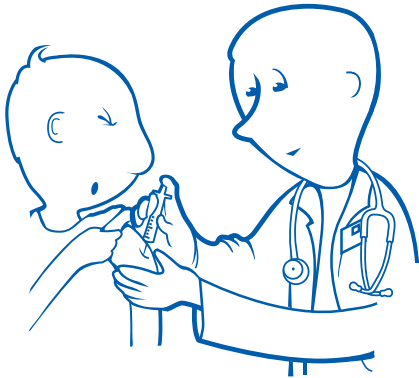
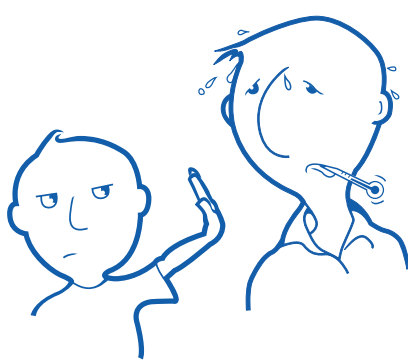


ስለበሽታው ለህፃናት መንገር።

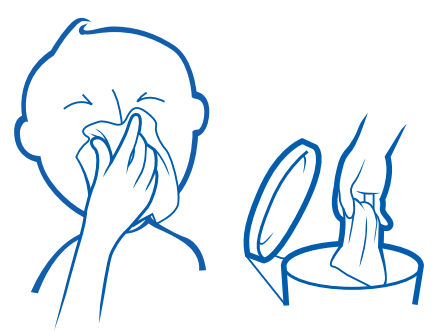
ልጅህ ወረርሽኝን ለመቋቋም ሊያደርገው በሚችለው ነገርና ወረርሽኝን ወደ ሌሎች እንዳያዛመት ማድረግ ላይ ማተኮር አለብህ፤



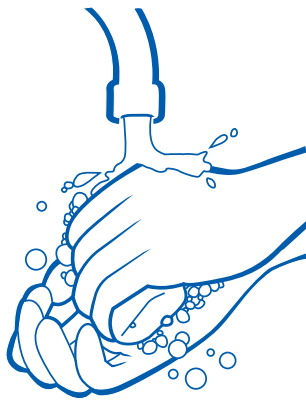
ልጅህ የኢንፍሉዌንሻ ክትትል እንዲሰጠው አድርግ። መርፌ ሲወጋ ሊጠዘጠዘው ይችላል ይሁን እንጂ በኋላ ክመታመም ይታደግዋል። በአፍንጫ የሚነፋ የወረርሽኝ መክልከያም ለማግኘት ይቻላል።



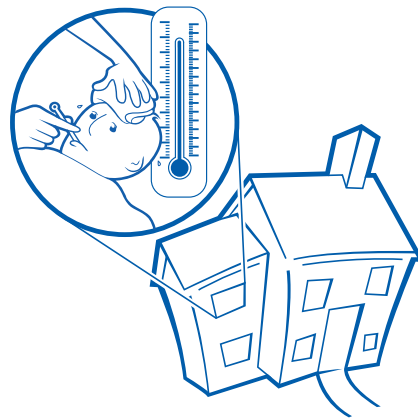
ልጆች ወደ ታመሙ ሰዎች እንዳይጠጉ አድርግ



በታመሙበት ወቅት በሶፍት ወይም በጨርቅ ላይ እንዲያሰሉ ወይም እንዲያሰነጥሱ አበረታታቸው። የተጠቀሙበትን ጨርቅ ወይም ሶፍት ወደ ቆሻሻ ማጠራቀሚያ ወርውር። ሶፍት ለጊዜው ማግኘት ባይችሉ እፋቸውንና አፍንጫቸውን በእጃቸው መሸፈን አለባቸው።



እጆቻቸውን ደጋግመው በሰውናና ሞቅ ባለ ውሃ ከ15 እስከ 20 ሰከንዶች ድረስ እንዲታጠቡ አበረታታቸው። በዚህ ረገድ አንተው ራስህ በመታጠብ አርአያ ሁኔታቸው።

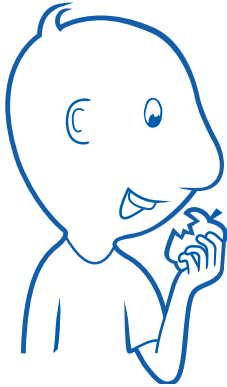


በታመሙበት ወቅት ወደ ስራ ወይም ወደ ትምህርት ቤት እንዳይሄዱ አበረታታቸው። ህመሙ እስኪለቃቸው ድረስ ክሰዎች እርቀው እንዲገኙ እርዳቻው።

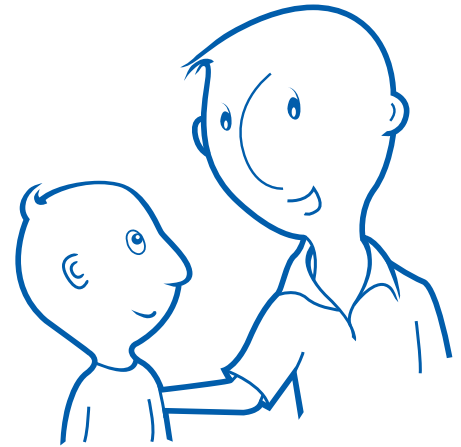


ኢንፍሉዌንዛ(ወረርሽኝ) ልጅህ በወረርሽኝ በሚጠቃበት ወቅት

ጤናማ ልምዶችን አበረታታ። ጤናማ ምግቦችን መውሰድ፣ በቂ እንቅልፍና የአካል እንቅስቃሴ ማድረግ።



የሚያቀርቧቸውን ጥያቄዎች በመመርኮዝ በሽታውን እንደት እንደሚከላከሉትና ወረርሽኝና ሌሎች ተውላኮች እንዳያሰፋፉ ምክራቸው።



ለበለጠ መረጃ የበሽታ መከላከያ ማእከልን በ800-ሲ.ዲ.ሲ.- ኢንፎ (232-4636) ቲሌፎን ወይም በwww.cdc.gov/flu ድረ-ገጽ ተጠቀም