሁለቱም ዓይኖች ላይ ሊከሰት ይችላል።
- የቫይረስ:
  - ሮዝ፣ ያበጠ፣ ውሃ የቋጠረ አይን(ዎች)።
  - አይኖች ለብርሃን ስሜታዊ ሊሆኑ ይችላሉ።
  - አንድ ዓይን ላይ ብቻ ሊከሰት ይችላል።
  - ሌሎች እንደ የአፍንጫ ፍሳሽ፣ የጉሮሮ መቁሰል እና የጆሮ ህመም ያሉ ምልክቶች ሊኖሩ ይችላሉ።

እንዴት ይሰራጫል?

- ኮንጀንክትቫይተስን የሚያስከትሉት ባክቴሪያዎች እና ቫይረሶች በበሽታው በተያዘ ሰው ዓይን ፈሳሽ ውስጥ ይገኛሉ።
- በብዛት የሚተላለፍበት መንገድ ቫይረሱ ወይም ባክቴሪያው ያለበትን ነገር ወይም ስፍራ ከነኩ በኋላ ባልታጠበ እጅ አይንን በመንካት ነው።

- ኮንጀንክትቫይተስን የሚያስከትሉ ቫይረሶች በሳል፣ በማስነጠስ እና ከአፍንጫ በሚወጡ ጠብታዎች ውስጥም ሊገኙ ይችላሉ።
- በነዚህ መንገዶችም ሊሰራጭ ይችላል።
  - በግል ግንኙነት፣ ለምሳሌ በመነካካት ወይም በመጨባበጥ።
  - ከዓይን ጋር በቅርብ የሚገናኙ እንደ ፎጣዎች፣ ማጠቢያ ጨርቆች፣ ሜካፕ ወይም መነጽሮች ያሉ የግል እቃዎችን በመጋራት።
  - የኮንጀንክትቫይተስ ቫይረስ ያለበት ሰው በሚያስልበት እና በሚያስነጥስበት ጊዜ አጠገቡ ያለ ግለሰብ በሳልና በማስነጠስ ምክንያት የወጡትን ጠብታዎቹ ሲተነፍስ።

ልጄ ኮንጀንክትቫይተስ እንዳለበት እንዴት አውቃለሁ?

- የጤና ባለሙያ የአንድን ሰው አይን በመመርመር የኮንጀንክትቫይተስ በሽታን ሊለይ ይችላል።

ተጨማሪ ጥያቄዎች ካሉዎት ወይም ልጅዎ ኮንጀንክትቫይተስ በሽታ ሊኖርበት ይችላል ብለው የሚያስቡ ከሆነ፣ የጤና ባለሙያዎን ያነጋግሩ። ይህ የእውነታ ወረቀት አጠቃላይ መረጃን ብቻ ነው የሚያቀርበው።

ልጄ ኮንጀንክትቫይተስ ቢኖርባትስ?

- **ልጅዎ ኮንጀንክትቫይተስ ካለባት ወዲያውኑ ለልጅዎ እንክብካቤ ሰጪ ወይም ቅድመ ትምህርት ቤት ያሳውቁ።**

እንዴት ህክምና ይደረግለታል?

- የጤና እንክብካቤ አቅራቢዎ የኮንጀንክትቫይተሱን መንስኤ ላይ በመመርኮዝ የተሻለውን ሕክምና ሊወስን ይችላል።
- **የባክቴሪያ** ኮንጀንክትቫይተስ በፀረ-ባክቴሪያ ይታከማል። ሕክምናው ከተጀመረ ከ2-3 ቀናት በኋላ ምልክቶቹ ይሻሻላሉ።
- **የቫይረስ** ኮንጀንክትቫይተስ በአንቲባዮቲክስ አይሻሻልም።

ኮንጀንክትቫይተስ በሽታ እንዳይሰራጭ እንዴት መርዳት እችላለሁ?

- በተደጋጋሚ እና ቢያንስ ለ20 ሰከንዶች እጅዎን ይታጠቡ። ሳሙና እና ሙቅ ውሃ የማያገኙ ከሆነ ፣ ቢያንስ 60% አልኮል ያለውን በአልኮል ላይ የተመሰረተ የእጅ ማጽጃ (ሳንታይዘር) ይጠቀሙ።
- በሚያስሉበት ወይም በሚያስነጥሱበት ጊዜ አፍንጫዎን እና አፍዎን ይሸፍኑ።
- አይኖችዎን፣ አፍንጫዎን እና አፍዎን ከመንካት ይቆጠቡ።
- አይን ላይ ያሉትን ፈሳሾች ለማፅዳት የተጠቀሙበትን የጥጥ ምርቶች ወይም ሶፍቶች ይጣሉ እና ወዲያውኑ እጅዎን በሳሙና እና በሙቅ ውሃ ይታጠቡ።
- በተለምዶ በእጅ ወይም በፊት የሚነኩ እንደ የበር እጀታዎች፣ ስልኮች እና መጫወቻዎች ያሉ ነገሮችን በደንብ ያፅዱ።
- የኮንጀንክትቫይተስ በሽታ የያዘው ግለሰብ የተጠቀመባቸውን ማናቸውንም የትራስ ልብሶች፣ አንሶላዎች፣ የፊት ማጠቢያ ፎጣዎችን እና ሌሎች ፎጣዎችን ከሌሎች ሰዎች ልብስ ለይተው ብቻቸውን በሙቅ ውሃ እና በልብስ ማጠቢያ ሳሙና ይጠቡ።
- የኮንጀንክትቫይተስ በሽታ ካለበት ሰው ጋር የግል ዕቃዎችን ለምሳሌ ፎጣዎችን፣ የፊት ማጠቢያ ፎጣዎችን፣ መነጽሮችን እና የሜካፕ ምርቶችን ከመጋራት ይቆጠቡ።

Public Health
Seattle & King County

ልጄ ከልጆች እንክብካቤ መስጫ መአከላቱ ቀርቶ እቤት መቆየት አለበት?

አይ እቤት መቅረት የለበትም። ለኮንጀንክትቫይተስ በሽታ የተጋለጡ ልጆች ወይም ተመርምረው በሽታው እንደያዛቸው የወቁ ልጆች ከዚህ በታች የተጠቀሱት ነገሮች **ካልሆኑ በስተቀር** ወደ ሕፃናት እንክብካቤ መስጫ መሄዳቸውን ሊቀጥሉ ይችላሉ:

- ሌሎች የቫይረስ ኮንጀንክትቫይተስ ምልክቶች ጋር (የአፍንጫ ንፍጥ፣ የጉሮሮ መቁሰል፣ የጆሮ ሕመም ጋር) አብሮ ትኩሳት (የሙቀት መጠን 100.4^{0}F [38°C] ወይም ከዚያ በላይ የሆነ ትኩሳት) ካለባቸው።
- በክፍል ውስጥ በሚደረጉ እንቅስቃሴዎች ላይ ለመሳተፍ ጥሩ ስሜት ካልተሰማቸው (ለምሳሌ: ከወትሮው የተለየ ድካም፣ ብስጭት ወይም መነጫነጭ ከተሰማቸው፣ ወይም ከመደበኛው በላይ እያለቀሱ ከሆነ)።

እባክዎ የልጅዎትን የእንክብካቤ ፕሮግራም የበሽታ ፖሊሲ ይከተሉ። የሕጻናት እንክብካቤ ፕሮግራሞች የአይን ፈሳሽ ያለባቸውን ግለሰቦች ፈሳሹ እስከሚቆም ድረስ ወይም ልጁ በጤና እንክብካቤ ባለሙያ እስኪታይ ድረስ የልጆች እንክብካቤ ቦታ እንዳይሔድ እና እቤት እንዲቆይ ሊጠይቁ ይችላሉ።

የመረጃ ማጣቀሻዎች/ምንጮች:

American Academy of Pediatrics

- *Caring for our Children, Chapter 3 Health Promotion and Protection, 3.6 Management of Illness, 3.6.1 Inclusion/Exclusion Due to Illness*
- *Caring for Our Children Standard 7.5.1.1: Conjunctivitis (Pinkeye)*
- *Managing Infectious Diseases in Child Care and Schools, 5th Edition. Pages 141-142*

Centers of Disease Control & Prevention

- *Conjunctivitis website https://www.cdc.gov/conjunctivitis/index.html*

Child Care Health Program – Public Health Seattle & King County

- *https://kingcounty.gov/depts/health/child-teen-health/child-care-health/disease-prevention.aspx. Disease Prevention Website*