Tigrinja

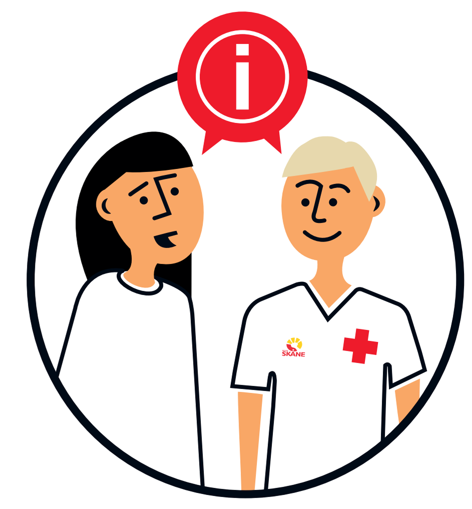
ናትካ ድሕነት ኣብ ሆስፒታል

REGION SKÅNE

ቕኑዕ ሓበሬታ

ናይ ዝኾነ ነገር ኣለርጂ ወይ ታኣፋፍነት ምስ ዝህልወካ ንዝኾነ ሰብ ክትሕብር ኣለካ።

ንሕክምና ወይ ንመድሃኒት ዝምልከት ዝኾነ ሕቶ ምስ ዝህልወካ ንሰራሕተኛ ናይ ሕክምና ተወከሶ።



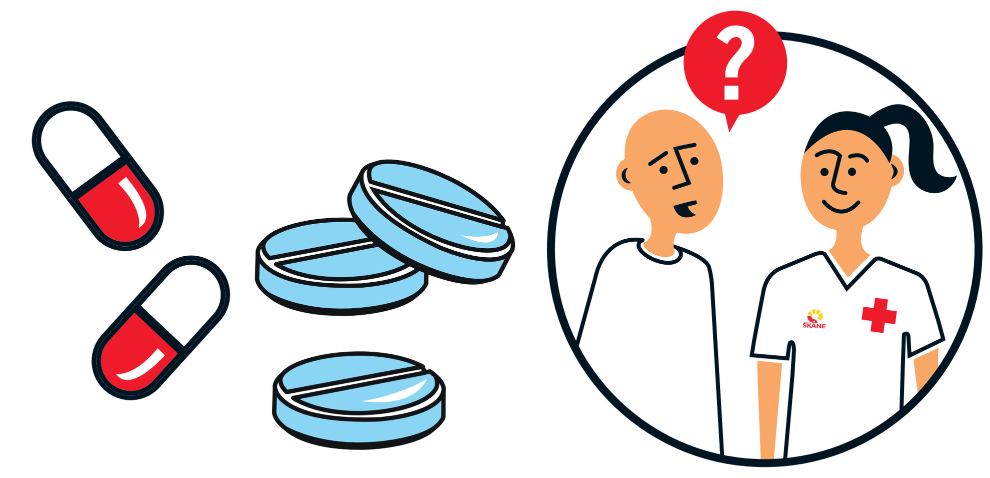
ናትካ መድሃኒት

እትወስዶ ዘለኻ መድሃኒትን ስለምንታይ ንዕኡ ትወስደሉ ዘለኻ ምኽንያትን ሓብርና።

እዋናዊ ዝርዝር ናይቲ እትወስዶ ዘለኻ መድሃኒት ምሳኻ ምሓዝ ጽቡቕ ሓሳብ እዩ።

ናይ ዝኾነ መድሃኒት እትወስደሉ ዘለኻ ምኽንያት እንድሕር ብርግጽ ዘይትፈልጦ ኮይንካ ንዓና ሓብረና።

ብዛዕባ ናይቲ እትወስዶ ዘለኻ መድሃኒት እንተተጠራጢርካ ወይ ተሻቒልካ ምስ ሓኪም ወይ ባዓል ሞያ ናይ ፋርማሲ ተዘራረብ።



ንነብስኻን ንኻልኦትን ካብ ለበዳ ሕማም ተኸላኸል

ስራሕተኛታት ቅድሚ ንዓኻ ምሕካሞም ኢዶም ታሓጺቦም እንተኾይኖም ንምሕታቶም ኣይትሰከፍ።

ቅድሚ ምብላዕኻ መጽረዩ/ መወልወሊ ኢድ ተጠቐም።

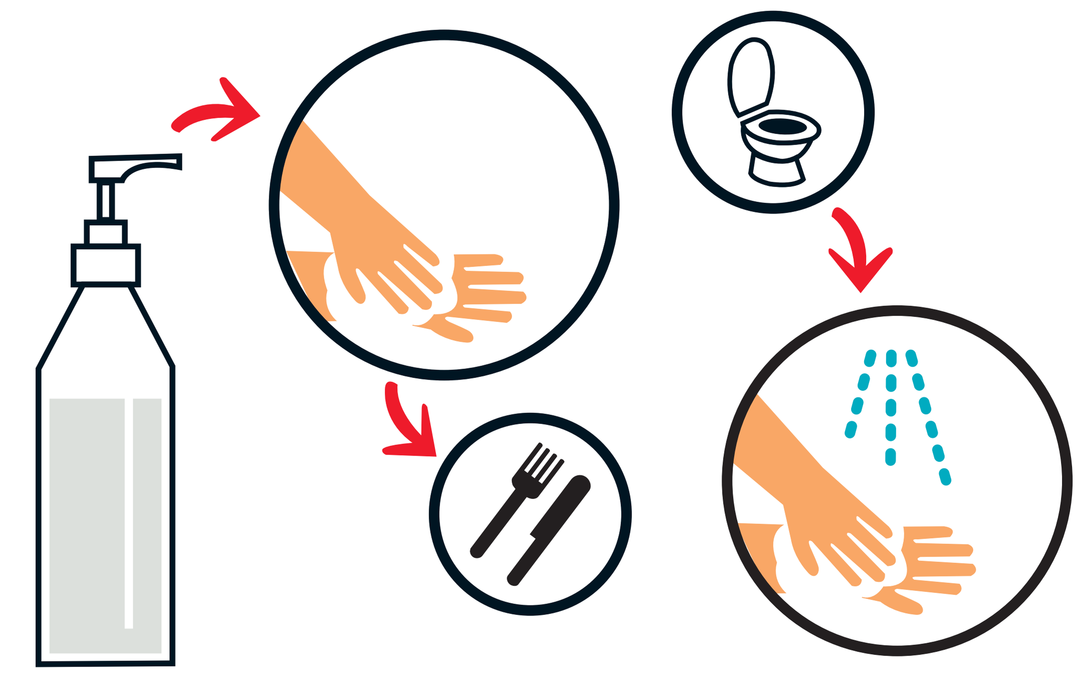
ኣብቲ ንዓኻ ተባሂሉ ዝተዳለወ ሽቓቕ ጥራይ ተጠቐም።

ሽቓቕ ድሕሪ ምጥቃምካ ኢድካ ታሓጸበ።

ውጽኣት ወይ ተምላስ እንተ ሃልዩካ ንዝኾነ ሰብ ሓብር።

ንኽትሕንጥስ ወይ ክትስዕል ኩርናዕ ኢድካ ተጠቐም።

መንዲል ብምጥቃም ኣፍንጫኻ ጽረግ ከምኡ ውን ብድሕሪኡ መጽረዩ ኢድ ተጠቐም።



ምክልኻል ክብደት ምቕናስ

ኣብ እትሓመሉ ግዜ ናይ መግቢ ሸውሃትካ ክጠፍእ ይኽእል እዩ። ንስኻ ዘይትደልዩ ምቕናስ ናይ ክብደት እንተ ኣጋጢሙካ ንዝኾነ ሰብ ሓብር።

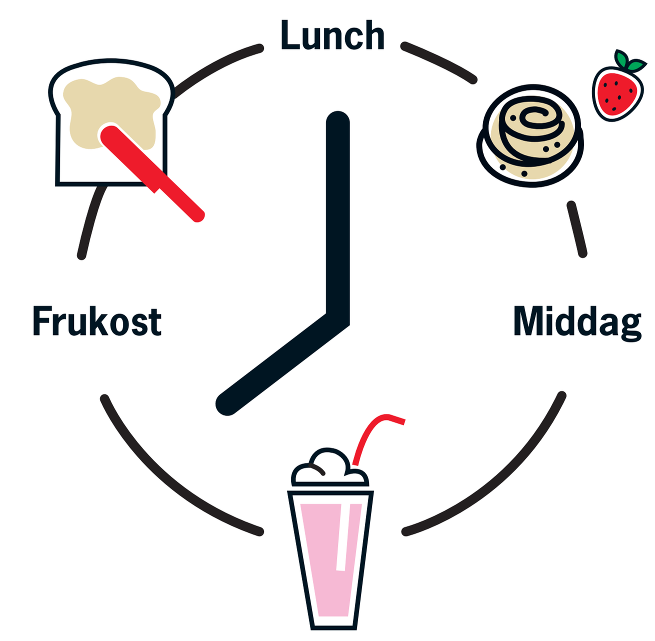
ምቕናስ ናይ ክብደት ግቡእ ወይ ቕኑዕ ዝኾነ መግብን መስተን ብምምራጽ ክንከላኸሎ ንኽእል።

– ብብዝሒ ብላዕ ከሙኡ ውን መግቢ ተቐበል/ ሕተት።

– ስብሒ ዘለዎም ውጽኢት ጸባ ዝኾኑ ምረጽ ከሙኡ ውን ኣብ ሳንዱች ወይ መግቢኻ ስብሒ ዘለዎ መግቢ ወሰኽሉ። ተወሳኺ ፕሮቲን ንምኽትረክብ ኣብ ቁርሲ እንቛቑሖ ብላዕ ከሙኡ ውን ምስ ምሳሕካ ጸባ ስተ።

– ኣብ ምውሓጥ ወይ ምሕያኽ ትሽገር እንተ ድኣ ሃሊኻ ንዝኾነ ሰብ ሓብር።

ሓደ ሓደ ሕማማት ፍሉይ ዝኮነ መግቢ ዘድልዮም ክኾኑ ይኽእሉ እዮም፡ ካብ ሰራሕተኛ ምኽሪ ሕተት።

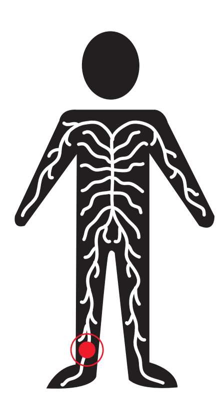


ካብ ምውዳቕ ንምክልኻል

ኩሉ ግዜ ማዕቐንካ ዝኾነ ልሙጽ ጫማ ወይ ሕርጎ ሕርጎ ዘየብሉ ካልሲ ተኸደን።

ክትንቓሳቐስ ኢልካ ኣብ እትትስኣሉ ግዜ ዕውልውል ምስ ዝብለካ ወይ ደንበርበር ምስ እትብል ነቶም ሰራሕተኛታት ንሓገዝ ሕተቶም።

ብተደጋጋሚ ዕወልውል ምስ ዝብለካ፣ ንቑሩብ ግዜ ዝኸውን ኣብ ጫፍ ናይቲ ዓራት ኮፍ ብምባል፣ ብእግርኻ ርገጽ ከሙኡ ውን ቅድሚ ምትሳእካ ማይ ስተ።

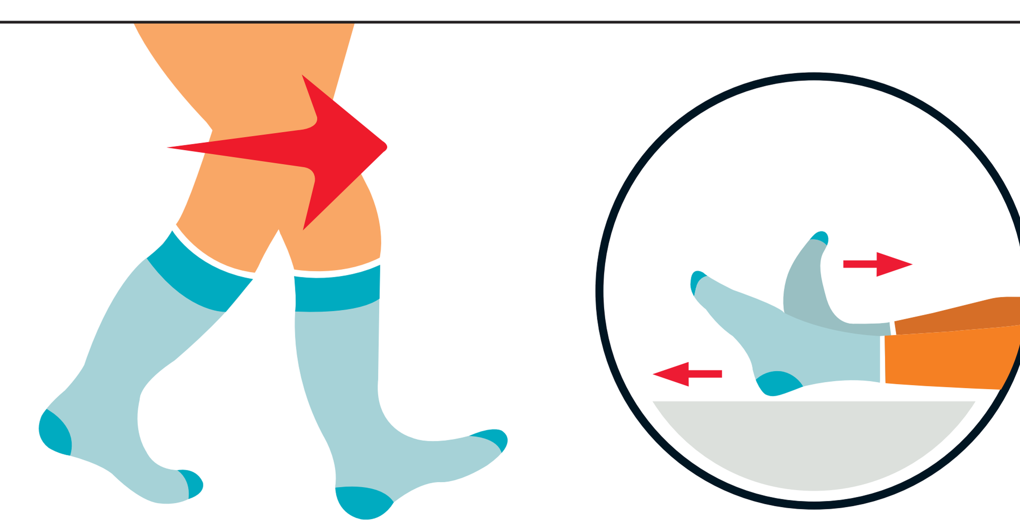


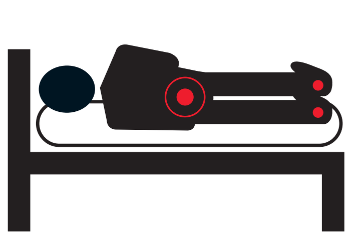
ምክልኻል ምርጋእ ደም

ብዝተኻእለካ ተንቐሳቐስ ወይ ዘወርወር በል።

ካልሲ ባንደጅ ተኸደን።

ቕልል ዝበለ ልምምድ ናይ እግርን ዓንካር-ዓንካርን ፈተን ከሙኡ ውን ኣዘውትሮ።





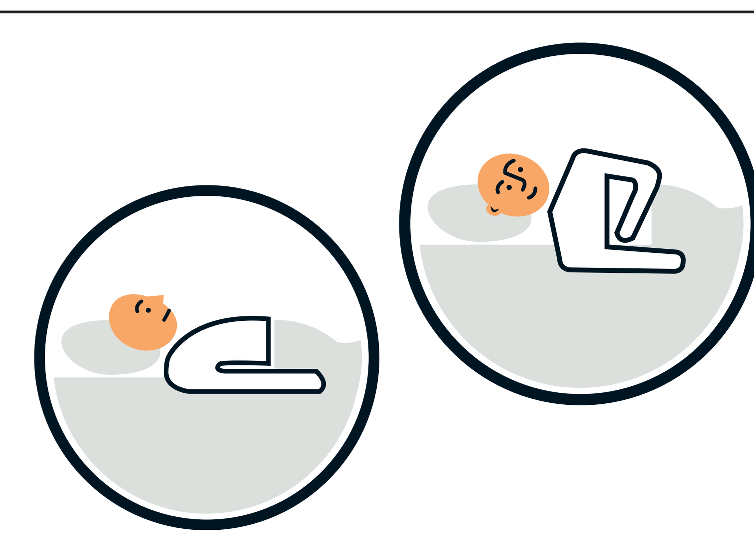
ምክልኻል ናይ ዓራት ቓንዛ/ ቑስሊ

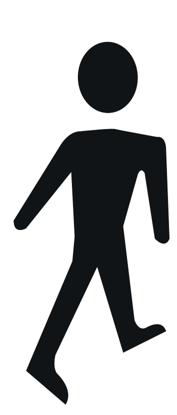
እንተኺኢልካ ኣብ ዓራትካ ኮይንካ ክትንቓሳቕስን ደቂስካሉ ዘለኻ ወገን ክትቅይሮን ፈትን።

ዋላ ንእሽተይ ውን ይኹን ምቕያር ናይ ደቒስካሉ ዘለኻ ወገን ብዙሕ ጽቡቕ ነገር ይህልዎ እዩ።

ጽቡቕ ምስ ዘይስማዓካ ከሙኡ ውን ቓንዛ ምስ ዝህልወካ ንኣብነት ኣብ ከብዲ እግርኻ ንዝኾነ ሰብ ክትሕብር ኣለካ።

እቶም ሰራሕተኛታት ኣብ ዓራትካ ንኽትገላበጥ ወይ ኣቐማምጣ ናይ ኮፍ መበሊኻ ንኽትቕይር ደስ እናበሎም ክሕግዙኻ እዮም።





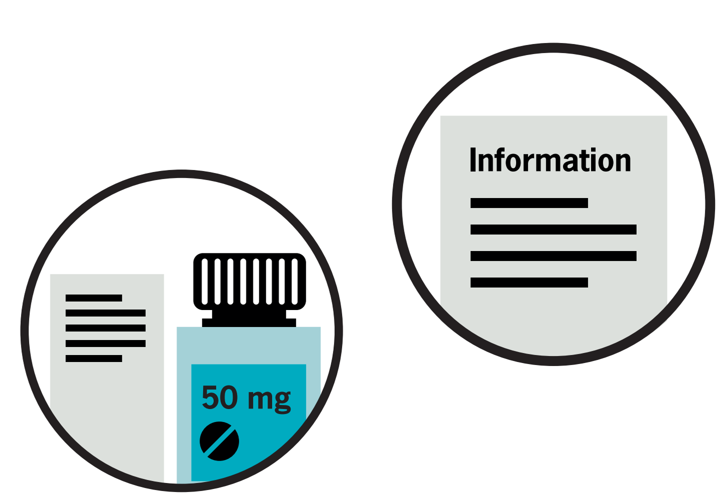
ካብቲ ሆስፒታል እትወጸሉ ግዜ

ቕድሚ ምውጻኣካ፣ እዞም ዝስዕቡ ኣረጋግጽ፣

– ዝርዝር ናይ መድሃኒታት ከሙኡ ውን ሓበሬታ ብዛዕባ ብኸመይን ንምንታይን ክትወስዶም ከም ዘለካ ዘጠቓልል ናይ መፋነዊ ሓበሬታ ከም ዝተቐበልካ ኣረጋግጽ።

– ዝኾነ ሕቶ ምስ ዝህልወካ ንመን ክትውከሶ ከም ዘለካ ተሓቢሩካ ምኧኑ ኣረጋግጽ።

– ብዛዕባ ዝኾነ ናትካ ናይ ክትትል-ሕክምና ከሙኡ ውን መድሃኒት ሓበሬታ ተዋሂቡካ ምኧኑ ኣረጋግጽ።



Artikelnummer: 25365