

# ናይ ምውሻብ መጠንቆቛታታት ን ዓቢይቲ ተሓክምቲ (Isolation Precautions for Adult Patients)

## ጥንቃቄታት ምትንኻፋትን ንጣራትን (Contact and Droplet Isolation Precautions)

ናይ ምትንኻፋትን ንጣራትን ጥንቃቄታት ኣየኖት ኢዮም?  
(What are contact and droplet precautions?)

ናይ ምትንኻፋትን ንጣራትን መጠንቆቛታታት መምርሒታት፣ ኩሎም ናይ ጥዕና ቀረባት በጻሕቲን ከምኡውን ኣባላት ክኸተልዎ ዘለዎም፣ እዚ ድማ ናብ ተሓካሚ ክበጽሑ ኣብ ዝመጹሉ ወይ ውን ካብ ናይ ተሓካሚ ቦታ ኣብ ዝወጹሉ እዋን ክኸውን ይኸእል። እዚ ኣቶም ድማ ነቲ ምትሕልላፍ ናይ ጀርምታት ካብ ምልላሳዎም ክከላከሉ፣ ካልኣት ሰባት ንኸይሓሙ ይከላኸሉ። ናይ ምትንኻፋትን ንጣራትን ምጥንቃቄታት፣ ነቶም ተመሓላለፍቲ ዓይነት ጀርምታት ዘለዎም ሕሙማት ኢዩ ዝምልከት፡

- ነቲ ሕሙም ወይ ድማ እሱ ተቐሚጥዎ ዘሎ ክፍሊ ንዘለዉ ባይታታት ብምትንኻፍ
- እቲ ተሓካሚ ክስዕልን ክህንጥስን እንከሎ

እቲ ተሓካሚ ነቲ ናይ ንጣራት ምምሕልላፍ ምክልኻል ይገብር ከም ዘሎን ምትንኻፋት ምስ ካልእ ይገብር ከም ዘየሎን ብኸመይ ይፈልጥ?  
(How do I know if a patient is on contact and droplet precautions?)

ኣብቲ ማዕጸ ምልክት ኣሎ። ነቶም ናይ ክንክን ጥዕና ኣማላእቲ ከም ኡውን ኣባላትን፣ ቅድሚ ናብ ተሓክምቲ ምእታዎምን ድሕሪ ምውጽኦምን እንታይ ክገብሩ ከም ዘለዎም እትነግር ኢዩ።

ነቶም ናይ ምትንኻፍን ናይ ንጣራት ሳዕቤን ተሓክምቲ ቅድሚ ምብጻሕይ እንታይ ዓይነት ጥንቃቄታት ክገብር ኣሎኒ?  
(What should I do before visiting a patient on contact and droplet precautions?)

ቅድሚ ናይ መጀመርያ ምብጻሕ ምግባርካን ቅድሚ ቆልዑ ምምጻእካን ንነርስ ተዛረባ። ነቶም ሕሙማት መን ይብጻሑሎም ኣብ ዝብል ውሳኔ ገደባት ክህሉ ይኸእል ኢዩ።

ናብቲ ናይ ተሓካሚ ገዛ ቅድሚ ምእታወይ እንታይ ክገብር ኣሎኒ?  
(What should I do before I go into the patient's room?)

1. ኣእዳውካ ተሓጸብ። ሳሙናን ማይን ተጠቀም ወይ ናይ ኢድ ሳኒታይዘር (ኣብ ኣልኮል ዝተመርኮሰ መጽረዩም ናይ ኢድ)።
2. ነቲ ተሓካሚ ኣብ እትሕግዘሉ እዋን ጋውን ወይ ናይ ሕክምና ክዳን ተኸደን ናብ (እንተዘይኮይኑ ጋውንም ኣየድሌካን ኢዩ)። ነቲ ጋውን ኣብ ክሳድካን መዓንጣኻን እሰር።
3. ማስክ ግበር። ነቲ ናይ ሓጺን ገመድ ኣብ ላዕለዋይ ክፋል ናይ ማስክ ኣብ ልዕሊ ኣፍንጫኻ ብምግባርም ተጠቀም። እዚ ፕላስቲካዊ ገመድ ብ ድሕሪ እዝንኻ ብምግባር ወይ ውን ብዝጥዕመካ ግበር። እቲም ታሕተዋይ ክፋል ናይ ማስክ ኣብ ትሕቲ መንከስካ ክኸውን ኣለዎ።
4. ናይ ዓይኒ መሸፈኒ ተጠቀም፣ ናይ ቪትሮ መከላኸሊን ዓይንኻ ኣይከላኸለሉን።
5. ነቲ ተሓካሚ ኣብ እትሕግዘሉ እዋን ጋውን ወይ ናይ ሕክምና ጓንቲ ተጠቀም (እንተዘይኮይኑ ጓንቲም ኣየድሌካን ኢዩ)። ነቲ እጅግ ናይ ጓንቲ ኣብ ልዕሊ እጅግ ናይ ጋውንግበር።
6. ናብ ናይ ተሓካሚ ገዛ እቶ። ነቲ ገዛ ክትጻጽዎ ወይ ውን ክይዳኻ ክትገድፎ ይከእል ኢዩ።

**ናብቲ ናይ ተሓካሚ ገዛ ቅድሚያ ምብጻሕይ እንታይ ክገብር ኣለዎኒ?  
(What should I do when I leave the patient's room?)**

ተቕማጥዘለዎ ሕሙም ኣብ እትበጽሓሉ እዋን፣ ካብቲ መቀመጫ ኣብ እትወጽ ኣሉ እዋን ኣእዳውካ ማይን ሳሙናን ጌርካ ተሓጽብ፣ ሳኒታይዘር ኣይትጠቀም።

ጎውንወይ ከኣ ጓንቲ ኣብ ዘይትጥቀመሉ እዋን፣ ካብ ደረጃ 4 ጀምር። ጓንቲን ጋውንን ኣብ እትጥቀመሉ እዋን፣

1. ነቲ ኣብ ከባቢ ጉንቦ ኢድካ ዝበጽሖ ጫፍ ናይጓንቲ ብምሓዝ ነቲ ጓንቲ ካብ ኣእዳውካ ከተውጽኦ ትኽእል ኢኻ። ነቲ ጓንቲ ኣብ ጎሓፍ ናይ ተሓከምቲ ኣእትዎ። ነቲ ጓንቲ ኣብ ካልእ ቦታ ናይ ጥዕና ማእከል ኣይትጠቀመሉ።
2. ኣእዳውካ ተሓጽብ።
3. ነቲ ናይጋውን ገመድ ካብ ክሳይካን መዓንጣኻን ብምፍታሕ፣ ነቲ ጋውን ከተውጽኦ ትኽእል ኢኻ። ነቲ ጋውን ኣብቲ ዘንቢል ወይ ከኣ እንዳ ጎሓፍ ናይ ተሓካሚ ከተንብሮ ትኽእል ኢኻ። ነቲ ማስክ ኣብ ካልእ ከባቢ ናይ ጥዕና ማእከል ኣይትጠቀመሉ።
4. ኣእዳውካ ተሓጽብ።
5. ካብቲ ናይ ተሓካሚ ገዛ ውጻእ። ነቲ ገዛ ክትዓጽዎ ወይ ውን ብኹፋቱ ክትገድፎ ይከኣል ኢዩ።
6. ነቲ ናይ ፕላስቲክ ማስክ ብምውጻእ ናብቲ እንዳጓሓፍ ከተእትዎ ይከኣል ኢዩ። ነቲ ናይ ቅድሚት (ኣፍን ኣፍንጫን ዝሸፍን) ክፋል ናይ ማስክ ኣይትተንክፎ። ኣብ ካልእ ቦታታት ናይቲ ጥዕና ማእከል ኣይትጠቀመሉ።
7. ነቲ ናይ ዓይኒ መሸፈኒ ኣውጽኦ፣ ናብ እንዳጎሓፍ ድማ ደርብዮ። ኣብ ካልእ ቦታታት ናይቲ ጥዕና ማእከል ኣይትጠቀመሉ።
8. ኣእዳውካ ደጊምካ ተሓጽብ።

**ነቲ ብሰንኪ ምትንኻፍ ወይ ውን ናይ ንጣራት ግዳይ ዝኾነ ተሓካሚ ካብ ገዝኡ ክወጽእ ይኽእል ዲዩ?  
(Can a patient on contact and droplet precautions leave their room?)**

ብሰንኪ ምትንኻፍ ወይ ውን ናይ ንጣራት ግዳይ ዝኾነ ተሓከምቲ፣ ኣብ ኣድላዩ እዋን ጥራይ ካብ ገዛ ኣም ኮወጸ ኣለዎም (ከም ኣብነት ናይ ሕክምና መርመራ ክገብሩ ኣብ ዝደልዩሉ እዋን)። ካብ ገዝኡም ኣብ ዝወጹሉ እዋን ኩሉ ግዜ ማስክ ክጥቀሙ ኣለዎም።

**ነቶም ጀርምታት ካብ ምምሕልላፍ ካልእ እንታይ ዓይነት መንገዲ ክጥቀም ኣለዎኒ?  
(How else can I stop germs from spreading?)**

- ረስኒ፣ ተቕማጥ፣ ወይ ውን ሰዓል እንተደኣ ኣሎካ ናብ ናይ ጥዕና ማእከል ኣይትምጸእ።
- ምስ ተላባዒ ሕማም ዘለዎ ሰብ ዝኾነ ምትንኻፋት ጌርካ እንተኔርካ
- ኣብቲ ናይ ጥዕና ማእከል ነቲ ህዝባዊ ሸንትቤት ተጠቀም። ነቲ ናይ ተሓከምቲ ሸንትቤት ኣይትጠቀመሉ።
- ነቶም ጀርምስ ከመይ ጌርካ ካብ ምምሕልላፍ ክትዓግቶም እትኽእል ኣብ ዝብል ኣርእስቲ ዝኾነ ሕቶ እንተሎካ ነቲ ናይ ጥዕና ማእከል ክኢላሕተቶ።

ን 24/7 ምኽርታት ነርስን ሓፈሻዊ ናይ ጥዕና ሓበሬታን፣ ናብ **811** ናይ **Health Link** ደውል።

**ናይምመወዳ እታምዝተገምገመ፡** ካብ ሰነ 1, 2023 ጀሚሩ  
**ጸሓፊ፡** Infection Prevention and Control, Alberta Health Services

እዚ ቁስ ንምኽሪ ብቑዕ Health ሞያተኛ መተካእታ ኣይኮነን። እዚ ቁስ ንሓፈሻዊ ሓበሬታ ጥራሕ ዝተወጠነ ክኸውን ከሎ "ኣብይ ኣሎ"፣ "ከም ምዃኑ" ብዝተባህሰ ሰረት ዝቐረበ እዩ። ትኽክለኛነት ናይቲ ሓበሬታ ንምርግጋፅ ዋላ እኳ ዘዕግብ ፃዕርታት ይገበሩ፣ Alberta Health Services ንከምዚ ዓይነት ፍሉይ ዕላማ ናይዚ ሓበሬታ ገለፃ፣ ምልከታ ወይ ብሕገ ምቕም፣ ከምቲ ትኽክለኛነት፣ ርጉፅነት፣ ምሉእነት፣ ተግባራዊነት፣ ብቑዓት፣ ከምኡ እውን ተወካልነት ኣይገብርን። Alberta Health Services ተጠያቂነት ምጥቃም ናይዞም ቁሳትን ካብ ምጥቃም ናይዚ ቁስ ንዝለዓል ዝኾነ ሕቶታት፣ ተግባራት፣ ጠለባት ወይ ጥርጣናት ኣይቕበልን።