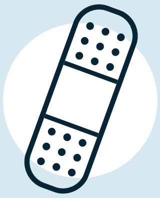
የኩፍኝ በሽታ መከላከል

ከጉዞ በፊት እና በኋላ

ኩፍኝ በተለይም ለህጻናት እና ለትናንሽ ልጆች፣ አደገኛ ሊሆን ይችላል። ሁልጊዜ የኩፍኝ በሽታ ወደ ሆስፒታል መተኛት አልፎ ተርፎም ሞት ሊያስከትል ይችላል።

የኩፍኝ በሽታ አሁንም በብዙ የዓለም ክፍሎች የተለመደ ነው። የኩፍኝ በሽታ ሙሉ በሙሉ ያልተከተበ እና በአለምአቀፍ ደረጃ የሚጓዝ ወይም የኩፍኝ ወረርሽኝ ወዳለበት ቦታ የሚሄድ ሰው አደጋ ላይ ነው።



በኩፍኝ፣ ደግፍ፣ ሩቤላ (MMR) ክትባት እራስዎን እና ልጆችዎን ከኩፍኝ መከላከል ይችላሉ።

ከአለም አቀፍጉዞ በፊት ምን እንደሚደረግ

1. **ሁሉም ሰው ከኩፍኝ በሽታ መጠበቁን** ለማረጋገጥ ዶክተርዎን፣ ነርስዎን ወይም ክሊኒክዎን ያነጋግሩ።
2. **ከመውጣትዎ በፊት ቢያንስ 2 ሳምንታት ክትባቱን ይውሰዱ።**
   - ከ6 እስከ 11 ወር ያሉ ህጻናት የMMR ክትባት መጠን መውሰድ አለባቸው።
   - እድሜያቸው 12 ወር እና ከዚያ በላይ የሆነ ሁሉ (አዋቂዎችን ጨምሮ) ከመጓዛቸው በፊት 2 ጠቅላላ ዶዞችን መውሰድ አለባቸው።
     - ከዚህ በፊት ያልተከተቡ ከሆነ፣ 1 ኛው መጠን ወዲያውኑ ይውሰዱ። ከ 28 ቀናት በኋላ 2 ኛው መጠን መውሰድ ይችላሉ።
     - ከዚህ በፊት 1 መጠን ከወሰዱ፣ ከመጓዝዎ በፊት 2 ኛው መጠን ይውሰዱ።
3. **ምንም እንኳን ጉዞዎ ከ2 ሳምንታት በታች ቢሆንም፣ አሁንም 1 መጠን የMMR ክትባት መውሰድ ይችላሉ።**

በዩናይትድ ስቴት ውስጥ የኩፍኝ በሽታ ወዳለበት አካባቢ ለመጓዝ ካቀዱ፣ ሁሉም ሰው ከኩፍኝ መጠበቁን ለማረጋገጥ ሐኪምዎን፣ ነርስዎን ወይም ክሊኒክዎን ያነጋግሩ።

ከአለም አቀፍጉዞ ወይም የኩፍኝ በሽታ ወዳለበት ቦታ ከተጓዙ በኋላ ምን እንደሚደረግ

1. ከተመለሱ በኋላ **ለ 3 ሳምንታት የኩፍኝ ምልክቶችን ይመልከቱ።** ኩፍኝ **በጣም ተላላፊ** እና በፍጥነት ወደ ሌሎች ሊተላለፍ ይችላል።
2. **የሚከተለው ከሆነ ወዲያውኑ ወደ ሐኪም ወይም ክሊኒክ ይደውሉ፦**
   - እርስዎ ወይም ልጅዎ ለኩፍኝ በሽታ የተጋለጡ ከመሰልዎ።
   - እርስዎ ወይም ልጅዎ ሽፍታ እና ትኩሳት ከታመሙ። የት እንደተጓዙ ለሐኪምዎ ይንገሩ፣ እና እርስዎ እና ልጅዎ የ MMR ክትባት ከወሰዱ።
3. **እርስዎ ወይም ልጅዎ ሽፍታ እና ትኩሳት ከታመሙ ሐኪም ወይም ክሊኒኩን እስኪያነጋገሩ ድረስ ቤት ይቆዩ።**

ተጨማሪ ይወቁ