ትሕዝቶ

መእትዊ	
ናይ ጥንሲ ኣማራጺታትካ	6
ናይ ምምኻር ግዜኻ	9
መርመራ ብጾታዊ ርክብ ዝመሓላለፍ ረኽሲ (STI)	11
መከላኸሊ ጥንሲ	12
ናይ ሕክምና ኣማራጺታትካ	15
ብኣግኡ ሕክምናዊ ምንጻል ጥንሲ	16
መጥባሕታዊ ምንጻል ጥንሲ	28
ቅድሚ መጥባሕቲ ምኽሪ	36
ብኣግኡ ሕክምናዊ ምንጻል ጥንሲ & መጥባሕታዊ ምንጻል ጥንሲ ድሕሪ ክንክን	38
ጥንሲ ዘይተፈልጠ ቦታ (PUL) ከምኡ'ውን ካብ ማህጸን ወጻኢ ዝፍጠር ጥንሲ	42
ቨነስ ትሮምቦኤምቦሊዝም (VTE)	45
ሓበሬታ ሰፕሲስ ንዓማዊልን ኣለይትን	48
ኣንቲ-ዲ መርፍእ ምውሳድ	51
ኹሉ ግዜ ዝሕተቱ ሕቶታት	53
ግብረ መልሲን ጥርዓናትን	56
ጠቓምቲ ርክባት	57
መዝገብ	58

ራኢ

ኣብ NUPAS ውሑስ ሃዋህው ምስ ሰራሕተኛታት ብምሃብ ናይቲ ውልቀሰብ ናይ ምምራጽ መሰል ነኽብር፣ ደቂ ኣንስትዮ ምቁራጽ ጥንሲ፣ መከላኸሊ ጥንሲን ኣገልግሎት ጾታዊ ጥዕናን ክህልወን ይኽእል።

ክብረታት

ዓማዊልና ንዓና ኣገደስቲ እዮም፣ ንኹሉ መገዲ ናይ ምምራጽን ምድጋፍን መሰሎም ነኽብር።

- ኣብ ኩሉ እንገብሮ ግሉጻትን ቅኑዓትን ኢና ብግልጺን ብቕንዕናን ድማ ሓሳብና ንነግር።
- ከም ጋንታን ናይ ሓባር ዕላማ ሒዝናን ኢና ንሰርሕ፡ ዝበለጸ ክንክን ንምሃብ መታን ክንክእል።
- ብዛዕባ እንገብሮ ሓልዮትን ኒሕን ውን ኢና ዘለና ኢና።
- ንሰራሕተኛታትና ዋጋ ንህብን ንድግፍን ኢና።

ምንጻል ጥንሲ ምግባር

ምንጻል ጥንሲ ክትገብር ውሳነ ወሲድካ እንተኾንካ፣ በይንኻ ከምዘይኮንካ ኣይትረስዕ

ኣብ ዓባይ ብሪጣንያ ኣብ ዓመት **ልዕሊ 200 ሽሕ** ምንጻል ጥንሲ ይፍጸም

ኣብ መላእ ዓዲ እንግሊዝ ၊ **ካብ 3 ደቂ ኣንስትዮ** ኣብ ዕድሚአን ምንጻል ጥንሲ ክገብራ እየን።

ምንጻል ጥንሲ ኣብ ዓዲ እንግሊዝ፡ ዌልስን ስኮትላንድን **ንልዕሊ 50 ዓመታት** ሕጋዊ ኮይኑ ጸኒሑ'ዩ።

ነፍሰጾር እንተኾንኪን ምንጻል ጥንሲ ንዓኺ ቅኑዕ ምርጫ ምኳኑ እንተ ወሲንኪን፡ በጃኹም ግዜ ወሲድኩም ነዛ ንእሽቶ መጽሓፍ ኣንብብዋ፡ ብዛዕባ እቶም ንዓኺ ዘለዉ ዝተፈላለዩ ኣማራጺታት ክትፈልጡ።

ንልዕሊ 50 ዓመታት ንደቂ ኣንስትዮ ኣገልግሎትናን ክንክንናን ሂብና ኢና፡ ጓል ኣንስተይቲ ጥንሲ ከተቋርጽ ክትመርጽ ዘለዋ መሰል ምሉእ ብምሉእ ንድግፍን ንጣበቕን።

እዛ ንእሽቶ መጽሓፍ ብዛዕባ ሕክምናታት ምንጻል ጥንሲ ሓበሬታ ትህበካን። ንሕክምና ናባና ኣብ እትበጽሓሉ እዋን እንታይ ከም ዘጋጥም ትመክርን። እቲ ሓበሬታ ኣብቲ ሮያል ኮሌጅ ሓካይም ማህጸንን (RCOG)፡ ሃገራዊ ትካል ክሊኒካዊ ብሉጽነት (NICE)፡ ከምኡ’ውን ሮያል ኮሌጅ ሓካይም መደንዘዚ (RCOA) ዝህብዎ መምርሒታት ዝተመርኮሰ እዩ።

መስመር ናይ ድሕሪ ክንክን ሓገዝ

ቴለፎን: 0333 016 0400

ቴለፎን: (01) 874 0097 (Eire)

ናይ ምንጻል ጥንሲ ሕግታት

ብመሰረት ሕጊ ምንጻል ጥንሲ 1967 ኣብ ዓዲ እንግሊዝ ክሳብ 23 ሰሙንን 6 መዓልትን፣ ምንጻል ጥንሲ ሕጋዊ እዩ። ምንጻል ጥንሲ ድሕሪ መበል 24 ሰሙን ኣብ ፍሉይ ኩነታት ጥራይ እዩ ክካየድ ዝኽእል። ንኣብነት፡- ህይወት እታ ሰበይቲ ኣብ ሓደጋ ተወዲቑ ወይ ድማ ዘይንቡር ናይ ዕሸል ጸገም እንተሎ።

እቲ ሕጊ፡ ክልተ ሓካይም፡ ምንጻል ጥንሲ ምግባር፡ ካብቲ ምስቲ ጥንሲ ምቕጻል፡ ኣብ ኣእምሮኣዊ ወይ ኣካላዊ ጥዕናኻ ዝወሓደ ጉድኣት ከም ዘስዕብ ክሰማምዑ ከም ዘለዎም ይገልጽ። ብድሕሪኡ እቶም ክልተ ዝተሰማምዑ ሓካይም፣ ቅጥዒ HSA1 ዝበሃል ሕጋዊ ቅጥዒ ክፈርሙ ኣለዎም።

ጾታ ናይቲ ዕሽል ተመርኲስካ ናይ ምንጻል ጥንሲ ሕክምና ምሃብ ዘይሕጋዊ እዩ።

ምንጻል ጥንሲ ኣብ ሆስፒታል ወይ ፍሉይ ፍቓድ ዘለዎ ክሊኒክ ጥራይ እዩ ክፍጸም ዝኽእል።

ምንጻል ጥንሲ እንታይ?

ምንጻል ጥንሲ ማለት ጥንሲ ዘብቅዕ ኣገባብ እዩ፤ "ምቁራጽ" ተባሂሉ እውን ይፍለጥ።

ሓደ ነገር ብዛዕባ ምንጻል ጥንሲ ኣብ ግምት ምእታው ዘድልዮ እዝ ግዜ ኣዝዩ ዘደናግርን ዘጨንቕን ዘቈጥዕን ግዜ ክኸውን ይኽእል እዩ። ነዚ ተረዲእና፣ ኣብዚ ግዜ እዚ ንኽንሕግዘኩም ክንክንናን ደገፍናን ክንህበኩም ቃል ንኣቱ።

ምስጢራውነት

ዝኾነ ምሳና እትገብሮ ርክብ ወይ ዝኾነ ትረኽቦ ሕክምና ምሉእ ብምሉእ ምስጢራዊ እዩ። ዋላ ትሕቲ 16 ዓመት እንተኾንካ ውን፣ ፍቓድካ እንተዘይሃልዩና ንዝኾነ ሰብ ኣይንነግሮን ኢና። ዝርዝር ሓበሬታኹም ንኻልኦት ሰብ ሞያ ጥዕና ወይ ትካላት ከነካፍለኩም፡ ኣብ ከቢድ ሓደጋ ጉድኣት ኣለኩም ኢልና ምስ እንኣምን ጥራይ ኢና። እዚ ክንገብር ኣለና ኢልና እንተሓሲብና ኩሉ ግዜ ክንነግረኩም ክንፍትን ኢና።

ምክልኻል መንእሰያትን ዝተቓልዑ ዓበይትን

ኩሎም ሰብ ሞያ ንሃለዋት መንእሰያትን ዝተቓልዑ ዓበይትን ንምሕላው ተወፋይነት ኣለዎም። ካብ ሸለልትነት ፡ ኣካላዊ ፡ ጾታዊ ወይ ስምዒታዊ ጉድኣት ወይ ምዝመዛ ንምክልኻል ርትዓዊ ስጉምትታት ይወስዱ እዮም። 'ኣብ ሓደጋ' ከምዘለኺ እንተተለልዩ፡ ሰራሕተኛታት ኑፓስ(NUPAS) ምሳኺ ብምስራሕ፡ ንዓኺ ንምክልኻል ግቡእ ስጉምቲ ክወስዱ እዮም።

ናይ ጥንሲ ኣማራጺታትካ

እቶም ዘለዉኻ ምርጫታት ድማ፤

- ምስቲ ጥንሲ ምቕጻል፤
- እቲ ጥንሲ ምቅጻል ከምኡ ድማ ኣብ ካልእ ቆልዓ ኸተዕቢ ምሕሳብ ወይ ናይ ፎስተር ክንክን።
- ምንጻል ጥንሲ ምግባር

እቲ ጥንሲ ምቕጻል

ነቲ ጥንሲ ክትቅጽል እንተመሪጽኪ፣ ንሓኪምኪ ክትራኸብ ኣለካ ወይ ድማ ብቐጥታ ምስ መሕረሲት ክትራኸብ ትኽእል ኢኻ (ኣብ ከባቢኻ ዝርከብ መርበብ ሓበሬታ ሆስፒታል ርአ)።ንሳቶም ድማ ጥንስኪ ከረጋግጹን ምስታ ኣብ ከባቢኺ እትርከብ መሕረሲት ቆጸራ ክሕዙን እዮም። እታ መሕረሲት ኣብ እዋን ጥንስኺ ቅድሚ ሕርሲ ዝግበር ክንክን ክትገብረልኪ እያ። ክንክን ቅድመ-ሕርሲ ኣዝዩ ኣገዳሲ እዩ። ስለዚ ፡ እቲ ጥንሲ ክቕጽል ውሳነኺ ምስ ኣረጋገጽኪ ፡ ብቕልጡፍ ንጂ.ፒ/ መሕረሲትኪ ክትሕብርዮ ኣለኺ። ብዛዕባ ቅድሚ ሕርሲ ዝግበር ክንክንን ናይ ከባቢ ኣገልግሎታትን ዝያዳ ንምርካብ ኣብዚ ርአ **www.nhs.uk**

ኣዶፕሽን ወይ መዕበዪ ህጻናት

ምንጻል ጥንሲ ክትገብር እንተዘይደሊኻ ንኣዶፕሽን ምውሳድ ከም ምርጫ ክኸውን ይኽእል እዩ። እቲ ጥንሲ ክቕጽል እዩ ከምኡ 'ውን ክትወልዲ ኢኺ ግን ከኣ ነቲ ቆልዓ ኣይተዕብዮን ኢኺ፣ ማለት እቲ ዘይውልድኪ ምንባይ ወይ ኣዶፕሽን ምስ ተወድአ፣ ዝኾነ ሕጋዊ መሰላትን ሓላፍነትን ናይቲ ቆልዓ ኣይትረክብን።

ዘይውልድካ ምንባይ ወግዓዊ መስርሕ ኮይኑ ፡ ብናይ ኣዶፕሽን ናይ ከባቢ ባዓል ስልጣን ዝጠርነፈን ብቤተ-ፍርዲ ሕጋዊ ዝግበርን እዩ። ምውሳድ ሕጋዊ ምስ ኮነ እቲ ውሳነ ናይ መወዳእታ ስለዝኾነ ክቕየር ኣይክእልን።

ኣበይ ሓገዝ ክረክብ ይኽእል?

- ናይ ጂ.ፒ ሰርጀሪ
- ኣብ ኣገልግሎት ወሊድ ዝነጥፍ ናይ ከባቢኻ ሆስፒታል ማሕበራዊ ሰራሕተኛ፣ ወይ ድማ ብዛዕባ ምውሳድ ንምዝታይ ኣብ ከባቢኻ ዝርከብ ናይ ማሕበራዊ ኣገልግሎት ጉጅለ ተራኸብ
- ምስ ናይ ብሪጣንያ ማሕበር ኣዶፕቲዮንን ፎስተርኒን - BAAF ተራኸብ። ኣብ መላእ ዓዲ እንግሊዝ ናይ ምዕባይን ምክንካንን ሓላፍነት ምስ ዘለዎም ሰባት ይሰርሕ። ብቁጽሪ ቴለፎን 020 7520 0300 ወይ **www.corambaaf.org.uk**

ውሳኔኻ

ሓደ ሰብ ጥንሲ ከቋርጽ ዝመርጸሉ ብርክት ዝበሉ ምኽንያታት ኣለዉ፡ እንተኾነ ግን፣ ዝኾነ ይኹን ምኽንያት ብዘየገድስ፡ ኩሉ ግዜ ውሳነ ናይቲ ዓሚል ክኸውን ኣለዎ።

ምንጻል ጥንሲ ክትገብር ዝወሰድካዮ ውሳነ ንዓኻ ውልቃዊ ሂወት እዩ ዝምልከት። ከምኡ ውን ኣብ ትሕቲ ጸቕጢ ከይተሰምዓካ ወይ ብማንም ከይተገደድካ ነዚ ውሳነ ክትወስድ ክትክእል ኣለካ። ንገሊኦም፡ ብዛዕባ ዘይተሓሰበ ጥንሲ እንታይ ክትገብር ከም ዘለካ ምውሳን ከቢድ ወይ ዘሕርቕ ግዜ ክኸውን ይኽእል እዩ፤ ኩለን ደቂ ኣንስትዮ ነዚ ፍጻመ ብዝተፈላለየ መንገዲ ይጻወርኦ። ገለ ደቂ ኣንስትዮ ነቲ ጥንሲ ንምቁራጽ ዝወሰድኦ ውሳነ ርእሰ-ምትእምማን ክስምዐን እንከሎ፣ ገለ ድማ ምንጻል ጥንሲ ንምግጣም ክቃለሳ ይኽእላ እየን።

ምምኽኻር

ቅድሚ ምንጻል ጥንሲ ይኹን ድሕሪ ምንጻል ጥንሲ ምኽሪ ንህብ። ናይ ምኽሪ ቆጸራታት ብተሌፎን ክካየድ እዩ። በጃኹም ኣስተውዕሉ እዚ ናይ ቅልውላው ኣገልግሎት ኣይኮነን፣ ንጥዕና ኣእምሮኹም ህጹጽ ሓገዝ ዘድልየኩም ኮይኑ እንተተሰሚዑና ናብ ስፔሻሊስት ኣገልግሎት ክትውከሱ ከድልየኩም እዩ።

ብዛዕባ ውሳነኹም ዘጋጥመኩም ዘሎ ስምዒታትን ምስ ሓደ ሰብ ክትዛረቡ ትደሊ ኮይኑ እንተተሰሚዑኩም፣ ብቑጽሪ ቴለፎን 0333 004 6666 ደውሉልና።– ኣብ ዝኾነ እዋን ምስ ሓደ ኣባል ጋንታና ብዛዕባ ዝቐርቡኹም ኣማራጺታት ክትዘራረብ ትኽእሉ ኢኹም። ከምኡ'ውን ምኽሪ ንኽወሃበኩም ምድላዋት ክንገብረልኩም ንኽእል ኢና።

መስመር ናይ ድሕሪ ክንክን ሓገዝ
ቴለፎን: 0333 016 0400
ቴለፎን: (01) 874 0097 (Eire)

ናይ ምምኻር ግዜኻ

ዝኾነ ሕክምና ቅድሚ ምውሳኑ ምስ ሓደ ክሊኒሻን ምኽሪ ክትገብር ኢኻ፣ ንሱ ድማ ንኹሉ ኣማራጺታት ሕክምናኻ ክገልጸልካን ብዛዕባ ምንጻል ጥንሲ ክህልወካ ዝኽእል ሕቶታት ክምልስን እዩ።

ናይ ክሊኒክ ገምጋም

እቲ ክሊኒክ ብዛዕባ ሕክምናዊ፣ ናይ ስነ-ማህጸንን ታሪኽኪ ክሓተኪ እዩ። ንሕቶታቶም ብቕንዕና ክትምልስን፣ ብዛዕባ ዝኾነ ዓይነት ሕክምናዊ ኩነታት፣ ወይ ትወስዶ መድሃኒታት ብዝተኻእለካ መጠን፣ ሓበሬታ ክትህብን ኣዝዩ ኣገዳሲ እዩ። እዚ ድማ ድሕነትካን ንሕክምና ምቹእነትካን ንምርግጋጽ እዩ። ጡብ ተጥብዊ እንተኾይንኪ በጃኺ ንሓኪም ሓብሪ። ምኽርኹም ምስ ሓደ ክሊኒሻን ብተሌፎን ክካየድ እዩ፣ ወይ እንተደሊኹም ገጽ ንገጽ፣ በጃኹም ኣብ ጽምው ዝበለ ሃዋህው ከምዘለኹም ኣረጋግጹ ብንጹር ክትሰምዑሉ እትኽእሉን ንብሕትውና በይንኹም ክትኮኑ ትኽእሉን።

ኣብ እዋን ምምኽኻርካ እቲ ሓኪም ብዛዕባ ብጾታዊ ርክብ ዝመሓላለፉ ረኽስታትን እነቕርቦም መርመራታት ከምኡ'ውን ኣማራጺታት መከላኸሊ ጥንሲኻን ክዛተየሎም እዩ። እንታይ ዓይነት መከላኸሊ ጥንሲ ከምዘሎ ክንመኽረኩም ንኽእል ኢና። ድሕሪ ምንጻል ጥንሲ ገና ክትጠንሲ ስለ እትኽእል እንታይ ዓይነት መከላኸሊ ጥንሲ ክትጥቀም ከም እትኽእል ኣብ ግምት ምእታው ኣገዳሲ እዩ (ንኣማራጺታት መከላኸሊ ጥንሲ ገጽ 12 ርአ)።

እቲ ሓኪም ነቲ ናይ ምንጻል ጥንሲ ኣገባብ ተረዲኡካ እንተኾይኑ ክሓትትን፤ ብዛዕባ ሕክምና ንምርካብ ፍቓድ ምሃብ ከምዝተረድኣካ ከረጋግጽን እዩ።

ናይ ኣልትራሳውንድ ስካን

ከከም ሕክምናዊ፡ ናይ ማህጸንን ጥዕና ታሪኽኪ፡ ምንጻል ጥንሲ ኣልትራሳውንድ ስካን ክትገብር ክትግደድ ወይ ዘይክትግደድ ትኽእል ኢኻ። ኣድላዪ እንተኾይኑ፡ ጥንስኺ ዕለት ንምፍላጥን፣ እንታይ ዓይነት ኣማራጺታት ሕክምና ከምዘለኪ ንምውሳንን ንምሕጋዝን ኣልትራሳውንድ ስካን ክትገብሩ ኢኹም። ሓደ ሓደ ግዜ እቲ ጥንሲ ብመንገዲ ናይ ከብዲ ስካን ንምርኣይ ውሑድ ሳምንታት ዝገበረ ጥንሲ ተኾይኑ ንምርኣይ ኣሸጋሪ እዩ። ስለዚ ንእሽቶ ኣልትራሳውንድ መርማሪት ኣብ ርሕምኺ ምእታው ከድልየና ይኽእል እዩ። ነቲ ጥንሲ ብናይ ርሕሚ ስካን ክንርእዮ እንተዘይክኢልና እቲ ጥንሲ ከምቲ ዝግባእ ይምዕብል ከምዘሎ ርግጸኛታት ክንከውን ኣይንኽእልን ኢና’ሞ፣ እቲ ሓኪም ብዛዕባ’ዚ ብዝያዳ ምሳኻ ክዘራረብን ድሕሪ ቁሩብ መዓልታት ዳግማይ ስካን ክገብረልክን’ዩ።

ምናልባት ጥንስኺ ብስካን ንምርኣይ በቑዕ ከይከውን ይኽእል እዩ፣ ወይ ድማ ብኣግኡ ምውራድ ጥንሲ ኣጋጢሙ ወይ ድማ እቲ ጥንሲ ካብ ማህጸን ወጻኢ ይምዕብል ዘሎ ክኸውን ይኽእል - ***ካብ ማህጸን ወጻኢ ዝኾነ ጥንሲ - ንተወሳኺ ሓበሬታን ምኽርን ገጽ 42 ርአ***

መስመር ናይ ድሕሪ ክንክን ሓገዝ
ቴለፎን: 0333 016 0400
ቴለፎን: (01) 874 0097 (Eire)

STI-መርመራ ብጾታዊ ርክብ ዝመሓላለፍ ረኽሲ

ከም ኣካል ናይቲ ምኽርኻ ብጾታዊ ርክብ ዝመሓላለፉ ረኽስታት (STIs) ናይ ምጽራይ መርመራታት ክቐርበልካ እዩ። STI’s ማለት ብስጋዊ ረክብ ዝምሓላለፉ ሕማማት፣ ብዘይ መከላኸሊ ጾታዊ ርክብ ብርሕሚ ምግባር፡ ወይ ጾታዊ ርክብ ኣፍ፡ወይ ጾታዊ ርክብ ብመሃንቱስ፡ወይ መጻወቲ ጾታዊ ርክብ ብምክፋልን ብቐረባ ብልዕቲ ምስ ብልዕቲ ምትንኻፍን ይመሓላለፉ። እቲ ዝበዝሕ ምልክታት ናይ STI **ፍጹም ምልክታት የብሉን፣ ብዙሓት ሰባት STI ከምዘለዎም ኣይፈልጡን እዮም።** STI’s እንተዘይተሓኪሙ ንነዊሕ እዋን ዝጸንሕ ጸገማት ከም ሕማም ነድሪ ሽምጢ ወይ መኻንነት (ውላድ ክትወልድ ዘይምኽኣል) ከስዕብ ይኽእል።

ናይ STI ምርመራ ኣብ NUPAS

ኑፓስ(NUPAS)ንክላሚድያ፣ ጎኖርያ፣ ኤችኣይቪን ፍንጣጣን መርመራ ይህብ። እቶም መርመራታት ቅልጡፍን ምቹእን እዮም - መርመራ ስዋብ ወይ ሽንቲን፣ ብኣጻብዕቲ ምውጋእ ናሙና ደም ንምውሳድ ጥራይ እዩ ዘድልየና።

STI እንተሃልዩካ ክትፈልጥ እትኽእለሉ እንኮ መገዲ መርመራ ምግባር እዩ። ብፍላይ ኣብ ቀረባ እዋን ብዘይ መከላኸሊ ጾታዊ ርክብ ምስ እትገብር፡ መጻምድትኻ ቀይርካ ወይ ድማ መጻምድትኻ ምስ ካልእ ሰብ ጾታዊ ርክብ ፈጺሙ ዝብል ሓደጋ እንተሃልዩ ይምከር። መብዛሕትኦም STI’s ምስ ተረጋገጹ ብጸረ-ነፍሳት ንምሕካሞም ቀለልቲ እዮም። ቅድሚ ሕጂ ብጾታዊ ርክብ ዝመሓላለፍ ረኽሲ መርመራ እንተዘይገይርኪ ሕጂ ጽቡቕ ግዜ ንኽትገብሪ። ብተወሳኺ ምስ መጻምድትኻ ብዛዕባ መርመራ ምግባርን ጾታዊ ጥዕናኻ ምሕላውን ክትዛረብ ይግባእ። ብተወሳኺ ኣብ ከባቢኻ ኣብ ዝርከብ ኣገልግሎት ጾታዊ ጥዕና፡ ክሊኒክ መከላኸሊ ጥንሲን ጾታዊ ጥዕናን፡ ከም ብሩክ ዝኣመሰለ ስፔሻሊስት ኣገልግሎት ወይ ናብ መጥባሕቲ ሓኪምካ ብምኻድ መርመራን ሕክምናን ክትረክብ ትኽእል ኢኻ። ንናይ ከባቢኻ ኣገልግሎታት ኣብ መርበብ ሓበሬታ NHS Choices ርአ፤ **www.nhs.uk**

መከላኸሊ ጥንሲ

ከም ኣካል ናይቲ ምኽርኻ እቲ ክሊኒኻን ብዛዕባ ዝቐርቡልካ ኣገባባት መከላኸሊ ጥንሲ ክዛተየልካ እዩ። ሓንቲ ጓል ኣንስተይቲ ድሕሪ ምንጻል ጥንሲ ኣብ 5 መዓልቲ ኣትሒዛ ፍርያም ስለ ዝኾነት፡ መከላኸሊ ጥንሲ እንተዘይተጠቒማትሉ ዳግማይ ክትጠንስ ትኽእል እያ። ብዙሓት ክትመርጾም እትኽእል ሜላታት መከላኸሊ ጥንሲ ስለዘለዉ እቲ ቀዳማይ ዓይነት ምሉእ ብምሉእ ንዓኺ ዝምጥን እንተዘይኮይኑ ኣይትደናገጺ፤ ካልእ ሜላ ክትፍትን ትኽእል ኢኺ። ብዙሓት መከላኸሊ ጥንሲ ብትኽክል እንተተጠቒምም ልዕሊ 99% ውጽኢታዊ እዮም።

LARC – ነዊሕ ዝጸንሕ ተቀያርን መከላኸሊ ጥንሲ

LARC ኣዝዩ ውጽኢታዊ’ዩ ምኽንያቱ ንክትወስዶ ወይ ንክትጥቀመሉ ኣብ ምዝካርካ ናትካ ስለዘይምርኮስ -

እቲ መከላኸሊ ጥንሲ ምትካል – እቲ ምትካል እቲ ዝበለጸ ውጽኢታዊ ኣገባብ መከላኸሊ ጥንሲ እዩ። ኣጸቢቑ ልዕሊ 99% ውጽኢታዊ እዩ። ካብ 1000 ተጠቀምቲ ትሕቲ 1፣ ኣብ ቀዳማይ ዓመት ምጥቃም ካብ ዝጅምሩ ክጠንሱ እዮም። ሓንሳብ ምስ ተገጠመ ን3 ዓመት ከም መከላኸሊ ጥንሲ ኮይኑ ይሰርሕ። እንተመሪጽካ ቀልጢፉ ክእለ ይኽእል እዩ። ሓንሳብ ምስ ተኣልየ ድማ፣ ፍርያምነትካ ኣዝዩ ቀልጢፉ ናብ ንቡር ይምለስ።

እዚ ብኸመይ ከም ዝሰርሕ: ንእሽቶን ተዓጻጻፍን በትሪ ኣብ ትሕቲ ቆርበት ላዕለዋይ ቅልጽምካ ይቕመጥ። ኣብኡ ኮይኑ ድማ ፕሮጀስትሮን ዝበሃል ሆርሞን ይለቅቕ። እቲ መርፍእ ነቲ ፕሮጀስትሮን ዝበሃል ሆርሞን ይለቅቕ እዚ ድማ ንእንቋቑሖ ደው የብሎ (እንቋቑሖ ይለቅቕ፣ ንዘርኢ ወዲ ተባዕታይ ናብ እንቋቑሖ ከይበጽሕ ደው ንምባል ልፋጫ ማህጸን የረግፍ፣ ከምኡ’ውን ንሽፋን ማህጸን የቐጥን እሞ ንዝተፈጥረ እንቋቑሖ ምትካል ደው የብሎ።

መሳርሒ ውሽጢ ማህጸን (IUD) – እቲ ናይ ነሓስ IUD ልዕሊ 99% ውጽኢታዊ እዩ። ካብ 100 ተጠቀምቲ IUD ትሕቲ 1 ኣብ ሓደ ዓመት ክጠንሱ እዮም። ሓንሳብ ምስ ተገጠመ ከከም ዓይነቱ ን5-10 ዓመታት ንመከላኸሊ ጥንሲ ይሰርሕ እንተመሪጽካ ድማ ቀልጢፍካ ክትወጽእ ትኽእል ኢኻ። እቲ IUD ምስ ተኣልየ ፍርያምነትካ ናብ ንቡር ይምለስ።

ብኸመይ ይሰርሕ:- ንእሽቶን ተዓጻጻፍን ፕላስቲክን ነሓስን መሳርሒ ናብ ማህጸን ይኣቱ። እቲ ነሓስ ዘርኢ ወዲ ተባዕታይን እንቋቑሖን ከይነብር ይዓግቶ። ብተወሳኺ፡ ዘርኢ ወዲ ተባዕታይ ናብ እንቋቑሖ ንኸይበጽሕ ደው ንምባል ንጮቃ ማህጸንኪ ይቕይሮ። ብተወሳኺ IUD ንዝተፈጥረ እንቋቑሖ ኣብ ማህጸን ምትካል ደው ከብሉ ይኽእል እዩ።

ካብ 100 ተጠቀምቲ IUD ትሕቲ 1 ኣብ ሓደ ዓመት ክጠንሱ እዮም። ሓንሳብ ምስ ተገጠመ ከከም ዓይነቱ ን3-5 ዓመታት ከም መከላኸሊ ጥንሲ ክትጥቀመሉ ትኽእል ኢኻ፡ ግን ቀልጢፉ ክእለ ይኽእል። እቲ መሳርሒ ምስ ተኣልየ ፍርያምነት ክምለስ እዩ።

ብኸመይ ይሰርሕ:- ንእሽቶን ተዓጻጻፍን፣ ንT-ዝመስል ፕላስቲክ ናይ ነሓስ መሳርሒ ናብ ማህጸን ይኣቱ። ኣብኡ ኮይኑ ድማ ፕሮጀስትሮን ዝበሃል ሆርሞን ይለቅቕ። እቲ መርፍእ ነቲ ፕሮጀስትሮን ዝበሃል ሆርሞን ይለቅቕ እዚ ድማ ንእንቋቑሖ ደው የብሎ (እንቋቑሖ ይለቅቕ፣ ንዘርኢ ወዲ ተባዕታይ ናብ እንቋቑሖ ከይበጽሕ ደው ንምባል ልፋጫ ማህጸን የረግፍ፣ ከምኡ’ውን ንሽፋን ማህጸን የቐጥን እሞ ንዝተፈጥረ እንቋቑሖ ምትካል ደው የብሎ።

መርፍእ መከላኸሊ ጥንሲ – ነቲ መከላኸሊ ጥንሲ መርፍእ ልክዕ ከምቲ ዝተኣዘዘ ምጥቃም (ኣብ ነፍሲ ወከፍ 13 ሰሙን)። ኣብ ምክልኻል ጥንሲ ልዕሊ 99% ውጽኢታዊ ምዃኑ የረጋግጽ። ካብ 100 ተጠቀምቲ IUD ትሕቲ 1 ኣብ ሓደ ዓመት ክጠንሱ ይኽእሉ እዮም።

ብኸመይ ከም ዝሰርሕ፡- ዲፖ-ፕሮቨራ ኣብ ጭዋዳ ይውጋእ፣ መብዛሕትኡ ግዜ ኣብ መቀመጫኻ ወይ ሓደ ሓደ ግዜ ኣብ ቅልጽምኺ ሳያና ፐረስ ኣብ ትሕቲ ቆርበት ኣብ ቅድሚት ሰለፍካ ወይ ከብድኻ ብንእሽቶ መርፍእ ይውጋእ።

ሳያና ፐረስ ኣብ ገዛኻ ባዕልኻ ክትገብሮ ትኽእል ኢኻ። እቲ መርፍእ ነቲ ፕሮጀስትሮን ዝበሃል ሆርሞን ይለቅቕ፣ እዚ ድማ ንእንቋቑሖ ደው የብሎ (እንቋቑሖ ምስ ዝልቀቕ፣ ንዘርኢ ወዲ ተባዕታይ ናብ እንቋቑሖ ከይበጽሕ ደው ንምባል ልፋጮ ማህጸን የሕፍስ፣ ከምኡ'ውን ንሽፋን ማህጸን የቐጥን እሞ ንዝተፈጥረ እንቋቑሖ ምትካል ደው የብሎ።

ዝተፈላለዩ ዓይነታት ሜላታት መከላኸሊ ጥንሲ ኣለዉ ነቶም ዝያዳ ውጽኢታውያን ሓዊስካ - እቲ መከላኸሊ ጥንሲ ዝትከል - ስዒቡ ድማ እቲ መከላኸሊ ጥንሲ ኮይል፡ ብመርፍእ ዝውሰድ መከላኸሊ ጥንሲ፡ ብኣፍ ዝውሰድ መከላኸሊ ጥንሲ ከኒናን ኮንዶምን ይርከብዎም።

እዚ ኩሉ ሜላታት ካብ NUPAS ይርከብ ከም ኣካል ኣገልግሎትና ድማ ኣማራጺታት ክንዘራረብ ኢና፣ መከላኸሊ ጥንሲ ክንህበካን ንነዊሕ እዋን ዝኸውን መከላኸሊ ጥንሲ ኣጠቓቕማኻ መደባት ክትገብር ክንሕግዘካን ኢና።

ንዝያዳ ሓበሬታ ብዛዕባ መከላኸሊ ጥንሲ ርአ – መርበብ ሓበሬታና **www.nupas.co.uk**፣ ወይ ድማ ናብ ሓፈሻዊ ሓኪምካ፣ ነርስኻ ወይ ኣብ ከባቢኻ ዝርከብ ክሊኒክ ጾታዊ ጥዕና ወይ ከም ብሩክ ዝኣመሰለ ፍሉይ ክሊኒክ **ምብጻሕ፤ ኣብ www.fpa.org.uk/resources ተወከሱ፤ ወይ ድማ www.sexwise.org.uk/contraception/**

ናይ ሕክምና ኣማራጺታትካ

ኣየናይ ምንጻል ጥንሲ እዩ ንዓኻ ዝምጥን፣ ኣብ ግምት ከተእቱ ከለኻ ብርክት ዝበሉ ኣማራጺታት ኣለዉኻ። ዓይነት ናይ ምንጻል ጥንሲ ኣብ ክንደይ ሰሙናት ጥንስኺ ምዃንኪ (እዚ ማለት ደርጃ ናይ ጥንስኺ) ከምኡ ስለ ዝኾነ ከከም'ቲ ክህልወካ ዝኽእል ሕክምናዊ ኩነታት ንዓይነት ሕክምና ብቑዕነትካ ዝምርኮስ ክኸውን እዩ። እዚኦም ኣብ እዋን ምኽርኹም ምሉእ ብምሉእ ምሰኹም ክዘራረቡ እዮም፣ ከምኡ'ውን እቲ ዝተመርጸ ሕክምና ንዓኻ ዝምጥን ምዃኑ ንምርግጋጽ ብጉጅለ ሕክምናና ይግምገሙ።

ዓይነታት ምንጻል ጥንሲ

ብኣግኡ ሕክምናዊ ምንጻል ጥንሲ (EMA)

(ትሕቲ 10 ሰሙን ጥንሲ እንተኾይና)

- ሕክምና ብፖስታ ናብ ናይ ገዛኻ ኣድራሻ
- ኣብ ክሊኒክ ብኣካል ሕክምና ትረኺብካ
- ኣብ ክሊኒክ ዝወሃብ ሕክምና – ፍልልይ

ናይ መጥባሕቲ ኣማራጺታት

- መጥባሕታዊ ምንጻል ጥንሲ ብኣካባቢያዊ መደንዘዚ(GA)
- መጥባሕቲ ብዘዛንይ መደንዘዚ መድሃኒት
- መጥባሕታዊ ምንጻል ጥንሲ ብሓፈሻዊ መደንዘዚ(GA)

ኣብ ዓዲ እንግሊዝ፡ ስኮትላንድ፡ ዌልስ ወይ... መብዛሕትኡ ግዜ ምንጻል ጥንሲ ሰሜን ኣየርላንድ መዋሊኡ NHS እዩ።

ብኣግኡ ሕክምናዊ ምንጻል ጥንሲ

ብኣጋ ሕክምናዊ ምንጻል ጥንሲ (EMA) ወይ 'እቲ ናይ ምንጻል ጥንሲ ከኒና' – ነቲ ጥንሲ ንምቁራጽ ክልተ መድሃኒታት ምውሳድ ዘጠቓልል እዩ።

እቲ ቀዳማይ መድሃኒት ማይፈፕሪስቶን ንሆርሞን ፕሮጀስትሮን ብምዕጋት እዩ ዝሰርሕ። ብዘይ ፕሮጀስትሮን ሽፋን ማህጸን ይበታተን እሞ፣ እቲ ጥንሲ ክቕጽል ኣይክእልን እዩ።

እቲ ካልኣይ መድሃኒት ማለት ሚሶፕሮስቶል፣ እዚ ማህጸን ከም ምጭብባጥ፣ ምፍሳስ ደም ምጭብባጥ ናይ ጭዋዳዳትን ምስ ምንጻል ጥንሲ ዝመሳሰል ሳዕቤን የኸትል።

(ኣስተወዕል ሚሶፕሮስቶል ኣብ ጥንሲ ንኽጥቀም ናይ ዓባይ ብሪጣንያ ፍቓድ የብሉን፣ ግን ጥንሲ ንምውዳእ ኣፍልጦ ዘለዎን ፍቓድ ዘለዎን ምርጫ መድሃኒት እዩ)።

ጥቕሚ ብኣግኡ ሕክምናዊ ምንጻል ጥንሲ ምግባር:

- ብቐርበት ኣቢልካ ወይ ብመሳርሒ ምእታው ዘየድልዮ ኣገባብን መደንዘዚ ውን ዘየድልዮን
- ልዑል ደረጃ ድሕነት
- ሕክምና (መብዛሕትኡ ግዜ) ካብ ናብ መጥባሕታዊ ክሊኒክ ምጉዓዝ ንላዕሊ ኣብ ከባቢኻ ክርከብ ይከኣል
- ቅድሚ ሕክምና ክትበልዕን ክትሰትን ትኽእል ኢኻ
- እቲ ጥንሲ ክኸይድ ከሎ ኣብ ገዛ ክትህሉ ትኽእል ኢኻ።

ሕክምና ብፖስታ ናብ ናይ ገዛኻ ኣድራሻ

ከኒና ብፖስታ ዝስደድ፣ ኣብ ክሊኒክ ከይከድካ ጥንሲ (ትሕቲ 9+6 ሰሙን ጥንሲ) ምውዳእ ውሑስን ሕጋውን መንገዲ እዩ። ንከኒናታት ብፖስታ ምቒኣት እንተኾይንኩም፡ ድሕሪ ምኽርኹም፡ መድሃኒታት ብኸመይ ከም እትወስዱን ዝርዝር ናይ ድሕሪ ክንክን ኣገልግሎትናን ብኸመይ ከም እትወስዱ ምሉእ መምርሒታት ዘለዎ ናይ EMA ሕክምናኹም ኣብቲ ፖስት ክትረኽቡ ኢኹም።

ቀዳመይቲ ከኒና ምውሳድ - ናይ ምንጻል ጥንሲ ከኒናኻ ዝሓዘ ጥማር ኽትቕበል ኢኻ። ኣብ መንገዲ ቀዳማይን ካልኣይን ከኒናታት፣ ካብ 24-48 ሰዓታት ምግዳፍ ኣገዳሲ እዩ።

ቀዳማይ ከኒና (ማይፈፕሪስቶን) ምስ ማይ ውሰድ።

እታ ቀዳመይቲ መድሃኒት ካብ ዝወሰድካላ፣ ኣብ ውሽጢ 90 ደቓይቕ እንተ ኣምሊስካ፣ ካልእ መድሃኒት ክትወስድ ስለዘድልየካ፣ ብዝተኻእለ መጠን ብቑጽሪ ቴለፎን 0333 016 0400 ብምድዋል ክትሕብረና ኣለካ።

ነታ ካልኣይቲ መድሃኒት ውሰዳ - ምሉእ መምርሒታት ንምርካብ ኣብ ገጽ 18 ዘላ ኤማ(EMA) (ፍልልይ) ርአ

እቲ ዝታዓሸገዕ ናይ ሕክምና ንብረትኩም እውን ከምዚ ዝስዕብ ዝሓዘ ክኸውን እዩ:-

- መከላኸሊ ጥንሲ መጽሓፍ
- ኮንዶም
- ናይ ጥንሲ መመርመሪ ኪት።

ኣብ ክሊኒክ ብኣካል ሕክምና ትረኺብካ

እዚ ኣብ ክሊኒክ ምኻድ ኣይኮነን፣ ኣብ እዋን ናይ ቴለፎን ምምኽኻር ቆጸራ ይግበረልኩም።

ኣገዳሲ ሓበሬታ

ድሕሪ ናይ መጀመርታ መድሃኒት ምውሳድ ሓሳብካ እንተቐይርካን እሞ እቲ ጥንሲ ክትቅጽል እንተ ወሲንካን፡ ጥዑይ ጥንሲ እዩ ኢልና ውሕስነት ክንህበካ ኣይንኽእልን ኢና። ቅድሚ ሕርሲ ክንክን ንምድላው ድማ ብዝተኻእለ መጠን ቀልጢፍካ ንሓኪምኪ ክትከይድ ምመኸረኪ።

ሕጋዊ ሓበሬታ

እዞም መድሃኒታት እዚኣቶም ተኣዚዞምልኩም ኣለዉ።

መድሃኒትካ ብውልቅኻ ዝተኣዘዘልካ ስለዝኾነ ንኻልእ ሰብ ምሃብ ዘይሕጋዊ እዩ። ነዚ መድሃኒት እንተዘይተጠቒምኩምዎ፡ ብዛዕባ እቲ መድሃኒት ብኸመይ ከም እትጉሕፍዎ ርኸቡና። እዚ እንተድኣ ኣድልዩካ ሕክምናዊ ሓገዝ ካብ ምድላይ ፈጺሙ ክዓግተካ የብሉን።

ኣንጻር (ሕክምናዊ) ምንጻል ጥንሲ እንተ ወሲንካን ነቲ መድሃኒት እንተዘይወሲድካን በጃኻ፤

- መድሃኒታት ናብ NUPAS ወይ ናብ ፋርማሲ ምምላስ
- እቶም መድሃኒታት ንኻልእ ሰብ ምሃብ ዘይሕጋዊ እዩ።
- ነቶም መድሃኒታት ኮነ ኢልካ ንልዕሊ 10 ሰሙን ኣብ ገዛ ወይ ንቐጻሊ ጥንሲ ምጥቃም ዘይሕጋዊ እዩ።

ብኣግኡ ሕክምናዊ ምንጻል ጥንሲ (ፍልልይ) – ካልኣይ ደረጃ ሕክምና ኣብ ገዛ

ድሕሪ ናይ ተሌፎን ምኽርኻ ንዓኻ ዝምችእ ክሊኒክ ክትከይድ ቆጸራ ይወሃበካ። ዕለት ጥንሲ ንምፍላጥ ኣልትራሳውንድ ስካን ክግበረልኪ እዩ ድሕሪኡ ድማ ምቹእ እንተኾይኑ ብኣፍ ክትወስዶ (ብማይ ዝውሓጥ) ማይፈፕሪስቶን ይወሃበኪ።

ማይፈፕሪስቶን ምስ ወሰድካ፣ ብቕልጡፍ ካብቲ ክሊኒክ ክትወጽእ ትኽእል ኢኻ። ንኻልኣይ ደረጃ ሕክምናኻ ኣብ ገዛኻ 6 መድሃኒት ሚሶፕሮስቶልን መፍወሲ ቃንዛን ክትረክብ ኢኻ።

መድሃኒት ሚዞፕሮስቶል
ድሕሪ ማይፈፕሪስቶን (ቀዳማይ ደረጃ ሕክምና)
ኣብ መንጎ 24 - 48 ሰዓታት ክውሰድ ኣለዎ።

ከመይ ጌርካ ንሚዞፕሮስቶል ትህበ

መድሃኒት ሚዞፕሮስቶል ኣብ ርሕሚ ወይ ኣብ መንጎ ምዕጉርትን ግርጻንን ይቕመጡ። ንዝያዳ ዝርዝር ሓበሬታ ኣብ ስእልታት ርአ። ሚዞፕሮስቶል ሓያልን ቃንዛ ዘለዎን ምጭብባጥን ከቢድ ምፍሳስ ደምን የስዕብ።

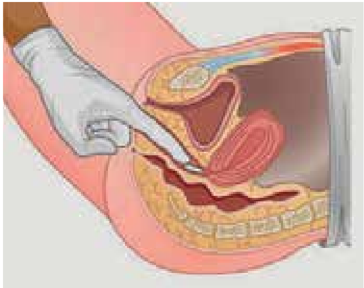
ቅድሚ ዝኾነ ሕክምና ምጅማርካ፣ ማለት ቅድሚን ድሕሪን መድሃኒት ሚሶፕሮስቶል ወይ ኣብ ኣፍካ ወይ ብርሕሚ ምእታውካ፣ ኣእዳውካ ብማይን ሳሙናን ኣጸቢቕካ ምሕጻብ ኣገዳሲ እዩ።

ርሕሚ ምእታው

1. ሽንቲ ባዶ ግበሮ (ሽንቲ ሽን)

2. ኣእዳውካ ብማይን ሳሙናን ኣጸቢቕካ ምሕጻብ

3. ***እተን ኣርባዕተ* መድሃኒት** ብዝተኻእለ መጠን ኣብ ርሕምኺ ኣእትውየን። እቲ ልክዕ ኣቀማምጣ ናይቶም ኣገዳሲ ኣይኮነን፣ ክሳብ ዘይወዲቖም ማለት እዩ። ብዝተኻእለ መጠን ብጫፍ ኣጻብዕትኻ **ንላዕሊ ደፍእዮ።** ወይ ኣብ ሓደ እዋን 1 ኣእትዊ። ወይ ድማ ኩሎም ብሓባር ኣእትውዮም። እተን መድሃኒት ደቂስካ፡ ወይ ሓንቲ እግርኻ ንላዕሊ ኣንቢርካ፣ ደው ኢልካ ከተእትዎም ትኽእል ኢኻ - ንዓኻ ምቹእ ዝኾነ።

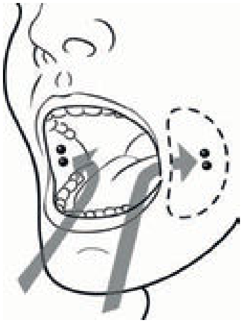


4. ድሕሪ 3 ሰዓታት፣ ጽቡቕ ስምዒት እንተሃልዩካ ግን ምፍሳስ ደም እንተዘይሃልዩካ ወይ ቀሊል ደም/ልፍጮ ጥራይ እንተሃልዩካ፡ ዘድልየካ ክልተ (2) ምድሃኒት ኣብ ርሕሚ ከተእቱ ወይ (1) ኣብ መንጎ ላዕለዋይ ኣብ ነፍሲ ወከፍ ሸነኽ ናይ ምዕጉርትካን ግርጻን። ኣብ ርሕሚ ዝርከቡ መድሃንታት ባዕሎም ክፈስሱ እዮም - ኣብ መንጎ ምዕጉርትን ግርጻንን እንተኾይኑ ቅድሚ ዝኾነ ዝተረፈ ብማይ ምውሓጥካ ን30 ደቓይቕ ግደፎ ገለ ምፍሳስ ደም እንተሃልዩ ካብ መንገዲ ርሕሚ ምውጋድ ካልኣይ መጠን ሚዞፕሮስቶል ኣብ ጥቕሚ እንተዘይወዒሉ፡ በጃኹም ኣብቲ ብግቡእ ምጉሓፍ ዝሕብር ናይ ሕሙማት ሓበሬታ ወረቐት ተወከሱ፤ ተረፍ መድሃኒት ንኻልእ ሰብ ኣይትሃብ ወይ ንኻልእ ጥንሲ ኣይትጠቐመሉ።

ኣብ ኣፍ ኣብ መንጎ ምዕጉርትን ግርጻንን (ቡካል) .

1 ቅድሚ ነቲ መድሃኒት ኣብ ኣፍካ ብምቕማጥን፣ ማይ ብምስታይ ኣፍካ ምልስላስ ይምከር። እዚ ድማ ነቲ መድሃኒት ክመክኽ ዝሕግዝ እዩ።

2 ***እታን ኣርባዕተ*** መድሃኒታት፣ ኣብ ኣፍካ ኣብ መንጎ ላዕለዋይ ምዕጉርትን ግርጻንን ወይ ኣብ ታሕተዋይ ክፋል ምዕጉርትን ግርጻንን (2 ኣብ ክልቲኡ ሸነኹ) ንዓኻ ኣዝዩ ምቹእ ዝኾነ ቦታ ኣቐምጥ፣ እተን መድሃኒታት ድማ ን30 ደቓይቕ ክሓቓ ኣፍቕድ። ኣብ ደረቕ ኣፍ ስለዘይሓቕቕ ኣፍካ ጠሊ ክህልዎ ምግባር ኣገዳሲ እዩ። ኣብዚ ደረጃ እዚ ነቶም መድሃኒት ኣይትውሕጦም። እቶም መድሃኒት ድሕሪ 30 ደቓይቕ ምሉእ ብምሉእ እንተዘይሓቒቑ፣ ብንእሽቶ ማይ ክትውሕጦም ትኽእል ኢኻ። እቶም መድሃኒታት ዘይጥዑም ጣዕሚ ክገድፉ ይኽእሉ እዮም ኣብ ኣፍካ።



3 ድሕሪ 3 ሰዓታት ጽቡቕ ስምዒት እንተሃልዩካ ግን ምፍሳስ ደም እንተዘይሃልዩካ ወይ ቀሊል ደም/ልፍጮ ጥራይ እንተሃልዩካ፡ ዘድልየካ ክልተ (2) ምድሃኒት ኣብ ርሕሚ ከተእቱ ወይ (1) ኣብ መንጎ ላዕለዋይ ኣብ ነፍሲ ወከፍ ሸነኽ ናይ ምዕጉርትካን ግርጻን። ኣብ ርሕሚ ዝርከቡ መድሃንታት ባዕሎም ክፈስሱ እዮም - ኣብ መንጎ ምዕጉርትን ግርጻንን እንተኾይኑ ቅድሚ ዝኾነ ዝተረፈ ብማይ ምውሓጥካ ን30 ደቓይቕ ግደፎ።

ፈውሲ ቃንዛ

ስቃይን ቃንዛን ከጋጥመካ እዩ እዚ ድማ ንሓጺር ግዜ ከቢድ ክኸውን ይኽእል.. እቲ ጥንሲ ብኸምዚ እዩ ዝንጸል። ኣብ ገዛኻ መድሃኒት ቃንዛ ምህላው ኣገዳሲ እዩ። ካብቲ ክሊኒክ ንገዛኻ ክትወስድ፣ ገለ መድሃኒት ክወሃበካ እዩ፣ ግን ገለ ኢቡፕሮፈን ወይ ኮ-ኮዳሞል ከህልወካ ንመክር። ከከም ሕክምናዊ ታሪኽካን ክህልወካ ዝኽእል ኣለርጂን፡ እታ ነርስ/መሕረሲት ምሳኻን ናይ መጀመርታ ሕክምናኻን ብዛዕባ ዝበለጹ ኣማራጺታት ክዛራረቡ እዮም።

ኣብነት ናይ ቃንዛ መድሃኒት፤

- ቃንዛኻ ምስ ዝጅምር ንቐሊል ቃንዛ ኢቡፕሮፈን ውሰድ – 2x200mgs – እዚኦም ኣብ ነፍሲ ወከፍ 4–6 ሰዓታት ክውሰዱ ይኽእሉ (ኣብ 24 ሰዓት እንተ በዝሐ 6 መድሃኒት ውሰድ)።
- ፓራሲታሞል ንቐሊል ቃንዛ፣ ክሳብ ማእከላይ ቃንዛ በቶም ኢቡፕሮፈን ክወስዱ ዘይክእሉ ክውዕል ይኽእል(ኣብ 24 ሰዓት እንተ በዝሐ 8 መድሃኒት ውሰድ)።
- 1x30mg ኮዴይን ፎስፌት ኣብ ነፍሲ ወከፍ 6–8 ሰዓታት
- ቃንዛ ንምቅላል ክሕግዝ ስለ ዝኽእል፣ ጥርሙዝ ውዑይ ማይ (ከም መምርሒ ኣፍራዩ) ተጠቐም።

ኣስተውዕሉ፤

- **ኮዴይን ክትወስዱ ከለኹም መኪና ኣይትዝውሩ ወይ ማሽነሪታት ኣይትጥቀሙ።**
- **ሚዞፕሮስቶል ድሕሪ ምሃብካ፣ ጥንሲ ክሳብ ዝኸይድ ጽቡቕ ስምዒት ክሳብ ዝስምዓካን መኪና ኣይትዝውር**
- **ኣብ ገዛኻ ደገፍ ንምሃብ መጻምድቲ ወይ እትኣምኖ ዓቢ መሓዛ (ልዕሊ 18 ዓመት ዝዕድሚኡ) ምሳኻ ክህልወካ ይምከር። እዚ ንናይ ገዛእ ርእስኻ ድሕነትን፣ ድሕነት ንዝኾነ ምሳኻ ዘሎ ሰብን እዩ።**

ኣብ መጀመርያ እዋናት ሕክምናዊ ምንጻል ጥንሲ እንታይ ክትጽበዮ እትኽእል ልሙዳት ጎናዊ ሳዕቤናትን ኣለዉ

መብዛሕትኡ ግዜ እቲ ምንጻል ጥንሲ ድሕሪ ምውሳድ መድሃኒት ኣብ መንጎ 2–12 ሰዓታት ክፍጸም እዩ። ደም ክትፈስስን ርግእ ዝበለ ደም ክትገብርን ክትጽበ ይግባእ። ቀዳማይ ደረጃ መድሃኒት (ምፍፕርስቶን) ምስ ወሰድካ ክትደሚ ክትጅምር ትኽእል ኢኻ፣ ይኹን እምበር ድሕሪ 3 ሰዓታት ጽቡቕ ስምዒት እንተሃልዩካ ግን ምፍሳስ ደም እንተዘይሃልዩካ ወይ ቀሊል ደም/ልፍጬ ጥራይ እንተሃልዩካ፡ ዘድልየካ ክልተ (2) ምድሃኒት ኣብ ርሕሚ ከተእቱ የድልየካ ወይ ኣብ መንጎ ላዕለዋይ (1) ኣብ ነፍሲ ወከፍ ሸነኽ ናይ ምዕጉርትካን ግርጻን። ገለ ምፍሳስ ደም እንተ ኣጋጢሙካ እቶም መሃኒታት ኣብ መንጎ ላዕለዋይ ምዕጉርትን ግርጻን ምእታው ይምከር። ክሳብ 4 ሰሙን ምፍሳስ ደም ምቁራጽን ምቅጻልን ክኸውን ይኽእል ኢዩ። ድሕሪ 7 መዓልታት ሚሶፕሮስቶል ምውሳድ፣ ምፍሳስ ደም እንተዘይተፈጢሩ፣ ናብ መስመር ድሕሪ ክንክን ክትድውልን ምስ ክሊኒሻን ክትዘራረብን ይግባእ።

ገለ ዓማዊል ካብቲ መድሃኒት ከም ረስንን/ወይ ሕማም ርእስን ዝኣመሰሉ ጎናዊ ሳዕቤናት ከጋጥሞም ይኽእል። ኣብ ሳሕቲ ኣጋጣሚታት ፍሕሸው ገጽ ወይ ረስኒ ቆርበት ክህልወካ ይኽእል።

- በጃኹም ካብዞም ምልክታት ሓደ እንተ ኣጋጢሙኩም ብቕልጡፍ ናብ መስመር ድሕሪ ክንክን ተወከሱ።

ማይፈፕሪስቶን መድሃኒት ካብ ዝወሰድካሉ ኣብ ውሽጢ 90 ደቓይቕ እንተኣምሊስካ፣ በጃኻ ናብ ክሊኒክ ወይ መስመር ድሕሪ ክንክን ተወከስ ምኽንያቱ ድጋሜ ከድልየካ ይኽእል እዩ።

ገለ ዓማዊል ቅድሚ ካልኣይ ደረጃ ሕክምና ሙኳኑ ብርሕሚ ምፍሳስ ደም ክህልዎም ይኽእል። እዚ እንተ ኣጋጢሙ፣ በጃኹም ናይ ጽሬት ሽጎማኖ ተኸደን፣ ታምፖን ኣይትጠቐሙ። ምስ ከቢድ ወርሓዊ ጽግያት ዝመሳሰል ምፍሳስ ደም ቅቡል እዩ። እቲ ምፍሳስ ደም ዘተሓሳስበካ እንተኾይኑ፡ ወይ ነቲ መድሃኒት ሕማቕ ግብረመለሲ እንተሂብካዮ፡ ብቕልጡፍ ናብ ክሊኒክ ወይ መስመር ድሕሪ ክንክን ተወከስ።

ንቡር ጎናዊ ሳዕቤናት ናይቲ ማይፈፕሪስቶን ቃንዛ ታሕተዋይ ክፋል ከብዲ/ቅርጸት (ቃንዛ ሓደ ሓደ ግዜ ከም ኮዴይን ዝኣመሰሉ ሓያላት መቐነሲ ቃንዛ ምጥቃም ዘድልዮ ከቢድ ክኸውን ይኽእል)፡ ረስኒ፡ ተምላስ፡ ውጽኣት፡ ሰዓል/ቁሪ (ካብ 10 ኣብ 1) ይርከብዎም።

እቲ ሚሶፕሮስቶል ዝበሃል መድሃኒት ውጽኣት፡ ሕማም፡ ውዑይ ረስንን፣ ጸላዕላዕ ከስዕብ ይኽእል። መብዛሕትኡ ግዜ እዞም ምልክታት ኣብ ውሽጢ ሒደት ሰዓታት ይጠፍኡ። እዞም ምልክታት ድሕሪ ምውሳድ ሚዞፕሮስቶል ንልዕሊ 24 ሰዓታት እንተቐጺሎም፡ በጃኹም ርኸቡና።

ምድማይ

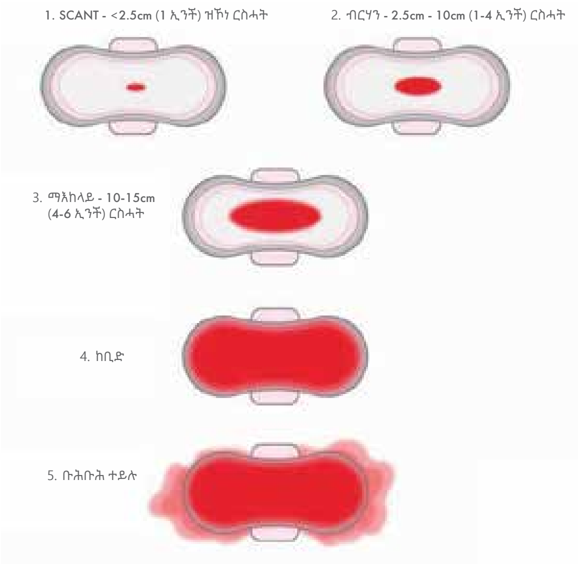
መጠንን ዓይነትን ምፍሳስ ደም፣ ንነፍሲ ወከፍ ሰብን ንነፍሲ ወከፍ ምንጻል ጥንሲን ክፈላለ ይኽእል። ኣብ እዋን ሕክምናዊ ምንጻል ጥንሲ ቀሊል፡ ማእከላይ ወይ ከቢድ ምፍሳስ ደም ከጋጥመካ ንቡር እዩ (ኣብ ገጽ 25 ዘሎ ምስልታት ርአ)። ኣብ እዋን ሕክምናዊ ምንጻል ጥንሲ ኩሉ ሰብ ርጎኦ ደም ኣየመጸን እዩ፡ ነቶም ዝመጾም ግን እቲ ምርጋእ ካብ ለሚን ክዓቢ የብሉን። ምፍሳስ ደም ዘይምህላው/ውሑድ ምፍሳስ ደም (ስእሊ 1) ወይ ጃሕጃሕ (ስእሊ 5) ንቡር ኣይኮነን ስለዚ ምኽሪ ንምርካብ ናብ መስመር ድሕሪ ክንክን ብቑጽሪ 0333 016 0400 ክትድውሉ ይግባእ እንተድኣ፤

- ድሕሪ 24 ሰዓታት ሚሶፕሮስቶል ምውሳድካ፡ ፈጺምካ ኣይትደሚን ኢኻ፡ ክትደርዝ ከለኻ ኣብ ቲሹ ነጠብጣብ/ደም ጥራይ ትርኢ (ስእሊ ውሑድ (SCANT) 1 ርአ)
- 2 ዓቢ ሳይዝ ዝጠልቀየ ሳኒታይዘር ፓድ ን2 ሰዓታት ተኸታታሊ ከቢድ ምፍሳስ ደም የጋጥመካ (ከቢድ ስእሊ(HEAVY image) 4)

ኣዝዩ ከቢድ ምፍሳስ ደም እንተ ኣጋጢሙካ (ኣብ ገጽ 25 ውሕጅ ምስሊ 5 ርአ) ጽቡቕ እንተዘይተሰሚዑካ ናብ 999 ደውል

መብዛሕትኡ ግዜ ምፍሳስ ደም መድሃኒት ምስ ተዋህበ ኣስታት 2 ሰዓታት ይጅምር። መብዛሕትኦን ደቂ ኣንስትዮ ንኣስታት 2-4 ሰዓታት ክደሚ እየን። እዚ ከም ቀሊል ምጉዳል ደም ክጅምር ይኽእል እዩ፣ ግን ክሳብ ጥንሲ ምንጻል ዝጅምር በብቑሩብ ክኸብድ እዩ። ሓንሳብ ምንጻል ምስ ጀመረ፣ እቲ ምፍሳስ ደም በብቑሩብ ክጎድል እዩ። ግን ምፍሳስ ደም (ምስ ወርሓዊ ጽግያት ዝመሳሰል) ን7-14 መዓልታት ክቕጽል እዩ።

ክሳብ ዝቕጽል ጽግያትኪ ናይ ጽሬት ሽጎማን ክትጥቐሚ ኣለኪ፣ ታምፖን ኣይትጠቐሚ። ብሰንኪ ሓደጋ ረኽሲ ታምፖን ኣይትጠቐሙ። እዚ ድማ ነቲ ዝጠፍእ ደም ክትከታተልን፣ ረኽሲ ከይህሉን ይሕግዘካ።



ሓደጋታት/ሕልኽላኻትን መጠን ዘይምዕዋትን

ኣብ እዋን ምኽርኹም ሓደጋታትን ክመጽእ ዝኽእል ጸገማትን ሕክምናን ብዕምቀት ክዝረበሉ እዩ።

እቲ ሕክምናዊ ኣገባብ ምንጻል ጥንሲ፡ ነቲ ጥንሲ ናይ ዘይምውዳእ ንእሽቶ ሓደጋ ኣለዎ። ኣብ ከምዚ ኩነታት፣ ነቲ መስርሕ ንምዝዛም ተወሳኺ ምትእትታው ከምዘድሊ ዝወሓደ ኩነታት ኣሎ። ማለት ድሕሪ ሕክምናዊ ምንጻል ጥንሲ ዝግበር መጥባሕታዊ ምትእትታው።

እዞም ዝስዕቡ ጸገማት ከጋጥሙ ይኽእሉ እዮም፤

- ምስ ገለ ቲሹ ወይ ጅማውቲ ድሕሪት ምትራፍ ዝተኣሳሰር ዘይምሉእ ምንጻል ጥንሲ (ካብ 100 ትሕቲ 1-2)
- ምትሕልላፍ ደም ዘድልዮ ከቢድ ምፍሳስ ደም (ካብ 1000 ሕሙማት ትሕቲ 1)
- ሓደ ሓደ ግዜ ረኽሲ ከጋጥም ይኽእል እዩ (ካብ 100 ሕሙማት ትሕቲ 1)

(RCOG 2022)

ረኽሲ

ሓደ ሓደ ግዜ ውሑድ ቲሹ ይተርፍ (ምስ ምንጻል ጥንሲ ኣይወጽእን) እሞ ክረክስ ይኽእል። ከበድቲ ጸገማት ናይ መጠንቀቕታ ምልክታት ኣለዎም። ካብዞም ኣብ ታሕቲ ዘለዉ ምልክታት ዝኾነ እንተ ኣጋጢሙኩም ብቕጽበት ናብ መስመር ሓገዝ ድሕሪ ክንክን ብቑጽሪ ቴለፎን 0333 016 0400 ደውሉ፤

- ልዑል ሙቐትን/ወይ ሰዓልን፣ ጉንፋዕ ዝመስሉ ምልክታት ወይ ስምዒት ምንቅጥቃጥ፤
- ኣዝዩ ከቢድ መድመይቲ ኣብ ሰዓት ልዕሊ 2 ናይ ጽሬት ፓድ ን 2 ሰዓታት ዝወስድ። እዞም ፓድስ ንኸቢድ ዋሕዚ ዝምችኡ ክኾኑ ኣለዎም።
- ቀጻሊ ቃንዛ ከብዲ፣ ካብ ቃንዛ ወርሓዊ ጽግያት ዝኸበደ፣ ወይ መድሃኒት ቃንዛ እንተ ዘይትሓጊዝካ፣ ወይ ድማ ብሙቐት ፓድ ብምጥቃም እንተ ዘይትሓጊዝካ።
- ዘይጥዑም ጨና ዘለዎ ፈሳሲ ርሕሚ።

መሳርሒ ሴፕሲስ ኣብ ገጽ 50 ርአ።

ካብዞም ዝስዕቡ ምልክታት እንተድኣ ኣጋጢሙካ ብ999 ደውሉ ወይ ንደገፍካ ሰብ ብኣምቡላንስ ብቕልጡፍ ክድውል ግበሮ፤

- ጥንሲ ክኸይድ ከሎ፡ ኣብ ነፍሲ ወከፍ 5 - 10 ደቓይቕ ረጕድ ሳኒታይዘር ምጥላቃይን፣ ካብ ዓቐን ኢድካ ዝዓበየ ርጉእ ደም ምሕላፍን ንቡር ኣይኮነን፡ ኣብ ከባቢኻ ኣብ ክፍሊ A&E ክትከይድ ኣለካ
- ሃለዋትካ ምጥፋእ
- ከቢድ ኣለርጂ ከም ሕበጥ ገጽ፡ ኣፍ፡ ጎሮሮ ወይ ጸገም ምስትንፋስ ዝኣመሰሉ።

ብኣግኡ መጥባሕታዊ ምንጻል ጥንሲን(EMA) ምንጻል ድሕሪ ክንክን

ድሕሪ 3 ሰሙን ናይ ጥንሲ መርመራ ክደግም ፡ ኩሎም ዓማዊልና መድረኽ ጥንሲ(ደረጃ ናይ ጥንሲ) ብዘየገድስ ንመኽሮም። ኣብታ ንግሆ ዘሕለፍካዮ፣ ናይ መጀመርታ ሽንቲ ምጥቃም ኣዝዩ ኣገዳሲ እዩ። እቲ ናይ ጥንሲ መመርመሪ ዕጥቂ፣ ኣብ ድሕሪ ክንክን ዕሹግኪ ምሉእ መምርሒ ኣጠቓቕማ ኣለዎ። ውጽኢትካ ኣወንታዊ እንተኾይኑ ብቕልጡፍ ምስቲ ክሊኒክ ክትራኸብ ኣለካ።

ሰብ ሞያ ሕክምና ንዝኾነ ስክፍታታትኩም፣ ብቑጽሪ ቴለፎን 0333 016 0400 ንምዝታይ፣ ኣብ ሰሙን ናይ ዕረፍቲን ናይ ባንክ በዓላትን ሓዊሱ 24 ሰዓታት ኣብ መዓልቲ ኣለዉ፤ ክትረኽብም ትኽእል ኢኻ።

መስመር ናይ ድሕሪ ክንክን ሓገዝ
ቴለፎን: 0333 016 0400
ቴለፎን: (01) 874 0097 (Eire)

መጥባሕታዊ ምንጻል ጥንሲ

መጥባሕታዊ ምንጻል ጥንሲ፣ ውሑስን ቀሊልን ኣገባብ ጥንሲ ንምቁራጽ ዝውዕል እዩ። ከከም ጥዕናኻ፡ ውልቃዊ ምርጫኻን ጥንሲኻን (ደረጃ ጥንሲ) ዝተፈላለዩ ሜላታት ኣለዉ። መጥባሕታዊ ምንጻል ጥንሲ ንኣሽቱ መጥባሕትታት ኮይኖም፣ ኣብ ናይ ሓደ መዓልቲ መስርሕ ዝፍጸሙ እዮም፤ ክትሓድር ኣይጠልቡኻን እዮም።

ማንዋል ቫክዩም ኣስፒሬሽን

እዚ ኣገባብ ክሳብ 14 ሰሙን ጥንሲ ክውዕል ዝኽእል ኮይኑ፡ ብመንገዲ ማህጸን (ካብ ርሕሚ ናብ ማህጸን ዝኸፈት) ቱቦ ናብ ማህጸን ምሕላፍ ዘጠቓልል እዩ። እቲ መጥባሕቲ ዝገብር ሓኪም ነቲ ጥንሲ ንምእላይ መርፍእን ልኡም መስሓቢ ኣየር ይጥቀም።

እዚ ኣገባብ ኣዝዩ ቅልጡፍ ኮይኑ፡ መብዛሕትኡ ግዜ ካብ 10-15 ደቓይቕ ዝወስድ እዩ። ሕውየት እውን ቅልጡፍ ኮይኑ፣ መብዛሕትኡ ግዜ ኣብ ሓጺር ግዜ ድሕሪ ምዕራፍካ፣ ካብቲ ክሊኒክ ክትወጽእ ትኽእል ኢኻ።

ኣብ ዝተወሰኑ ኩነታት፡ MVA ኣብ ትሕቲ ከባብያዊ መደንዘዚ ከነተኣናግድ ንኽእል ኢና ይኹን እምበር እዚ ኣገባብ ትሕቲ 10 ሰሙን ጥንሲ ዘለወን ደቂ ኣንስትዮ ጥራይ እዩ ዝምከር።

ምግፋሕን ምውጻእን (D&E)

እዚ ኣገባብ ድሕሪ 14 ሰሙን ጥንሲ እዩ ዝጥቀም። ፎርሰፕስ ዝበሃሉ ፍሉያት መሳርሒታት፣ ብመንገዲ ክሳድ ማህጸን ኣቢልካ፣ ናብ ማህጸን ብምእታው ነቲ ጥንሲ ምእላይ ዘጠቓልል እዩ።

መብዛሕትኡ ግዜ D&E ኣብ ትሕቲ ሓፈሻዊ መደንዘዚ (GA) እዩ ዝካየድ። እቲ ኣገባብ ኣስታት 10-20 ደቓይቕ ይወስድ።

መጥባሕታዊ ምንጻል ጥንሲ ኣብ ትሕቲ ናይ ምዝናይ መደንዘዚ(CS)

ናይ ምዝናይ መደንዘዚ(CS) ኣብ እዋን ሕክምናዊ መስርሕ ንኽትዛነን፣ ቃንዛ ንምዕጋትን ዝሕግዙኻ ውህደት ናይ ዝተፈላለየ መድሃኒታት እዩ። ንጭንቀት የጕድሎ: ንመብዛሕትኡ ሓጸርቲ ምስ ማህጸን ዝተሓሓዝ ድማ ምቹእ እዩ። CS ድሕሪ መስርሕካ ቀልጢፍካ ክትሓዊን፣ ናብ መዓልታዊ ንጥፈታትካ ክትምለስን የኽእለካ።

መድሃኒታት ሲኤስ(CS) ብመንገዲ ሰራውር ኣብ ቅልጽም ወይ ድሕሪት ኢድ ይወሃቡ። እሞ ኣብ ምሉእ እቲ መስርሕ ክትትል ክግበረልካ እዩ። ኣብ እዋን ሕክምናኻ ንቑሕ ክትከውንን ምስ ነርስኻን ሓኪምካን ክትዛረብ ትኽእል ኢኻ፡፡ እንተኾነ ትኽስ ክትብል ትኽእል። ብድሕሪኡ ንገለ ሰዓታት ከምዚ ናይ ትኽስታ ስምዒት ክቅጽል ይኽእል እዩ። ድሕሪ እቲ ዝዋሃበካ ናይ መደንዘዚ መድሃኒት ምውሳድካ፡ ናይቲ ኣገባብ ዝኽሪ ቡዙሕ የብልካን ወይ ውሱን ዝኽሪ ክህልወካ ይኽእል እዩ።

ብድሕሪኡ ንማህጸን ንምድንዛዝ ከባብያዊ መደንዘዚ ይወሃብ። ንነዊኅሕ ግዜ ዘይጸንሕ ቍሩብ ቃንዛ ይስምዓካ ይኸውን። እቶም መደንዘዚ መድሃኒታት ኣብዚ ክሕግዙ እዮም።

ብድሕሪኡ እቲ መጥባሕቲ ዝገብር ሓኪም ነቲ ሕክምና ክፍጽሞ እንከሎ፡ ሓንቲ ነርስ/መሕረሲት ድማ ኣብ ምሉእ ግዜ ብቐረባ ትከታተለካ።

ድሕሪ ሕክምናኻ፡ ብእግርኻ ናብቲ ዝሕወየሉ ቦታ ክትከይድ ብኣባል ሰራሕተኛታት ክትድገፍ ኢኻ። ብፍሉይ ዝሰልጠኑ ሰራሕተኛታት ክከናኸኑኻን ሕውየትካ ክከታተሉን እዮም። ካብቲ ዝነብረክዮ ዘህድእ ፈውሲ ምስ ተሳእኪ/ሃለዋትኪ ምስ ፈልጥኪን ድሓን ምስ ኮንኪ፡ ክትወጽኢ ኢኺ።

ሓደ ሓላፍነት ዝስምዖ ዓቢ ሰብ ኣብ ገዛኻ ዝዕጅበካን ክሳብ ንጽባሒቱ ምሳኻ ክጸንሕን ንሓትት። ዝኾነ ማሽነሪ ክትሰርሑሩ ወይ ክትዝውሩ ስለዘይክእሉ፣ ንገዛኹም መጓዓዝያ ምድላው ከድልየኩም እዩ።

ቅድሚ ንሕክምና ፍቓድካ ምርካብና፣ ምስቲ ሓውሲ ድቃስ ዝህብ መደንዘዚ ዝተኣሳሰሩ ጎናዊ ሳዕቤናትን ጸገማትን ብዕምቆት ክግለጸልካ እዩ።

መጥባሕታዊ ምንጻል ጥንሲ ብሓፈሻዊ መደንዘዚ (GA)

ሓፈሻዊ መደንዘዚ (GA) ሃለዋትካ ናይ ምቊጽጻር ኩነታት እዩ። እዚ መድሃኒት ተዋሂብካ ክትድቅስ ከሎኻ፣ ናይ መጥባሕቲ ኩነታትካ ስለ ዘይርድኣካ፣ እቲ መጥባሕቲ ክግበር ከሎ ቃንዛ ኣይስምዓካን።

GA ነቲ መስርሕ ኣብ ዝፍጸመሉ እዋን ‘ክድቅሳ’ ዝመርጻ ደቂ ኣንስትዮ ምቹእ ከይኑ፡ ካብ 5 ክሳብ 23 ሰሙን 6 መዓልታት ንዝኾና ደቂ ኣንስትዮ ዝምችእ እዩ።

መድሃኒታት GA፣ ኣብ ቅልጽም ወይ ድሕሪት ኢድ ብዝርከብ ሰራውር ኣቢሉ፣ ናብ ድቃስ ዝ እትወከ ይወሃብ። እሞ ኣብ ምሉእ እቲ መስርሕ ኣብ ትሕቲ ክትትል ኢኻ። ብተወሳኺ ብሓኪም መደንዘዚ ከምኡውን ብነርስ/መሕረሲት ብቀረባ ምሉእ ግዜ ኣብ ጎንኻ ኮይኖም ምክትታል ክገብሩልካ ኢዮም።

ምጅምማር ናይ ክሳድ ማህጸን

ቅድሚ መጥባሕታዊ ምንጻል ጥንሲ ማህጸን (ክሳድ ማህጸን) ብማይፈፕሪስቶን፡ ሚሶፕሮስቶልን ዲላፓን ዝበሃሉ መምጠጢ መግፋሕቲ ዝብሉ መድሃኒታትን ንሕክምና ክዳሎ እዩ። ካብዞም መድሃኒታት ሓደ ጥራይ ከድልየካ ይኽእል፣ ወይ ድማ ተወሳኺ ከድልየካ ይኽእል እዩ። ኣየናይ ምድላው ከም ዘድልየኩምን፣ መዓስን ብኸመይን እዚ ከም ዝፍጸምን፣ ምሉእ ብምሉእ ክንገልጸልኩም ኢና።

ማይፈፕሪስቶንን ሚሶፕሮስቶልን ዝበሃሉ መድሃኒታት ንማህጸን ብምልስላስ፡ ብቐሊሉ ንኽግፋሕ (ክኸፈት) ይገብሮ። ዲላፓን ቅድሚ መጥባሕቲ ኣብ ክሳድ ማህጸን ዝኣትዉ፣ ክንዲ በትሪ ኽርቢት ዝዓቐኑ እዩ። ክሳድ ማህጸን ቀስ ኢሎም ንምኽፋት ይዝርግሑ። ምእታው ኣብ ክሊኒክ ዝፍጸም ኮይኑ፣ ንገለ ደቓይቕ ጥራይ ይወስድ። ነዚ ኣገባብ እዚ ብመርፍእ ዝውጋእ፣ ወይ ዝነጽግ ናይ ከባቢ መደንዘዚ ክንጥቀም ንኽእል ኢና። ሕክምናኻ ልዕሊ 2 መዓልቲ እንተትመዲቡ፣ ድሕሪ ምቕማጦም ናብ ገዛኻ ክትከይድ ኢኻ። እቲ ዲላፓን እናሰፍሐ ምስ ከደ፣ ምጭብባጥ ወይ ኣዝዩ ቀሊል ምፍሳስ ደም ከስዕብ ይኽእል እዩ። ኣዝዩ ሳሕቲ ድማ ማያትካ ክስበር ይኽእል እዩ፣ እሞ ናብ ምውራድ ጥንሲ ሓደጋ ከጋጥመካ ይኽእል ኢኻ። ሓደ ሓደ ግዜ እቲ ዲላፓን ክወድቕ ይኽእል እዩ። ብዛዕባ ምቁጽጻር ቃንዛን፣ ሕርሲ እንተጀሚርካ ወይ ማያትካ እንተተሰይሩ፣ እንታይ ክትገብር ከምዘለካን ተወሳኺ ሓበሬታ ክወሃበካ እዩ።

ሓደጋታት መጥባሕታዊ ምንጻል ጥንሲs ነዞም ዝስዕቡ የጠቓልል:

- ኣብ ማህጸን ዝበጽሕ ጉድኣት (1-4: 1000 ሰባት)
- ኣብ ክሳድ ማህጸን ዝበጽሕ ጉድኣት (1: 100 ሰባት)
- ምፍሳስ ደም (1-4: 1000 ሰባት)
- ረኽሲ (ትሕቲ 1:100 ሰባት)
- ዝተዓቀቡ ውጽኢታት ጥንሲ (3:100)

(RCOG, 2022)

**ኩሎም ናይ መጥባሕቲ መስርሓት ዝተወሰኑ ሓደጋታት ዝሓዙ እዮም፤ ግን ብሉጽ ናይ ድሕነት ስም ከምዘለናን ልዑል ብቕዓት ዘለዎም ሓካይም መጥባሕቲ፣ መደንዘዝን ነርስታት/መሕረስቲን ጥራይ ከምዝቖጽርናን ርግጸኛታት ኩኑ።*

ድሕሪ መጥባሕታዊ ምንጻል ጥንሲ ዝግበር ኣካላዊ ምንቅስቓስ።

- ድሕሪ መጥባሕታዊ ምንጻል ጥንሲካ ን24-48 ሰዓታት ከተዕርፍን ብቐሊሉ ክትወስድን መደብ ክትገብር ኣለካ
- መብዛሕትኡ ግዜ ምቹእነት ምስ ተሰምዓካ ብቕልጡፍ ናብ ንቡር ንጥፈታት ክትምለስ ትኽእል ኢኻ፡ ንኣብነት ምሕጻብ ወይ ሻወር ምግባር፡ ታምፖን ምጥቃም፡ ምውስዋስ ኣካላት (ምሕንባስ ሓዊስካ) ከምኡ'ውን ከቢድ ምልዓል። (nhs.uk, 2022)

ኣብ ትሕቲ GA ዝተገብረ ምንጻል ጥንሲ ስዒቡ፣ ድሕሪ ሕክምናኻ፣ ማለት ን24 ሰዓታት ዝከናኸነካ ሰብ ክህልወካ ንሓትት።

መከላኸሊ ጥንሲ

ኮይልስ ወይ ምትካል ተባሂሉ ዝፍለጥ ከም ኣካል ናይዚ ኣገባብ እንተደሊኻ፣ ገና ኣብ ትሕቲ GA እናሃለኻን ክግጠም ይኽእል።

CS/GA ከምኡ'ውን ምጥባው

ዳርጋ ኩሎም ኣብ እዋን ዘዛንይ መደንዘዚ ወይ ሓፈሻዊ መደንዘዚ ዝጥቀሙሉ መድሃኒታት፣ ናብ ጸባ ጡብ ክሓልፉ እዮም፣ ግን ብኣዝዩ ውሑድ መጠን ስለ ዝኾኑ ንውላድኪ ኣይጸልዉን እዮም። ምስ ሓወኻ ቀልጢፍካ ጡብ ከተጥቡ ትኽእል ኢኻ። ኣብ ዕሸልካ ምልክታት ካብ መጠን ንላዕሊ ድቃስ እንድሕር ኣሎ ተጠንቀቕ። ቅድሚ መጥባሕቲኺ ጸባ ክትሓልብን፣ ድሕሪ ሕክምና ዝኸውን፣ ቀረብ ጸባ ጡብ ክትረክብን ትደሊ ትኸውን።

ድሕሪ መጥባሕትኻ ሲዒቡ ዝመጽእ

ቅድሚ ካብ ክሊኒክ ምውጻእካ፣ ብዛዕባ ድሕሪ ክንክን ዝግበር ምድላዋትካ ክዝረበሉን፣ ድሕሪ ክንክን ጥቅሉል መምሪሒታት ክወሃበካን እዩ እዚ ድማ፤

- መከላኸሊ ጥንሲ መጽሓፍቲ
- ኮንዶም
- ዝርዝር ርክብ ናይ ድሕሪ ክንክን መስመርና

መስመር ናይ ድሕሪ ክንክን ሓገዝ
ቴለፎን: 0333 016 0400
ቴለፎን: (01) 874 0097 (Eire)

ድሕሪ መጥባሕታዊ ምንጻል ጥንሲ እንታይ ክትጽበ ኣለካ።

ምፍሳስ ደም፣ ካብ ቅሩብ ምፍሳስ ደም፣ ክሳብ ክንዲ ዝኸበደ ወርሓዊ ጽግያትኪ ዝመስል ክኸውን ይኽእል፡ ከከም ደረጃ ጥንሲ። ድሕሪ መጥባሕቲ ን7-14 መዓልታት ምፍሳስ ንቡር ኮይኑ፣ ንሓደ ክልተ መዓልታት ንኣሽቱ ዝረግአ ደም ክትሓልፍ ትኽእል ኢኻ። ከም መምርሒ ኣብ ናይ ገዛእ ርእስኻ ወርሓዊ ጽግያት ተመርኮስ - እቲ ምፍሳስ ደም ካብቲ ዝኸበደ ወርሓዊ ጽግያትካ ክኸብድ ፈጺሙ የብሉን።

ጥንስኪ ብኣግኡ (5 - 7 ሰሙን) እንተኾይኑ፣ ውሑድ ምጉዳል ደም ጥራይ ክህልወኪ ይኽእል እዩ። እዚ ማለት ሕክምናኻ ፈሺሉ ማለት ኣይኮነን።

ምልክታት ጥንስኺ፣ ካብ ሓደ ሰሙን ንላዕሊ እንተቐጺሉ፣ በጃኺ ናብ መስመር ድሕሪ ክንክን ተወከሲ።

ክሳብ ዝቕጽል ጽግያትኪ ናይ ጽሬት ሽጎማን ክትጥቀሚ ኣለኪ፣ ታምፖን ኣይትጠቐሚ። እዚ ድማ ነቲ ዝጠፍእ ደም ክትከታተልን፣ ረኽሲ ከይህሉን ይሕግዘካ።

እቲ ምፍሳስ ደም ልዕሊ 2 ሰሙን እንተጸኒሑ ወይ ብዛዕባኡ እንተተሻቒልኩም፡ በጃኹም ብመስመር ድሕሪ ክንክን ርኸቡና።

ረኽሲ

ኣብ እዋን ሕክምናኻ 2 ዝተፈላለዩ ዓይነታት ጸረ-ነፍሳት ተዋሂቡካ ክኸውን ይኽእል እዩ (ኣለርጂ እንተዘይብልካ)። ይኹን እምበር ሓደ ሓደ ግዜ ኣብቲ ምንጻል ጥንሲ ዘይወጹ ደቀቕቲ ቁራጽ ቲሹ ረኽሲ ክፈጥሩ ይኽእሉ። ከበድቲ ጸገማት ናይ መጠንቀቕታ ምልክታት ኣለዎም።

ካብዞም ኣብ ታሕቲ ዘለዉ ምልክታት ዝኾነ እንተ ኣጋጢሙኩም ብቕጽበት ናብ መስመር ሓገዝ ድሕሪ ክንክን ብቑጽሪ ቴለፎን 0333 016 0400 ደውሉ፤

- ልዑል ሙቐትን/ወይ ሰዓልን፣ ጉንፋዕ ዝመስሉ ምልክታት ወይ ስምዒት ምንቅጥቃጥ፤
- ኣዝዩ ከቢድ መድመይቲ ኣብ ሰዓት ልዕሊ 2 ናይ ጽሬት ፓድ ን 2 ሰዓታት ዝወስድ። እዞም ፓድስ ንኸቢድ ዋሕዚ ዝምችኡ ክኾኑ ኣለዎም።
- ቀጻሊ ቃንዛ ከብዲ ካብ ቃንዛ ወርሓዊ ጽግያት ዝኸበደ፣ ወይ መድሃኒት ቃንዛ እንተ ዘይትሓጊዝካ፣ ወይ ድማ ብሙቐት ፓድ ብምጥቃም እንተ ዘይትሓጊዝካ።
- ዘይጥዑም ጨና ዘለዎ ፈሳሲ ርሕሚ።

መሳርሒ ሴፕሲስ ኣብ ገጽ 50 ርአ።

መስመር ናይ ድሕሪ ክንክን ሓገዝ

ቴለፎን: 0333 016 0400

ቴለፎን: (01) 874 0097 (Eire)

ቅድሚ ዝወሃብ መጥባሕቲ ምኽሪ

ክርስዑ ዘይብሎም ነገራት

ቅድሚ ናብ ክሊኒክ ምእታውካ ነዞም መምርሒታት ምኽታል ኣገዳሲ እዩ፤ ከምኡ ዘይምግባርካ፡ ሕክምናኻ ይድንጉይ፡ ወይ ኣብ ገሊኡ ኣጋጣሚታት ይስረዝ ማለት ማለት እዩ።

ንኹሉ ምኽርታት ዝምልከትን፡ ብኣግኡ ሕክምናዊ ምንጻል ጥንሲን ብመጥባሕታዊ ምንጻል ጥንሲን፡ ነዞም ዝስዕቡ መምርሒታት ክትክተሉ ይግባእ፤

- ርቅቅ ዝበለን ፍኹስ ዝበለን ምቹእን ክዳን ተኸደን
- ዝኾነ ዝተኣዘዘ መድሃኒታት ወይ መተንፈሲታት(ኢንሄለር) ዝርዝር ሒዝካ ምጻእ
- ዝተኣዘዙ መድሃኒታት ትወስድ እንተኾንካ፣ ነዚኦም ከም ንቡር ምውሳድ ክትቅጽሎም ኣለካ
- እዞም ዝስዕቡ መድሃኒታት እንተተኣዚዞምኩም ርኸቡና፡ ኣስፕሪን፡ ዋርፋሪን ወይ ክሎፒዶግረል (ፕላቪክስ)
- ቀረብ ናይ ሳኒታይዘር ሽጎማኖ (ታምፖን ዘይኮነ) ሒዝኩም ክትመጹ ከድልየኩም እዩ

ንመጥባሕታዊ ምንጻል ጥንሲ ኣብ ትሕቲ ሓፈሻዊ መደንዘዚ ወይ ሕልናዊ ምሕንጋድ በጃኹም ነዞም ተወሳኺ መምርሒታት እውን ተኸተሉ፤

- ጽሩይ ፈሳሲ (ማይ) ቅድሚ መጥባሕቲ ክሳብ 2 ሰዓታት ጥራይ
- ቅድሚ መጥባሕቲ ን6 ሰዓታት ደረቕ መግቢ የለን
- ድሕሪ ሕክምና ን24 ሰዓታት ዝከናኸነካ ሰብ ከምዘለካ ኣረጋግጽ
- ቅድሚን ድሕሪን መጥባሕትኻ ን24 ሰዓታት ሽጋራ ከይትትክኽ ኣትሪርና ንመክር
- ድሬሲንግ ጋውንን ሽበጥን ሒዝኩም ምጹ

- ቅድሚ መጥባሕቲ በጃኹም ኩሉ ገጽን ኣካላትን ስቁሬን፡ መመላኽዕን ጽፍሪ ቨርኒሽን ምግባር ኣውጽኡ
- በጃኹም ቅድሚ ሕክምናኹም ኩሎም ኮንታክት ሌንስ ማለት ኢኩያለ ኣውጽኡ
- ቅድሚ መጥባሕትኻ ኣብ ውሽጢ 48 ሰዓታት እንተሓሚምካ፡ ዳግማይ ክትሕዝ ስለዘድልየካ፡ በጃኻ ምስተ ክሊኒክ ተወከስ ንኻልእ ቆጸራ።

መስመር ናይ ድሕሪ ክንክን ሓገዝ
ቴለፎን: 0333 016 0400
ቴለፎን: (01) 874 0097 (Eire)

ብኣግኡ ሕክምናዊ ምንጻል ጥንሲ & መጥባሕታዊ ምንጻል ጥንሲ ድሕሪ ክንክን

ድሕሪ ምንጻል ጥንሲ፡ እትገብሮ ነገራት፤

- ✔ ንቃንዛ ዝሕግዙ ከም ኢቡፕሮፈን ወይ ፓራሲታሞል ዝኣመሰሉ መቑነሲ ቃንዛ ውሰዱ
- ✔ ምፍሳስ ደም ክሳብ ዝቋረጽ ኣብ ክንዲ ታምፖን፣ ናይ ጽሬት መንጸፍ ወይ ፓድ ተጠቐም (በዚ መገዲ ድማ ምጉዳል ደምካ ክትከታተል ትኽእል)
- ✔ ድልውነት ምስ ተሰምዓካ ቀልጢፍካ ጾታዊ ርክብ ግበር፡ መብዛሕትኡ ግዜ ድሕሪ ምንጻል ጥንሲ ብቕጽበት ፍርያም ስለ እትኸውን ዳግማይ ክትጠንሲ እንተዘይደሊኻ ግን መከላኸሊ ጥንሲ ተጠቐም
- ✔ **መብዛሕትኡ ግዜ ምቹእነት ምስ ተሰምዓካ ብቕልጡፍ ናብ ንቡር ንጥፈታት ክትምለስ ትኽእል ኢኻ፡ ንኣብነት ምሕጻብ ወይ ሻወር ምግባር፡ ታምፖን ምጥቃም፡ ምውስዋስ ኣካላት (ምሕንባስ ሓዊስካ) ከምኡ'ውን ከብደት ምልዓል።** (nhs.uk, 2022)

! ኣዝዩ ከቢድ ምፍሳስ ደም እንተ ኣጋጢሙካ (ኣብ ገጽ 25 ውሕጅ ምስሊ 5 ርአ) ጽቡቕ እንተዘይተሰሚዑካ ናብ 999 ደውል

ቴለፎን ደውሉልና እንተድኣ፤

- ! ኣብ ሰዓት ክልተ ወይ ካብኡ ንላዕሊ ግዝፊ ዘለዎ ሽጎማት፣ ን2 ሰዓታት ብተኸታታሊ ትኽእል (ገጽ 25 ተወከስ ንመጠንን ዓይነትን መድመይቲ ብዝምልከት ምኽሪ ተመልከት)
- ! ዘይተለምደ፡ ደስ ዘይብል ጨና ዘለዎ ፈሳሲ ርሕሚ ምምዕባል
- ! ድሕሪ 24 ሰዓታት ሰዓል ወይ ጉንፋዕ ዝመስል ምልክታት ከማዕብል
- ! ዝገደደ ቃንዛ ምምዕባል፣ እንተላይ ነቲ ዘይተመርመረ ካብ ማህጸን ወጻኢ ዝኾነ ጥንሲ ከመልክት ዝኽእል (ንኣብነት ቃንዛ ታሕተዋይ ክፋል ከብዲ ብሓደ ወገን እንተኾይኑ፣ ኣብ ትሕቲ መሰንገለ ወይ ክሳብ መናኹብ ዝድይብ እንተኾይኑ)።
- ! ድሕሪ ሚሶፕሮስቶል ንሕክምናዊ ምንጻል ጥንሲ ምውሳድ ኣብ ዝቕጽሉ 24 ሰዓታት ምፍሳስ ደም እንተዘየለን ወይ ኣብ ሳኒታሪ መንጸፍ ውሽጣዊ ክዳን ምልክት ወይ ደም ምስዝረኣይ
- ! 1 ሰሙን ድሕሪ ምንጻል ጥንሲ ገና ጥንሲ ከምዘለኪ ይስመዓኪ

(RCOG, 2022)

ስጋዊ ርክብ

ድሉውነት ምስ ተሰምዓካ ጥራይ ጾታዊ ርክብ ግበር፡ መብዛሕትኡ ግዜ ድሕሪ ምንጻል ጥንሲ ብቕጽበት ፍርያም ስለ እትኸውን ዳግማይ ክትጠንስ እንተዘይደሊኻ ግን መከላኸሊ ጥንሲ ተጠቐም (nhs.uk, 2022)

ብኽብረትካ ኣብ ገጽ 12 ንዘሎ ናይ መከላኸሊ ጥንሲ ኣማራጺታትካ ኣብ ግምት ኣእቱ።

ዘይምቾኡነትትን ምፍሳስን ጡብ

ቅድሚ ሕክምናኻ ናይ ጡብ ዘይምቹኡነት እንተ ኣጋጢሙኪ፣ምልክታት ቅድሚ ምዝሓሉ ከባቢ ሓደ ሰሙን ክወስድ ይኽእል። ድሕሪ 2 ሰሙን ገና ዘይምቾት ዘጋጥመኩም እንተሎ ኾይኑ፣ ብኽብረትኩም ናብ መስመር ድሕሪ ክንክን ተወከሱ።

ካብ ተጠቐምትና ጥንሰን ትሕቲ 12 ሰሙን ጥንሲ፣ዝፈስስ ኣጥባት ክህልወን ዘይተለምደ እዩ። ስክፍታ እንተሃልዩኩም ምኽሪ ንምርካብ ደውሉ። ኣጥባትኪ ቃንዛ ዘለወን፣ ውጥረት ዘለወን፣ ውዑይን ዝነድድ/ቀይሕ ቦታ እንተሃልይወን ረኽሲ ክህልወኪ ይኽእል እዩ። በጃኹም ምስ መስመር ድሕሪ ክንክን ወይ ናይ ገዛእ ርእስኹም ሓፈሻዊ ሓኪም ተወከሱ።

ሕማም/ረስኒ

ቅድሚ ሕክምናኻ ናይ ጡብ ዘይምቑኡነት እንተ ኣጋጢሙኪ፣ ምልክታት ቅድሚ ምዝሓሉ ከባቢ ሓደ ሰሙን ክወስድ ይኽእል። ብሰንኪ እቲ ዝወሰድካዮ መድሃኒት እውን ሕማም ክስምዓካ ይኽእል እዩ። ይኹን እምበር ድሕሪ 2 ሰሙን፣ ዝኾነ ምምሕያሽ እንተዘይተራእዩ፣ በጃኹም ናብ መስመር ድሕሪ ክንክን ተወከሱ።

መኪና ምዝዋር

ሓፈሻዊ መደንዘዚ መድሃኒት እንተተገይሩልካ ነይሩ፣ እንተወሓደ ን48 ሰዓታት ክትዝውር የብልካን። በጃኹም ምስ ናይ መድሕን ትካልኩም ተወከሱ። ኣብ ሓደጋ እንተ ኣጋጢሙካ ብኢንሹራንስካ ከይትሽፈን ትኽእል ኢኻ።

ካብ ዓዲ እንግሊዝ ወጻኢ ዝግበር ጉዕዞ/በዓላት

ኣሉታዊ ናይ ጥንሲ መርመራ ክሳብ ትገብሪ፣ 4 ሰሙን፣ ኣብ ዝኾነ ቦታ ንበዓል ክትከዲ ኣይግባእን። ናይ መገሻ መድሕን ትካልኩም፣ ንዝኾነ ዘጋጥመኩም ሕክምናዊ ጸገማት እንተዘይሓቢርኩምዎም፣ ክሸፍኖ ኣይክእልን እዩ። ብሰንኪ ሓደጋ ረኽሲ፣ ን4 ሰሙን ኣብ ባሕሪ ከይትሕንብሱ ትምከሩ።

ኣስተውዕል – መድሃኒት ምንጻል ጥንሲ ካብ ሃገር ወጻኢ ምውሳድ ዘይሕጋዊ እዩ።

ድሕሪ መጥባሕቲ ዘሎ ቸክኣብ ወይ ምፍታሽ

ድሕሪ 4 ሰሙን መርመራ ክትገብሩ ትምከሩ። እቲ መርመራ ኣብቲ ኣብ ከባቢኻ ዝርከብ ክሊኒክ መከላኸሊ ጥንሲን ጾታዊ ጥዕናን (CASH) ወይ ምስ ሓኪምካ ክኸውን ይኽእል።

መርመራ ጥንስኺ ምድጋም

እቲ ሕክምና ዕዉት ምዃኑ ንምርግጋጽ ድሕሪ 3 ሰሙን መርመራ ጥንሲ ክትደግሚ ኣለኪ። ኣብታ ንግሆ ዘሕለፍካዮ፣ ናይ መጀመርታ ሓድሽ ሽንቲ ምጥቃም ኣዝዩ ኣገዳሲ እዩ። እቲ ናይ ጥንሲ መርመራ ዕጥቂ ኣብ ድሕሪ ክንክን ዝዋሃበኪ ጥቕላልኪ ክህልው'ዩ። እቲ ውጽኢት ኣወንታዊ እንተኾይኑ፣ ብቕልጡፍ ናብ ክሊኒክ ወይ መስመር ድሕሪ ክንክን ክትራኸቡ ኣለኩም፣ እሞ ንሕና ድማ ድሓር ናይ ምክትታል ቆጸራ ክንገብር ኢና። ምክትታል ኣልትራሳውንድ ስካን እቲ ኣፖርሽን ማለት ምንጽል ጥንሲ ከም ዝፈሸለን፣ ገና ጥንስቲ ከም ዘለኪን እንተድኣ ኣርእዩ፡ ብመጥባሕቲ ኣፖርሺን ጥንሲ ክዳሎ ይኽእል እዩ። ምስቲ ዝወሰድካዮ መድሃኒት ዝተኣሳሰር ሓደጋታት ስለዘሎ፣ ነቲ ጥንሲ ክትቅጽል ኣይምከርን።

ብመገዲ መጥባሕቲ ምንጻል ጥንሲ እንተደኣ ተገይሩ፡ ናይ ጥንሲ ምርመራ ኣይክግበረልክን እዩ፣ ምኽንያቱ ናይ ዘይምዕዋት ዕድሉ ኣዝዩ ትሑት ስለዝኾነ። እንተኾነ ድሕሪ 2 ሳምንታት ምልክታት ጥንሲ እንተዘይጠፊኡ ን/ወይ ጥንስቲ ዝኾንኪ ኮይኑ እንተተሰሚዑኪ፡ ብ 0333 016 0400 ብምድዋል ናይ ድሕረ- ክንክን ምኽሪ ምሕታት ይከኣል።

ዝያዳ ኽትተኣማመኒ ምእንቲ፡ ናይ ጥንሲ ምርመራ ባዕልኺ ኽትገብሪዮ እንተወሲንኪ ድማ፡ ድሕሪ እቲ ምንጻል ድሕሪ 4 ሳምንታት ግዜ ኽትገብሪዮ ንምዕድ።

መስመር ናይ ድሕሪ ክንክን ሓገዝ

ቴለፎን: 0333 016 0400

ቴለፎን: (01) 874 0097 (Eire)

ጥንሲ ዘይተፈልጠ ቦታ (PUL) ከምኡ'ውን ካብ ማህጸን ወጻኢ ዝፍጠር ጥንሲ

ኣወንታዊ መርመራ ጥንሲ ማለት፣ ጥንስቲ ኣለኻ ማለት እዩ፣ ግን እቲ ጥንሲ ኣብ ፈለማዩ ግዜ እንተኾይኑ ብኣልትራሳውንድ ስካን ክትፈልጦ ኣጸጋሚ ክኸውን ይኽእል እዩ።

እዚ ኣዝዩ ልሙድ እዩ። ምኽንያቱ መርመራ ጥንሲ ኣወንታዊ ውጽኢት ንምርኣይ 10mIU/mL ደረጃ ሆርሞን ጥራይ ስለዘድልዮ። ብመንገዲ ከብዲ ዝግበር ስካን፣ ንጥንሲ ንምርካብ ከባቢ 1500mIU/mL ዝኸውን ደረጃ ሆርሞን የድልዮ። መሰርሒ ስካን ተጠቒምካ ዝርከብ ቀዲሙ ተተባህለ፣ ኣብ ከባቢ 4 ሰሙንን 6 መዓልትን ማለት ዳርጋ 5 ሰሙን እዩ። እቲ ጥንሲ ብስካን ክሳብ ዝፍለጥ ሕክምና ክወሃብ ኣይክእልን።

ኣብ ገለ ገለ ኣጋጣሚታት እቲ ጥንሲ ካብ ማህጸን ወጻኢ ብምኳኑ ብስካን ከይርከብ ይኽእል። እዚ ድማ “ኤክቶፒክ” ተባሂሉ ይፍለጥ። ካብ ማሕጸን ወጻኢ ዝፍጠር ካብ ማህጸን ወጻኢ ማለት “ኣብ ዘይቦትኡ” ማለት እዩ።

ካብ ማህጸን ወጻኢ ዝፍጠር ጥንሲ ኣብ ከባቢ 1 ካብ 100 ጥንሲ የጋጥም ስለዚ ኣዝዩ ሳሕቲ እዩ። እቲ ጥንሲ ንእሽቶ ኽም ምኳኑ መጠን፣ ብስካን ክርከብ ዝኽእል ተኽእሎ ኣይኮነን። ኩሉ ግዜ ግን ካብ ማህጸን ወጻኢ ዝኾነ ጥንሲ ኣለካ ኢልካ እንተሓሲብካ ናብ A&E ክትበጽሕ ይግባእ።

ካብ ማህጸን ወጻኢ ዝፍጠር ጥንሲ እንታይ ምልክታት ኣለዎ?

ምልክታት ኣብ ዝኾነ እዋን ካብ 4 ክሳብ 10 ሰሙን ጥንሲ ክረኣዩ ይኽእሉ።

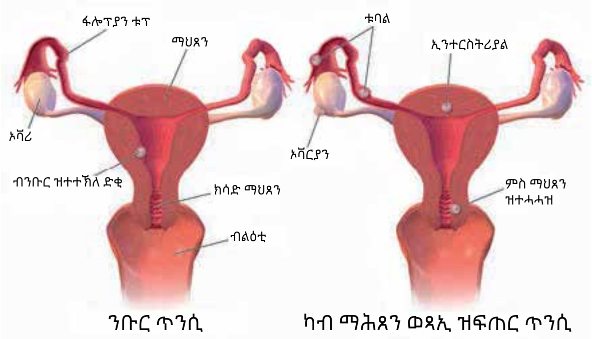
ምልክታት ሓደ ወይ ልዕሊኡ ካብዞም ዝስዕቡ የጠቓልል፡-

- ቃንዛ ኣብ ሓደ ወገን ታሕተዋይ ክፋል ከብዲ። እዚ ርሱን ቃንዛ ክኸውን ይኽእል፣ ወይ ድማ ቀስ ኢሉ ክምዕብል ይኽእል፣ ኣብ ውሽጢ ሓያሎ መዓልታት እናገደደ ክኸይድ ይኽእል። ከቢድ ክኸውን ይኽእል እዩ።
- ምፍሳስ ደም ርሕሚ ብዙሕ ግዜ የጋጥም ግን ኩሉ ግዜ ኣይኮነን። መብዛሕትኡ ግዜ ካብቲ ምስ ወርሓዊ ጽግያት ዝተኣሳሰር ምፍሳስ ደም ዝተፈልየ እዩ። ንኣብነት፡ እቲ ምፍሳስ ደም ካብቲ ንቡር ወርሓዊ ጽግያት ዝኸበደ ወይ ዝቐለለ ክኸውን ይኽእል። እቲ ደም ዝያዳ ጸሊም ክመስል ይኽእል እዩ። ይኹን እምበር፡ እቲ ምፍሳስ ደም ደንጉዩ ዝመጽእ ወርሓዊ ጽግያት እዩ ኢልካ ትሓስብ ትኸውን።
- ካልኦት ምልክታት ከም ተምላስ፡ ምሕንካስ ወይ ሽንቲ (ቀልቀል) ክተውጽእ ከለኻ ቃንዛ ምህላው ከጋጥሙ ይኽእሉ።
- ቃንዛ ጫፍ ሕቆ ከማዕብል ይኽእል። እዚ ድማ ገለ ደም ናብ ከብዲ ብምፍሳስ ንዳያፍራም (ንምትንፋስ ዝጥቀመሉ ጭዋዳ) ስለዘቖጥዖ እዩ።
- ከቢድ ቃንዛ ወይ "ዕጽፍ ኢልካ ምውዳቕ"። እዚ ምፍሳስ ደም ከቢድ ስለዝኾነ ናይ ህጹጽ ጉዳይ እዩ።
- ሓደ ሓደ ግዜ ናይ መጠንቀቕታ ምልክታት የለዉን (ከም ቃንዛ) ስለዚ ብሰንኪ ሃንደበታዊ ከቢድ ውሽጣዊ መድመይቲ ክትወድቕ ትኽእል፣ ሓደ ሓደ ግዜ እቲ ናይ መጀመርያ ምልክት ናይ ኢክቶይፕክ ጥንሲ እዩ።

ኣብ መንጎ 7-14 መዓልታት ዳግማይ ስካን ክትገብር እንተተመኺርካ፣ ግን ኣብ ውሽጢ እቲ ግዜ ዝኾነ ካብዞም ምልክታት እንተ ኣጋጢሙካ፡ ኣብ A&E **ግድን** ክትከይድ ኣለካ።

ካብ ማህጸን ወጻኢ ዝፍጠር ጥንሲ ኣበይ እዩ ዝምዕብል?

መብዛሕትኡ ካብ ማህጸን ወጻኢ ዝፍጸም ጥንሲ ዝፍጸም ዝተፈጥረ እንቋቑሖ ኣብ ውሽጣዊ ሽፋን ሻምብቆ ፋሎፒያን (ናይ ቱቦ ካብ ማህጸን ወጻኢ ዝኾነ ጥንሲ) ምስ ዝጣበቕ እዩ። ሳሕቲ ፡ ኣብ ካልእ ቦታታት ከም ኣብ ማህደር እንቋቑሖ ወይ ኣብ ውሽጢ ከብዲ (ታሚ) ናይ ኤክቶፕ ጥንሲ የጋጥም።



መስመር ናይ ድሕሪ ክንክን ሓገዝ
ቴለፎን: 0333 016 0400
ቴለፎን: (01) 874 0097 (Eire)

ቨነስ ትሮምቦኤምቦሊዝም (VTE)

ቨነስ ትሮምቦሲስ እንታይ እዩ?

ትሮምቦሲስ ኣብ ሰራውር ደም (ሰራውር ኣርተሪ ወይ ሻምብቆ ቨይን ደም) መርጋእቲ ደም እዩ። ቨነስ ትሮምቦሲስ ኣብ ናይ ቨይን ሰራውር ይፍጠር። ቨይን ሰራውር ደም ናብ ልብን ሳንቡእን ዝመልሱ ሰራውር ደም ክኾኑ እንከለዉ ሻምብቆታት ኣርተሪ ደም ድማ ነቲ ደም ይወስድዎ ካብ ልቢ።

ዲፕ ቨይን ትሮምቦሲስ (DVT) ኣብ ዓሚቕ ሰራውር እግሪ፡ ዳንጋ ወይ ሸኾና ዝፍጠር ምረጋእ ደም እዩ።

ስለምንታይ እየ ኣብ ሓደጋ ዘለኹ?

ጥንሲ ናይ ዲቪቲ ሓደጋኻ ይውስኽ። ይኹን እምበር፡ ቨነስ ትሮምቦሲስ ኣብ እዋን ጥንሲ ወይ ድሕሪ ሕርሲ ኣብተን ቀዳሞት 6 ሰሙናት ልሙድ ኣይኮነን፡ ካብ 1000 ደቂ ኣንስትዮ ኣብ 1-2 ጥራይ እዩ ዘጋጥም። DVT ኣብ ዝኾነ እዋን ኣብ እዋን ጥንስኺ ከጋጥም ይኽእል።

ንምንታይ DVT ዕቱብ ኮይኑ?

ቨነስ ትሮምቦሲስ ከቢድ ክኸውን ይኽእል እዩ።ምኽንያቱ እቲ ዕንኳር ደም ተበቲኹ፣ ኣብ ደም ክጓዓዝ ስለ ዝኽእል ሾው ናብ ካልእ ክፋል ኣካላት ከም ሳንቡእ ክሳብ ዝኣቱን። እዚ ድማ ፑልሞናሪ ኢምቦሊዝም (PE) ዝበሃል ኮይኑ፡ ንህይወት ኣብ ሓደጋ ከእቱ ይኽእል።

ምልክታት DVT ክኾኑ ይኽእሉ፤

- ሕበጥ ቅልጽም ወይ እግሪ
- ቃንዛ ወይ ምልሕላሕ ኣብ ዳንጋ
- ምውሳኽ ሙቐት ወይ ምቕያሕ ቅልጽም/እግሪ

ዝኾነ ካብዞም ምልክታት እንተ ኣጋጢሙካ፣ ብቕልጡፍ ሓገዝ ክትሓትት ይግባእ። Dvt ምምርማርን ምፍዋስን ነቲ ናይ ሳምቡእ ሻምብቆ ናይ ምትሓዝ ስግኣተ-ሓደጋ ይንክዮ (PE)።

ምልክታት ናይ PE ክኾኑ ይኽእሉ፤

- ኣዝዩ ዘይጥዑይ ስምዒት
- ሃንደበት ምኹርማይ
- ሃንደበታዊ መግለጺ ዘይብሉ ጸገም ምስትንፋስ
- ቃንዛ ኣፍልቢ/ኣብ ኣፍልቢ ምጽቃጥ
- ኣብ ምስዓል ደም ምፍሳስ

ንሓደጋ DVT/PE ዝውስኾ እንታይ እዩ?

ደም ናይ ምረጋግእ ተኽእሎኻ ይውስኽ እንተድኣ፤

- ዕድሚኦም ልዕሊ 35 ዓመት
- ልዕሊ 30 ዝኾነ ክብደት ኣካላት ኢንዴክስ (BMI) ዘለዎ
- ሓደ ሽጋራ ዘትክኽ
- ሰለስተ ወይ ልዕሊኡ ጥንሲ ኣጋጢምኪ ተኾይኑ
- ቅድሚ ሕጂ ቨነስ ትሮምቦሲስ ዝነበሮም/ናይ ስድራቤት ታሪኽ ቨነስ ትሮምቦሲስ ዘለዎም እንተኾይኑ።
- ከም ሕማም ልቢ፡ ሕማም ሳንቡእ ወይ ኣርትራይተስ ዝኣመሰለ ሕክምናዊ ኩነታት እንተሃሊካ
- ከቢድ ቫሪኮስ ቨይን ቃንዛ ዘለዎ ወይ ልዕሊ ብርኪ ምስ ምቕያሕ/ሕበጥ ምህላው
- ኣብ እዋን ጥንሲ ብሰንኪ ማይ ምውሓድ ዝነከየ ምንቅስቃስ ኣካላት ይኸውን፣ ንኣብነት ኣብ ጥንሲ ዝርአ ተምላስ
- ንነዊሕ እዋን ወይ ን4 ሰዓታት ወይ ልዕሊኡ (ብኣየር፡ መኪና ወይ ባቡር) ክትጓዓዝ ከለኻ ናይ ምሓውራ ምድራቅ ወይ ዘይምንቅስቃስ

ንናይ ቨይን ቶሮሞሲስ ኣብ ሓደጋ ዘእቱ ረቛሒ ከም ዘሎካ እንተ ተፈሊጡካ ፡ ብመጥባሕቲ እንተ ተሓጊዝካ ፡ ቀጢን መርፍእ ደም ክንውግኦን ክንጨብጦን ኢና።

መስመር ናይ ድሕሪ ክንክን ሓገዝ
ቴለፎን: 0333 016 0400
ቴለፎን: (01) 874 0097 (Eire)

ሓበሬታ ሰፕሲስ ንዓማዊልን ኣለይትን

ሰብሲስ እንታይ እዩ?

ሴፕሲስ ንህይወት ኣብ ሓደጋ ዘእቱ ኩነታት ኮይኑ፡ ኣካላትና ንናይ ገዛእ ርእሱ ቲሹታትን ኣካላትን ዝጎድእ፣ ረኽሲ ዝህቦ ምላሽ ኮይኑ ዝፍጠር እዩ። እቲ ረኽሲ ብንኡስ-ታህዋስያን ወይ ብ "ጀርምስ" (መብዛሕትኡ ግዜ ባክተርያ) ናይ ሰውነት ብምውራር ዝመጽእ ኮይኑ፣ ኣብ ሓደ ፍሉይ ናይ ሰውነት ዞባ ጥራይ ክድረት ይኽእል (ንኣብነት ሙግሊ ስኒ)፣ ወይ ኣብ ሰራውር ደም ኣስፋሕፊሑ ይርከብ (መብዛሕትኡ ግዜ "ሰፕቲቸሚያ" ወይ "ምምራዝ ደም" ተባሂሉ ይጽዋእ)።

ሴፕሲስ ልክዕ ከም ወቕዒ ልብን ወይ ወቕዒን ሕክምናዊ ህጹጽ ኩነታት እዩ። ሴፕሲስ ዘለዎም ሕሙማት፣ ካብቶም ወቕዒ ልቢ ወይ ወቕዒ ዘለዎም ሕሙማት፣ ክሳብ ሓሙሽተ ዕጽፊ ዝበዝሐ ናይ ሞት ተኽእሎ ኣለዎም። ብኣጋኡ እንተ ተታሒዙ ፡ መብዛሕትኦም ሕሙማት ጽቡቕ ናይ ምሕዋይ ዕድል ክህልዎም ይኽእል እዩ። ይኹን እምበር፡ ሕክምና ንምርካብ ቀልጢፍካ ምኻድ፣ ኽትደናጎ የብልካን። ብፍላይ ድማ ኣቐዲምካ እንተዘይተፈሊጥካ፣ እሞ ቀልጢፍካ ሕክምና እንተዘይተገይርሉ፣ ብዙሕ ሰብ ናብ ዘሰንብድን፣ ናይ ውሽጣዊ ኣካላት ውድቀት ዝመርሕን ናብ ሞት ከብጽሕ ይኽእል እዩ። ቅልጡፍ ምርመራን ምሕደራን ሕሙማት ሴፕሲስ፣ ንዕዉት ሕክምና ኣዝዩ ኣገዳሲ እዩ።

ስለምንታይ እየ ኣብ ሓደጋ ዘለኹ?

ነፍሲ ወከፍ ሰብ ካብ ደቀቕቲ ረኽሲታት (ከም "ጉንፋዕ" ፡ ረኽሲ ስርዓት ሽንቲ ፡ ረኽሲ ጋስትሮነቲስ ፡ ረኽሲ ስርዓት ምስትንፋስ ወዘተ) ፡ ሰብሲስ ከማዕብል ተኽእሎ ኣለዎ። ብእዋኑ እንተዘይተለሊዩን እንተዘይተሓኪሙን። ቅድሚ ወይ ድሕሪ ሕክምናኻ ዝኾነ ምልክታት (ኣብ ታሕቲ ርአ) እንተሃልዩካ ብቕልጡፍ ኣፍልጠና።

ምልክታት ሰብሲስ

መብዛሕትኡ ግዜ ምልክታት ሴፕሲስ ብቕልጡፍ ዝምዕብሉ ኮይኖም፤

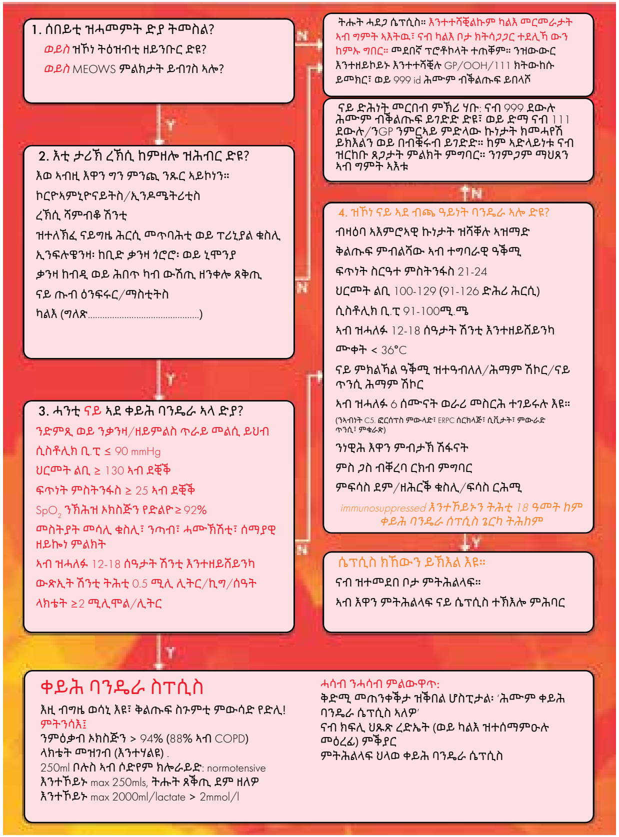
- ልዑል ምንቅጥቃጥን ቃንዛ ጭዋዳታትን።
- ለውጢ ኣብ ፈሳሲ ርሕሚን/ወይ ዘይስሩዕ ምፍሳስ ደም ርሕሚ ወይ ብዘይ ቃንዛ ታሕተዋይ ክፋል ከብዲ/ሕቖ።
- ለውጢ ኣብ ፈሳሲ ርሕሚን/ወይ ዘይስሩዕ ምፍሳስ ደም ርሕሚ ምስ ወይ ብዘይ ቃንዛ ታሕተዋይ ክፋል ከብዲ/ሕቖ።
- ብሰንኪ ትሑት ጸቕጢ ደም ፡ ደው ምባልካ ጽርውርው ክብለካ ይኽእል።
- ከም ምድንጋር ወይ ዘይምጽዋር ዝኣመሰለ ኣእምሮኣዊ ንቕሓት ምቕያር።
- ዝሑል፣ ቅጥን ዝበለን/ወይ ንጣብ/ፍሕሽውን ቆርበት።

ኣብተን ናይ መጀመርያ 6 ሰሙናት ምቁራጽ ጥንሲ ገለ ካብዞም ምልክታት ምስ ዝህልወኩም ፡ ን24 ሰዓታት ናይ ሓገዝ ቑጽሪ ፡ ናብ ጂ.ፒ. ወይ ከኣ ናብ ህጹጽ ኣገልግሎት ኢመርጀንሲ ደውሉ።

ሕክምና

- ነቲ ረኽሲ ንምፍዋስ ዝውሰድ ጸረ-ነፍሳት መድሃኒታት። እዚ ድማ ከከም ጽንኩርነት ናይቲ ረኽሲ ኣብ ገዛ ወይ ኣብ ሆስፒታል ክኸውን ይኽእል።
- ምቁጽጻር ምንጪ – እዚ ማለት ነቲ ምንጪ ረኽሲ፡ ከም ዕንፍሩር ወይ ዝተለኽፈ ቁስሊ ንምሕካም ማለት እዩ።
- ፈሳሲታት - ብመንገዲ ውሽጢ ሰራውር ደም ዝኣቱ ካቴተር (እቲ "ንጣብ") ኣድላዪ ክኸውን ይኽእል እዩ።
- ኦክስጅን - ኣገደስቲ ኣካላት ብከም ምስትንፋስን/ወይ ጸቕጢ ደምን ዝኣመሰሉ ሰብሲስ እንድሕር ተጸልዮም ፡ ናብ'ቲ ጽዑቕ ክንክን ኣሃዱ (ICU) ናይ ኣካል ደገፍ ፡ ከም ኣርተፊሻል መተንፈሲ ሳንቡእ (እስትንፋስ ማሽን) ፡ ደገፍ

ኩሊት (ኩሊት ማሽን) ወዘተ ክኣትዉ ከድልዮም ይኽእል፣ እቲ ረኽሲ እንዳተሓከመ ከሎ።



ጸረ-ዲ መርፍእ ምውሳድ (ንልዕሊ 10 ሰሙን ዝኸደ ጥንሲ ጥራይ)

ረቛሒ ደም ሪሰስ (Rh) ኣብ ጉጅለ ደም ናይቲ ዝበዝሕ ህዝቢ ይርከብ። ኣስታት 85% Rh ፖዚቲቭ ኮይኖም ዝተረፉ ድማ Rh ኔጋቲቭ እዮም።

እታ Rh ነጋቲቭ ዝኾነት ኣደ እንተጠኒሳ ኣቦ ናይቲ ቆልዓ Rh ፖዘቲቭ እንተኾይኑ ድማ እቲ ህጻን Rh ፖዘቲቭ ክኸውን ሓያል ተኽእሎ ኣሎ። (ኣብዚ ደረጃ እዚ ናይቲ ህጻን Rh ፋክተር ክንፈልጥ ኣይንኽእልን ኢና)።

እቶም Rh ፖዚቲቭ ዝበሃሉ ዋህዮታት ካብቲ ህጻን ናብ ደም እታ ኣደ እንተኣትዮ፡ ልክዕ ኣካላታ ምስ ረኽሲ ከም ዝቃለስ ነዘም በዕዳውያን Rh ፖዚቲቭ ዝኾኑ ዋህዮታት ደም ንምጥቃዕን ንምጥፋእን ጸረ-ኣካላት (Anti D) ዝበሃሉ ፍሉያት ዋህዮታት የፍርዩ።

ከምዚኦም ዝበሉ ጸረ-ኣካላት ክምዕብሉ ምስ ተፈቒደሎም፡ ንመጻኢ ጥንስስን ምናልባት እውን ንህይወት ኣብ ደም እታ ኣደ ክጸንሑ ይኽእሉ እዮም።

Rh ፖዚቲቭ ዝኾኑ ዋህዮታት ደም ብብዙሕ መንገዲ ናብ ደም እታ ኣደ ክኣትዉ ይኽእሉ እዮም፤

- ኣብ እዋን ንቡር ሕርሲ ህጻን
- ድሕሪ ምውራድ ጥንሲ
- ብሰንኪ ዘይቅኑዕ ምትሕልላፍ ደም

መርመራ ደምኺ Rh ነጋቲቭ ምኳንኪ እንተድኣ ኣርእዩን፣ ጥንስኺ 10 ሰሙንን ልዕሊኡን እንተኾይኑ ድሕሪ መጥባሕትኺ Anti D መርፍእ ይወሃበኪ። እዚ ድማ ንዝኾነ ናብ ደምካ ኣትዩ ክኸውን ዝኽእል Rh ፖዘቲቭ ዋህዮታት ደም ከጥፍእ እዩ። እዚ ድማ ናይ ባዕልኺ Anti D ከይምዕብል ይከላኸልን፣ ኣብ ዝኾነ ዝመጽእ ጥንሲ ጸገም ከይፍጠርን ይሕግዝ።

Rh ነጋቲብ ምኳን ካብ መጠን ንላዕሊ ምጨናቕ ኣየድልን። ቅድሚ ሕጂ ቆልዑ ወሊድኪ እንተኾይንኪ፣ ድሕሪ ሕርሲ ድሮ Anti D ተዋሂቡኪ ክትኮኒ ትኽእሊ ኢኺ። እዚ ናይ መጀመርታ ጥንስኺ እንተኾይኑ ምጨናቕ ኣየድልን። ኩለን Rh ነጋቲብ ዘለወን ደቂ ኣንስትዮ፣ ኣብ እዋን ጥንሲ ኣብ ሆስፒታል ቅድሚ ሕርሲ ዝርከባ ክሊኒካት ብቖጻሊ ይምርመራን ደም ናይቲ ህጻን እውን ይምርመርን። እቲ ህጻን Rh ነጋቲብ እንተኾይኑ Anti D መርፍእ ኣየድልን እዩ።

ዝኾነ ዝመጽእ ጥንሲ ናይ ግድን Rh ፖዘቲብ ክኸውን እዩ ማለት ግን ኣይኮነን። እዚ ዝምልከቶ መጻምድትኻ Rh ፖዘቲብ ምስ ዝኸውን ጥራይ እዩ።

ድሕሪ ምቁራጽ ጥንሲ ወይ ምውራድ ጥንሲ ጸረ ዲ መርፍእ ምሃብ ኣገዳሲ እዩ፣ ምኽንያቱ ጉጅለ ደም ናይቲ ህጻን ስለዘይፍለጥ። ጸረ ዲ ድሕሪ ጥንሲ ኣብ ጉጅለ ደም እቲ ህጻን ተሞርኪስካ ክወሃብ ይኽእል። ኩሉ ግዜ ምስ ሓኪምካ ተዘራረብ።

መስመር ናይ ድሕሪ ክንክን ሓገዝ
ቴለፎን: 0333 016 0400
ቴለፎን: (01) 874 0097 (Eire)

ቡዙሕ ግዜ ዝለዓሉ ሕቶታት

ሓሳበይ እንተ ቀይረ'ኸ፧

ብዛዕባ ውሳነኻ ርግጸኛ ዘይኮንካ ኮይኑ እንተተሰሚዑካ፡ በጃኻ ኣይትጨነቕ። ክሳብ ሕክምና ዝጅምረሉ ደረጃ ሓሳብኪ ክትቅይር ትኽእል ኢኺ። ብዝኾነ ምኽንያት ውሳነኻ ንምውሳን፣ ተወሳኺ ግዜ ዘድልየካ ኮይኑ እንተተሰሚዑካ ንገረና። ምስ ኣማኻሪ ምዝርራብ ምጠቐምካ ዝብል ስምዒት እንተሃልዩካ፣ ነዚ ከነዳልወልካ ንኽእል ኢና።

ምንጻል ጥንሲ ኣብ መጻኢ ካብ ጥንሲ ደው ከብለኒ ይኽእል ድዩ?

ምንጻል ጥንሲ ንዓቕሚ ጥንሲ ክጸልዎ የብሉን። ግደ ሓቂ፡ ፍርያምነትኪ ብቕጽበት ናብ ንቡር ክምለስ ስለ ዝኽእል፡ መከላኸሊ ጥንሲ ተጠቂምኪ ዳግማይ ከይትጠንሲ ኣዝዩ ኣገዳሲ እዩ።

ምንጻል ጥንሲ ክንደይ ይኸውን?

ኣብ ዓዲ እንግሊዝ፡ ዌልስን ሰሜን ኣየርላንድን ትነብር እንተኾንካ፣ መብዛሕትኡ ምንጻል ጥንሲ ምሉእ ብምሉእ ብNHS ዝምወል እዩ። ንምውላ ብቑዓት እንተኾይንኩም ንምፍላጥ ትቅመጥሉ ከባቢ ዝርዝርን ናይ GPን ሒዝኩም ደውሉልና። ካብ ዓዲ እንግሊዝን ዌልስን ወጻኢ ትነብር እንተኾንካ፣ ሽዑ ነቲ ሕክምና ክትከፍል ክትግደድ ኢኻ።

እዋናዊ ዋጋታት ንምርካብ ኣብ መርበብ ሓበሬታና ተወከሱ **www.nupas.co.uk**

ኣብታ መዓልቲ ሰብ ምሳይ ሒዘ ክመጽእ ይኽእል ድየ?

እወ፤ ናይ ሓደ እትፈትዎ ሰብ ወይ ናይ ዓርክኻ ደገፍ ምህላው፣ ኣብታ መዓልቲ ከም ዝሕግዘካ ይኽእል ኢዩ። ንገለ ክፋላት ናይቲ ምምምኽኻር ከሰንዩኻ ክኽእሉ እዮም፡ ኣብ ካልእ ክፋላት ግን ባዕልኻ ክትከውን ከድልየካ እዩ። ናትካ ሕክምና እናገበረካ፣ ንሳቶም ናብቲ ቲቪ ክዕዘቡሉ ዝኽእሉ መጸበዪ ክፍሊ ይምርሑ። ትሕቲ 16 ዓመት እንተኾይንኩምን ኣብ ምሉእ ሕክምና ክትዕጀቡ ምስ እትደልዩን፡ብኽብረተኩም ንሓደ ኣባል ጋንታና ኣፍልጡ።

ተረፍ ጥንሲ

ድሕሪ ምንጻል ጥንሲ ዝተረፈ ቲሹ እንታይ ይኸውን?

ብዛዕባ ምውጋድ ናይቲ ዕሸል ፍሉይ ትምኒት ዘይክህልወካ ይኽእል እዩ። ኣብ ከምዚ ኩነታት ድማ ብጥንቃቀ ኣገባብ ክነወግዶም ኢና። መብዛሕትኡ ግዜ ቅድሚ ንኽቃጸል ምልኣኽና፣ ካብ ክሊኒካዊ ጎሓፍ ፈሊና ኢና ነቲ ተረፍ መረፍ ንእክብን ንዕቅቦን። መምርሒ በዓል መዚ ቲሹ ሰብ ኣብዚ ክትዕዘቡ ትኽእሉ ኢኹም **http://www.hta.gov.uk/sites/default/files/Guidance_on_the_disposal_of_pregnancy_ remains.pdf**

ከከምቲ ዝገበርካዮ ዓይነት ሕክምና፣ ነቲ ሬሳ ክትወስዶን ባዕልኻ ምድላዋት ክትገብረሉ ትኽእል። እዚ ድማ ናይ ብሕቲ ኣገልግሎት ምድላው፣ ቀብሪ ወይ ምሕራር ከጠቓልል ይኽእል። ተረፍ መረፍ ክትወስዱ ምስ እትደልዩ፡ ኣብ ዘይግሉጽ (ብእኡ ኣቢልኩም ክትረኡ ኣይትኽእሉን) ማይ ዘይኣትዎን መትሓዚ ከነቐምጦም ኢና። ብድሕሪኡ ምስ ሓደ ዳይረክተር ቀብሪ ከነራኽበኩም ንኽእል ኢና። ንሱ ድማ ብዛዕባ ውልቃዊ ድሌታትኩም ክዛተ ይኽእል።

ንኣሽቱ ቆልዑ ኣለውኒ፤ ምሳይ ከምጽኦም ይኽእል ድየ?

እቲ ዘሕዝን ግን ኣብ ክሊኒካት ህጻናት ኣይንፈቅድን ኢና። ስለዚ ንመዓልቲ ቆጸራኻ ውላድካ ኣበይ ትገድፎ ከተዳልዉ ኣለኩም። ከምኡ ዘይምግባር ማለት ቆጸራኻ ወይ ሕክምናኻ ዳግማይ ክትሕዝ ኣለካ ማለት ክኸውን ይኽእል።

ኣተሓሕዛ ሕክምናይ ምስጢራዊ ክኸውን ድዩ?

ፍቓድኩም እንተዘይሃልዩና ዝርዝር ሓበሬታኹም ንዝኾነ ሰብ ኣይንገልጽን ኢና። ኩሉ ግዜ ምስጢራትኩምን ክብርኹምን ከነኽብር ኢና። ኩሉ ምኽርን ሕክምናን ምሉእ ብምሉእ ምስጢራዊ እዩ። ይኹን እምበር ፡ ንስኻ ኣብ ሓደጋ ከም ዘለኻ ወይ ከም እተዓመጽካ ኰይኑ እንተ ተሰሚዑና ፡ ነቶም ኣብ ከባቢና ዘለዉ ሓለዋ ዝግበረሎም ጒጅለ ኽንሕብሮም ንግደድ ኢና። እዚ ንድሕነትካ እዩ።

ሓበሬታይ ብኸመይ ይጥቀመሉ?

ዝተወሰነ ዳታ ናብ ክፍሊ ጥዕና (ዋና ሕክምናዊ ሓላፊ) ክንሰድድ ብሕጊ ግዴታ ኣለና። ማለት፡- ዕድመ፡ ዘባ፡ ብዝሒ ጥንስን ጀስተሽን ዝምልከት ምኽኒኑ ይግለጽ። እቲ ናይ HSA4 ቅጥዒ ናብ ክፍሊ ጥዕና ዝለኣኽ ኮይኑ ናይ ምንጻል ጥንሲ መፍለጢ ቅጥዒ እዩ። ትሕዝቶ ናይቲ ሕጋዊ HSA4 ቅጥዒ ንCMO ብዛዕባ ምንጻል ጥንሲ ንምሕባር ዝውዕል ኮይኑ፣ ብክፍሊ ጥዕና ንስታቲስቲካዊ ዕላማታት ክውዕል እዩ። ዝኾነ ይኹን ውልቃዊ ዝርዝር ሓበሬታኻ ኣይክሕተምን እዩ፡ ካብቲ ናብ ክፍሊ ጥዕና ዝቐረበ መረዳእታ ድማ መንነትካ ምፍላጥ ኣይከኣልን እዩ።

ዝኾነ ይኹን ውልቃዊ ዝርዝር ሓበሬታኻ ኣይክሕተምን እዩ፡ ካብቲ ናብ ክፍሊ ጥዕና ዝቐረበ መረዳእታ ድማ መንነትካ ምፍላጥ ኣይከኣልን እዩ።

ግብረ መልሲን ጥርዓናትን

ክንክንኩምን ምቾትኩምን ንዓና ኣዝዩ ኣገዳሲ ስለዝኾነ፣ ነፍሲ ወከፍ ደረጃ ክንክንኩም ብዝለዓለ ደረጃ ንኽበጽሕ ኣበርቲዕና ንሰርሕ። ኩሉ ዝወሃበና ግብረ መልሲ ብሓጎስ ንቕበሎ ስለዚ ድማ፡ ኣብ መወዳእታ ሕክምናኹም ዝወሃበኩም ናይ ግብረ መልሲ ቅጥዒ ምስ ብዛዕባ ኣገልግሎትና ዘለኩም ሓሳባት ብምምላእ፡ ምምሕያሻት ክንቅጽል ክትሕግዙና ኢኹም።

ብወግዒ ርእይቶ ክትህቡና ወይ ጥርዓን ከተልዕሉ እትደልዩሉ እዋን ክህሉ ከም ዝኽእል ንርዳእ ኢና። ብዝኾነ መዳይ ኣገልግሎትና ዘይዕጉባት እንተኾይንኩምን ጥርዓን ከተቕርቡ ምስ እትደልዩን፡ ብኽብረትኩም፤

- ምስ ኣባል ሰራሕተኛታት ወይ ሓላፊ ክሊኒክ ተዘራረቡ ወይ

ኢመይል ናብዚ ላኣኹ: **enquiries@nupas.co.uk**

ንሓደ ጥርዓን ንምርመራን ንምምላስን ዝወሃብ ግዜ ኣብ ባህርያቱን ዝተሓላለኸነቱን ዝምርኮስ እዩ። ጥርዓን ምስ በጽሓካ፡ በቲ መርማሪ ሓላፊ ክትራኸብ ኢኻ፡ ንሱ ድማ ምሳኻ ናይ ግዜ ገደብ ክሰማማዕ እዩ። እዚ ድማ መልስታት ኣብ እዋኑን ምስቲ ዝለዓሉ ሕቶታት ዝመጣጠንን፣ ከምኡ'ውን ምስ ድሌት ጥርዓን ዘቕረበ ሰብ ዝሰማማዕን ምዃኑ ንምርግጋጽ እዩ።

ጠቓምቲ መራኸቢ ኣድራሻታት

ሃገራዊ ኣገልግሎት ምኽሪ ዘይተደለየ ጥንሲ (NUPAS)ክሊኒክ

ኣብ ዙርያ ጥንሲ፣ መከላኸሊ ጥንሲን ጾታዊ ጥዕናን ንዝግበር ምርጫታት ምድጋፍ። መስመር ሓገዝ: 0333 004 6666

ዌብሳይት: **www.nupas.co.uk**

NHS ኣማራጺታት

ሓበሬታ ብዛዕባ ጾታዊ ጥዕናን ኣገልግሎት ጾታዊ ጥዕና ከባቢን።

ዌብሳይት: **www.nhs.uk**

ጾታዊ ርክብ፡ ክትዘረበሉ ዝግባእ ጉዳይ

ሓበሬታ ጾታዊ ጥዕና ንመንእሰያት።

መስመር ሓገዝ: 0300 123 2930

ዌብሳይት: **www.nhs.uk/worthtalkingabout**

ብሩክ

ንትሕቲ 25 ዓመት ዝዕድሚኦም መንእሰያት ብነጻን ምስጢራውን ምኽሪ ጾታዊ ጥዕናን መከላኸሊ ጥንስን።

ዌብሳይት: **www.brook.org.uk**

ማሕበር ውጥን ስድራቤት

ጾታዊ ጥዕናዊ ሓበሬታን ምኽርን ብዛዕባ መከላኸሊ ጥንሲ፡ ብጾታዊ ርክብ ዝመሓላለፉ ረኽሲታት፡ ምርጫታት ጥንሲ፡ ምንጻል ጥንሲን ምውጣን ጥንስን ዝምልከት እዩ።

ውብሳይት: **www.fpa.org.uk**

ዘቤታዊ ዓመጽ

ንግዳያት ኩሉ ዓይነት ዘቤታዊ ጐነጽ ሓገዝን ደገፍን ምሃብ። መስመር ሓገዝ: 0808 168 9111

ዊብሳይት: **www.victimsupport.org.uk/domestic/abuse**

መዝገብ

መዝገብ

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

ዝርዝር ቆጸራ

1ይ ቆጸራ

መዓልቲ: ....

ዕለት: ....

ግዜ: ....

2ይ ቆጸራ

መዓልቲ: ....

ዕለት: ....

ግዜ: ....

ጽማቕ ሕክምና ዓማዊል

ሕክምና	ዕለት	ግዜ	ርእይቶ
1ይ ደረጃ ዝውሰድ መድሃኒት (ማይፈፕሪስቶን)			
2ይ ደረጃ ዝተወስደ መድሃኒት (4 ሚሶፕሮስቶል መድሃኒት)			
ድሕሪ 4 ሰዓታት ምፍሳስ ደም እንተዘይተራእዩ 2 ተወሰኺ ሚሶፕሮስቶል ውሰዲ			
ንቃንዛ ዝውሰዱ መድሃኒታት		ኣስማት መድሃኒታት፤	

ዓይነት ምፍሳስ ደም			
ውጽኢት መርመራ ጥንሲ ድሕሪ 3 ሰሙን ሕክምና			ውጽኢት፤
ዝኾነ ጸገም			
NUPAS ናይ ክሊኒክ ዝገበረ ርክብ መዝገብ			