11-18 ዕድመ ንዘለዎም ደቅኺ ካብ ብርቱዕ ሕማማት ንክትከላኸልሎም ዝበለጸ ኣገዳሲ መገዲ ናይ Tdap፣ MCVን HPVን ክታበታት ምሃብ እዩ ኢሎም ሓካይም የተሓሳስቡ።

- ሓደ ሓደ ንሕጻናት ዝውሃቡ ክታበታት ንሙሉእ ህይወቶም ዝጸንሑ ኣይኮኑን። 11-18 ዝኾነ ውሉድካ ተሓልዩ ንኽጸንሕ ተወሳኺ ክታበታት ከድልዮ እዩ።
- ዕብይ ዝበሉ ቀለውዕን ዓበይቲ ሰባትን ዝተወሰኑ ሕማማት ናይ ምርካብ ዝለዓለ ደረጃ ስለዘለዎም ዝተወሰኑ ክታበታት ብፍላይ እዮም ዝዳለወሎም። ዕድሚኡ 11-18 ዝኾነ ውሉድካ ነዞም ክታበታት ቆልዓ ኸሎ ኣይረኸቦምን።
- ውሉድኪ ጥዑይ እንተኾይኑ ወይ ቁሩብ ሕምም እንተኢሉ ክታበት ደሓንን ዝሰርሑ እዮም።

ንናይ ውሉድኪ ሓኪም ብዛዕባ እዞም ክታበታት ሎሚ ሕተትዮ!

ንደቂ 11-18 ዓመቶም ክታበት ናጻ እዩ።

ናይ ምምሕዳር ክፍሊት ክትከፍሊ ትሕተቲ ትኾኒ፣ ክትከፍልዮ እንተዘይክኢልኪ ግን ክትምሓሪ ኢኺ።

ብዛዕባ ክታበታት ተወሳኺ ሓበሬታ ንምርካብ፤

- ምስ ሓኪምኪ፣ ነርስኺ ወይ ክሊኒክ ተዘራረቢ
- ናብ Public Health – Seattle & King County ብቑጽሪ ስልኪ 206-296-4774 ደውሊ

ውሉድኪ ኣብ ነፍስወከፍ ዓመት ናይ ጥዕና ምርመራ ንኽግበረሉ ኣገዳሲ እዩ!

ሓኪም፣ ነርስ ወይ ክሊኒክ ኣብ ምርካብ ሓገዝ ንምርካብ እትድውልዮ ወይ እትውከስዮ፤

Family Health Hotline
1.800.322.2588
711 (TTY relay)
Programs of WithinReach
www.ParentHelp123.org

Public Health
Seattle & King County

ብኻልእ ዝተፈላለዩ መገድታት ተዳልዩ ኣሎ
Tigrinya
Reprinted 2013

11-18 ዓመት ዝዕድሚኡ/ኣ ውሉድኪ ካብ ሓደገኛ ሕማማት ተሓልዩ/ያ'ዶ ኣሎ/ላ?

ናይ መኒንጆኮካል (ክሳድ ሓዝ) ሕማም

ናይ መኒንጆኮካል ሕማም ናይ ኣእሙሮ ማህሰይትን ሞትን ከስዕብ ዝኽእል ሓደገኛ ርኣኽሲ እዩ።

- ምስ ናይ ሕክምና ክንክን ከማን፣ ምልክት ሕማማት ድሕሪ ምርኣዩ ኣብ ውሽጢ ሒደት ሰዓታት ሞት ከስዕብ ይኽእል እዩ።
- እቲ ሕማም ካብ ሰብ-ናብ-ሰብ ብምስዓል፣ ምስዕዓም ወይ ከም ናይ ማይ ጥርሙዝ ዝኣመሰሉ ዝኾኑ ነገራት ካብ ኣፍ ናብ ኣፍ ብምቅብባል እዩ ዝላባዕ።
- እቲ ሕማም ዝኾነ ሰብ ክሕዞ ይኽእል እዩ፣ እንተኾነ ግን ብጋንታ ስፖርት ንኽጻወቱ ወይ ኣብ ኮሌጅ ዶርም ንኽነብሩ ብቀረባ እናተራኸቡ ንዝነብሩ መንእሰያት ንኽትሓዙ ዝለዓለ ዕድል ኣለዎም።
- ሕማም መኒንጆኮካል ቀራዕ ብተብል ጸሓይ ወይ ሙቐት ዝመጽእ <u>ኣይኮነን</u>።

ናይ MCV ክታበት ካብ ሕማም መኒንጆኮካል ይከላኸል።

- ሓካይም ንቀለውዕ 2 ናይ MCV ክታበት፣ ካብ 11 ዕድሚኦም ጀሚሩ ንኽውሃብ የተሓሳስቡ።
- ውሉድኪ ናይ MCV ክታበት ከመይ ክረክብ ከምዝኽእል ንሓኪምኪ ሕተትዮ!

ፐርቱሲስ ("ትኽትኽታ")

ፐርቱሲስ ነዋርሕ ዝጸንሕ ሰዓል ዘስዕብ ክኸውን ከሎ፣ ንምብላዕ፣ ምስታይ ወይ ምትንፋስ ኣጸጋሚ ይገብሮም።

- ፐርቱሲስ ብቀሊሉ ካብ ሰብ-ናብ-ሰብ ብሰዓልን ሀጥሾው ብምባል ይላገብ።
- ዕብይ ዝበሉ ቀለውዕን ዓበይቲን ኣብ መብዝሕትኡ እዋናት ነቲ ፐርቱሲስ ናብ ቀለውዕን ዝጠንሳ ኣንስቲ የመሓላልፉዎ እሞ ናብ ሞት ከብጽሖም ይኽእል እዩ።
- ፐርቱሲስ ናብ ዓባይ ሰዓል (TB) <u>ኣየስዕብን</u> እዩ።

ናይ Tdap ክታበት ካብ ቲታነስ፣ ዲፕሴርያን ፐርቱሲስ ይካላኸል።

- ንቀለውዕ ዝውሃብ ናይ ፐርቱሲስ ክታበት ንነዊሕ ስለዘይጸንሕ፣ ሓካይም ናይ Tdap ክታበት ዕድሚኦም 11 ዓመትን ካብኡ ንላዕሊ ንዝኾኑ ሰባት ንክውሃብ የተሓሳስቡ።
- ናይ Tdap ክታበት ነዓኽን ንውሉድክን ንኽውሃበኩም ንሓኪምኪ ሕተቲ!

ሁማን ፓፒሎማ ቫይረስ (HPV)

HPV ቀዳማይ ምኽንያት ናይ መንሽሮ ናይ ማህጸንን ጀኒታል ዋርትስ እዩ።

- HPV ዝሓዞም ዝበዝሑ ሰባት እቲ ሕማም ከምዘለዎም ኣይፈልጡን እዮም ግን ብግብረ ስጋዊ ርክብ ናብ ካልኦት ሰባት ከመሓላልፍዎ ይኽእሉ እዮም።
- HPV ኣዝዩ ልሙድ እዩ። ብውሑዱ ፍርቂ ኣሰብኡትን ኣንስቲን ኣብ ናይ ህይወት ዘበኖም በቲ ሕማም ክትሓዙ እዮም።

እቲ ናይ HPV ክታበት ካብ ናይ ሁማን ፓፒሎማ ቫይረስ ሕማምንካብ መንሽሮ ማህጸን ይከላኸል እዩ።

- ናይ HPV ክታበት ቅድሚ ምጅማር ዝኾነ ናይ ግብረ ስጋዊ ተግባር ክውሃብ ከሎ ዝበለጸ ዝከላኸል።
- ሰለስተ ክታበታት ነዋልድን ነወዳትን፣ ካብ 11 ዓመቶም ጀሚርካ ንክውሃብ ሓካይም የተሓሳስቡ።
- ሓኪም ናይ HPV ክታበታት ንውሉድካ ንኽህበልካ ሕተቶ!