

## መቅደርያ ተኸሉ ደርሆ ንምድላው ዚሕገዝ ወረቐት

### ንደርሆብውጽኢታዊ መገዲ ንምጽራይ ጽሬት ኣድላዩ ኢዩ

- ነቲ ኸሸነ እንተላይ ባይታ ምድጃ ኮፕ ከምኡውን ጫፍ ኩተር ኣጸቢቕካ ኣጽርዮ። ውሽጥን ወጻእን እቲ መሕጸቢ ኣቕሑ ኣጽርዮ። ነቲ መዝሓሊትን ምድጃን ኣውጺእካ ብድሕሪኡ ኣጽርዮ ኣብ ትሕቲኡ ድማ ኣጽርዮ። ኩሉ ጽሬት ቅድሚ ሕክምናና ኺግበር ኣለዎ ። ጽሬት ምግቢ ወይ ቅብኢ ምእንቲ ኸይተርፍ ፈውሲ ቕብኢ ዩደሊ ።
- ኩሉ ነገር ካብቲ ኣብ ክሸነ ዘሎ ኩብሒ ኸኡ ኸካብቲ ኣብ ላዕሊ ኸኡ ኣብ ታሕቲ ዘሎ መሕጸቢ ነብስን ኣብ ውሽጢ እቲ መቐመጫታትን ክውገድ ኣለዎ። መቅደርያ ኸይገረ ኣለዎ። ነቲ ካርቶናት ኣብ ውሽጥን ወጻእን ሕጸቦ ጠሊ ብዝመልኦ መቅደርያ ኣጽርዮ ፈውሲ ድማ ኣጽርዮ። ነቲ መሕጸቢ ነብስን ነቲ መጻረዩን ኣጸቢቕካ ኣጽርዮ። ኣቕሑ ኣብ ሰደቓ ኸሸነ ወይ ኣብ ዓራት/መንበር ኪቐመጥ ይከላል እዩ፤ በዚ ድማ ጋዜጣ ወይ ወረቐት ኪሸፈን ኣለዎ።
- ሸቓቕን መሕጸቢ ነብስን ኪጸረ ኣለዎ። ኣብ ውሽጥን ወጻእን ካብናታት ሕጸብ ብጠሊ ዘለዎ መቐመጫ ኣጽርዮ ነቲ መሕጸቢ ጋብላን ሸቓቕን ኣብ ውሽጥን ወጻእን ኣጽርዮ። ባይታ ሸቓቕ ሕጸብ ።
- ንኸሉ ጎሓፍ ኣልዒልካ ውሽጥን ወጻእን ካብ ቤትካ ኣውጽኣዮ
- ኩሉ ምንጽፋታት

ድሕረ ሕክምና

- ምሉእ ብምሉእ ተሓጽብ (ብሰሙናን ብማይን) ንኸሉ እቲ ዚበላዕ ምግብ እንተላይ ነቲ ሰደቓን ንባንዲራ ጣውላን እተቐልዐ ምግብን እተቐልዐ ኣቕሑ ብሩርን እተቐልዐ እዩ ነይሩ ። እተሓከመ ገጽ ኣይትሕጽብ።
- ኣብ ትሕቲ ቕጽጽር ደርሆ ጽሬት ኣዝዩ ኣገዳሲ እዩ። ከም እኒ ፓፕ ካናላ ወይ መትሓዚ ጸባ ዝኣመሰለ ጥርሑ መስተ ኣብ ውሽጢ ቤትካ ኣይትሕደጎ። ኣብ ትሕቲ እቶንን ብድሕሪ እቲ መዝሓሊትን ዘሎ ኸባቢ ኣጽርዮ። ኣብቲ ደርሆ ዚምግበሉ ወይ ዚሕብኣሉ ኸባቢ ምግብን ጎራጎራን ኪእኩብ ኣይተፍቅድ። ምግብ እንስሳታት ኣብ እተሓትመ መትሓዚ ኪኸዘን ኣለዎ ዘይተበልዐ ምግብ እንስሳታት ድማ ኣብ ጭሑሎኦም ኣይትሕደጎ። ምግብ ኣብ ምድጃ ባንኮ ወይ ኣብ መሐንበሲ ኣይትሕደጎ።
- ድሕሪ እቲ ሕክምና ንእተወሰነ መጻልታት ደርሆ ምርኣይ ንቡር እዩ ። ኣብቲ ኺብጻሕ ዘይከኣል ቦታታት ተሓቢኦም ዝነበሩ ደርሆታት ምስ እተሓከመ ነገራት ንኺረኽቡ እተወሰነ መጻልታት ኪወስደሎም ይኸእል እዩ ። እቲ ፍርዖት እንደገና ኣገልግሎት ቅድሚያ ምሕታቲ እንተ ወሓደ ኹብ 10 ኸሳዕ 14 መጻልቲ ኺጎግዝ ፍቕደሉ።
- እታ ቤት ጋሕመጥመጥ መጥሓን ከም ዘይብላ ኣረጋግጽ
- ሕማም እንተ ኣልዩካ ወይ ሽታ እንተ ኣልዩካ ድሕሪ ሕክምና እንተ ወሓደ ን4 ሰዓት ናብቲ ህንጻ ኸይትሓቲ ምኽሪ ኺወሃበካ ይኸእል እዩ።

ቅድሚያ እቲ ሕክምና ወይ ድሕሪኡ ሕቶታት እንተ ኣልዩካ በጃኻ ደዊልካ

ጸውዓና