

# ጭርት

## ውድ ወላጅ ወይም አሳዳጊ፣

ይህ የመረጃ ወረቀት እየተሰጠዎት ያለው፡-

- እርስዎ ወይም ልጅዎ ለጭርት ተጋልጠው ስለሚችል ነው።
- ለመረጃ አገልግሎት አላማዎች ብቻ የሚውል።

## ስለ ጭርት አጠቃላይ መረጃ

### ጭርት ምንድን ነው?

- ጭርት የሚከሰተው ማክሮስፖራም ካኒስ በተባለ ፈንገስ ነው።
- በሰውነት፣ በእግር ወይም በጭንቅላት ላይ ያለውን ቆዳ ሊጎዳ የሚችል የተለመደ የፈንገስ ኢንፌክሽን ነው። በእግር ላይ በሚሆንበት ጊዜ “የአትሌት እግር” ይባላል።
- ምንም እንኳን ስም ቢሆንም፣ ከትሎች ጋር ምንም ግንኙነት የለውም። በስሙ ውስጥ “ቀለበት” የሚለው ቃል የመጣው እንደ ቀለበት ቅርጽ ካለው ክብ ሽፍታ ነው።

### ማን ሊይዘው ይችላል?

- ማንኛውም ሰው ጭርት ሊይዘው ይችላል።
- እድሜያቸው ከ3 እስከ 9 አመት በሆኑ ልጆች የራስ ቆዳ ላይ የሚወጣ ጭርት በጣም የተለመደ ነው።

### ምልክቶቹ ምንድን ናቸው?

- በሰውነት ላይ ያለ ጭርት በመጠን የሚጨምር ቆዳ ላይ ትንሽ፣ ክብ፣ ቀይ ሽፍታ ሆኖ ይጀምራል።
  - ከአተር መጠን ወደ አስር ሳንቲም ሲያድግ መሃሉ ጸድቶ ቀለበት መምሰል ይጀምራል።
  - የቀለበቱ ጠርዞቹ ቀይ ሲሆኑ ደረቅ እና ቅርፊት ያላቸው ወይም እርጥብ እና ቅርፊት ያላቸው ሊሆኑ ይችላሉ።
  - ሽፍታው ብዙ ጊዜ ቀይ እና የሚያሳክክ ነው።
- ሽፍታው በራስ ቆዳ ላይ በሚኖርበት ጊዜ፡-
  - የተበከሉ ጸጉሮች በቀላሉ ሊሰበሩ ይችላሉ።
  - ራስ በርሃ የሆነ ቅርፊት ያለው የ ቦታ ሊፈጠር ይችላል።
  - አንዳንድ ጊዜ ቢጫ የሆኑ ቅርፊት ያላቸው ቦታዎች ይፈጠራሉ።
- እግር ላይ በሚሆንበት ጊዜ፣ በእግር ጣቶች መካከል የቆዳ ስንጥቅ ወይም መላጥ ይኖራል።

### የሚሰራጨው እንዴት ነው?

- ጭርት የሚያመጣው ፈንገስ በሚከተለው ሊሰራጨ ይችላል፡-
  - አንድ ሰው ጭርት ያለበትን ሰው ሽፍታ ሲነካ።
  - ፈንገስ ያለባቸው የህዝብ መታጠቢያ ወይም የሳጥን ክፍል ወለሎ የመሳሰሉ እርጥቦታማ ቦታዎችን በመንካት።

- እንደ ማበጠሪያ፣ ኮፍያዎች፣ ልብሶች ወይም ፎጣዎች የመሳሰሉ ጭርት ያለበት ሰው የተጠቀመባቸውን የግል እቃዎች በመጋራት
- ጭርት ያለባቸውን ውሾች፣ ድመቶች እና ሌሎች እንሣት ከነኩ በኋላ።
- ምንም እንኳን የተለመደ ባይሆንም፣ ፈንገስ የያዘ አፈር ከነኩ በኋላም ሊሰራጭ ይችላል።

## ልጅ ጭርት እንዳለበት እንዴት አውቃለሁ?

**ልጅዎ የጭርት ምልክቶች ካሉበት፣ በጤና እንክብካቤ አቅራቢ መታየት አለባቸው።**

- አንድ የጤና እንክብካቤ አቅራቢ በቆዳው መልክ ላይ በመመርኮዝ ብዙ ጊዜ ጭርቱን ይመረምራል።
- ምርመራው ከቆዳው ላይ ቅርፊቶችን በመውሰድ እና በአገላ መነጽር በመመልከት ወይም ናሙና ወደ ላቦራቶሪ በመላክ እንዲመረመር በማድረግ ሊረጋገጥ ይችላል።

**ተጨማሪ ጥያቄዎች ካሉዎት ወይም ልጅዎ ጭርት ሊኖርበት ይችላል የሚል ስጋት ካለዎት፣ የጤና እንክብካቤ አቅራቢዎን ያነጋግሩ። ይህ የመረጃ ሉህ አጠቃላይ መረጃ ብቻ ይሰጣል።**

## ልጅ ጭርት ካለበትስ?

**ልጅዎ ጭርት ካለበት ወዲያውኑ ለልጅዎ እንክብካቤ አቅራቢ ወይም አጻደ ህጻናት ያሳውቁ።**

**ጭርት እንዴት ይታከማል?**

- የጭርት ህክምናዎች ያለ ሃኪም ማዘዣ እና በሃኪም ማዘዣ ለግዢ ቀርበዋል። የህክምና ምክሮችን ለማግኘት ከጤና እንክብካቤ አቅራቢዎ ጋር ይመካከሩ።
- በህክምናዎ ሲሆን እንኳን የጭርት ኢንፌክሽንን ለማጽዳት ብዙ ሳምንታት ሊወስድ ይችላል።
- ህክምናን ቶሎ ማቆም ጭርት ተመልሶ እንዲመጣ እና ለማከም ከባድ እንዲሆን ያደርገዋል። ስለዚህ በማሸጊያው ወይም በሃኪም ማዘዣ መለያ ላይ ያሉትን መመሪያዎች መከተል አስፈላጊ ነው።

**ጭርት እንዳይዘመት ለመከላከል መርዳት የምችለው እንዴት ነው?**

- የተበከለውን ቦታ በፋሽዎች ወይም በልብስ ይሸፍኑ።
- ቆዳን ጎጂ ህይወት እና ደረቅ ያድርጉ።
- ፈንገስ በእቃዎች ላይ ለረጅም ጊዜ አንዳንዴም እስከ 18 ወር ድረስ ሊቆይ ስለሚችል፣ የሚከተሉትን ማድረግ አስፈላጊ ነው፡-
  - በሳጥን ክፍሎች ወይም የህዝብ መታጠቢያ በመሳሰሉ ቦታዎች በባዶ እግርዎ አይራመዱ። በምትኩ፣ በጂም፣ በሳጥን ክፍሎች እና በመዋኛ ገንዳዎች ላይ ነጠላ ጫማዎችን ወይም ጫማዎችን ያድርጉ።
  - የቤት ንጣፎችን ማጽዳት እና መድሃኒት መርጨት።
  - ቤቱን በአየር ማጽዳት፣ ይህ የቤት እንስሳ ጸጉርን እና የተበከሉ የቆዳ ቅርፊቶችን ለማስወገድ ይረዳል።
  - አንሳላዎችን፣ ልብሶችን እና የሌሎች ልብሶችን በየቀኑ ይጠቡ። በሞቀ ውሃ ውስጥ ይጠቡ እና በ “ሙቅ” አካባቢ በማድረቁያው ውስጥ ያድርቁ።
  - ልብስ፣ ፎጣዎች፣ ትራሶች፣ የጸጉር ብሩሾች፣ ኮፍያዎች ወይም ሌሎች የግል ቁሶችን ጭርት ካለባቸው ሰዎች ጋር አይጋሩ።

- ክፍሎቹን በደንብ ያናፍሱ። መስኮቶችን በመደበኛነት ይክፈቱ።
- የቤት እንስሳትን ወይም እንስሳትን ከነኩ በኋላ እጆቻችንን በደንብ ይታጠቡ። የጭርት ኢንፌክሽን ያለባቸውን የቤት እንስሳት ወደ እንስሳት ሃኪም ይውሰዱ።

---

## ልጅ ከልጅ እንክብካቤ ቀርቶ በቤት መቆየት ይኖርበታል?

**አዎ።** እንደ American Academy of Pediatrics (አሜሪካ የህጻናት ህክምና አካዳሚ)፣ ጭርት ያለባቸው ህጻናት ህክምና ከጀመሩ በኋላ ወደ ልጅ እንክብካቤ መመለስ ይችላሉ።

**እባክዎ የልጅ እንክብካቤ ፕሮግራምዎን የበሽታ ፖሊሲ ይከተሉ።**

---

### ዋቢዎች

American Academy of Pediatrics

- Managing Infectious Diseases in Child Care and Schools, 6<sup>th</sup> Edition. Pages 161-1562

Centers for Disease Control & Prevention

- Ringworm website: <https://www.cdc.gov/fungal/diseases/ringworm/index.html>