



National Institute for Public Health
and the Environment
Ministry of Health, Welfare and Sport

ንዑሊድኩም ካብ ተላባዕቲ ሕጻናት ተኻላኽልሎም

ሃገራዊ መደብ ክታቦት



ንውላድኩም ካብ ከበድቲ ተላባዕቲ ሕማማት ተኻላኽልሎም

አብ ኔዘርላንድ ዝነብሩ ቆልዑት ዳርጋ ኩሎም ኣንጻር ናይ ከበድቲ ተላባዕቲ ሕማማት ይኸተቡ እዮም። ስለዚ እዮም ድማ እዞም ከምዚ ዓይነት ሕማማት ዳርጋ ዘይረኣዩ ኮይኖም ዘለዉ። ግን ድማ ክታቦት ኣድላዪ እዩ፣ ምኽንያቱ እንተደኣ ክታቦት ኣቋሪጽኻ እቶም ሕማማት ተመሊሶም ክመጹ ይኽእሉ እዮም። ብመንገዱ ክታቦት ኣካላት ናይ ውላድኩም ካብ ሕማም ዘስዕቡ ቫይረሳትን ባክተርያታትን ናይ ምክልኻል ዓቕሙ ይሓደል እዩ። ብኸምዚ ድማ ካብ

ሕማምን ሕማም ዘምጽአም ሳዕቤናትን ምክልኻል ይግበረሎም። ብተወሳኺ ድማ ውላድኩም ንኽልኣት ቆልዑት ሕማም ኣየመሓላ ልፍን እዮ። እዚ ድማ ነቶም (ገና) ክታቦት ዘይወሰዱ ቆልዑት ኣዝዩ ኣገዳሲ እዩ። እዚኦም ንኣብነት ኣዝዮም ነኣሸቱ ስለ ዝኾኑ ወይ ድማ ብሰንኪ ዘለዎም ሕማም ክኸተቡ ዘይከኣሉ ቆልዑት ክኾኑ ይኽእሉ እዮም።



ንሂወት ብጥዕና ምጅማር

ቆልዑት ሂወቶም ብጽቡቕ ጥዕና ክጅምርዎ ኣገዳሲ ኮይኑ ኢና ንረኽቦ። ስለዚ እየን ድማ ኩለን ኣብ'ዛ ዓለም ዝርከቦ ሃገራት ንቐልዑት

ክታቦት ዝሀባ። ነፍስ-ወከፍ ሃገር ናታ ናይ ክታቦት ውጥን ኣለዎ። እቶም ውጥናት ድማ ነንሕድሕዶም ብጣዕሚ እዮም ዝመሰሰሉ። ኣብ ኔዘርላንድ ካብ 60 ዓመታት ንላዕሊ ቆልዑት ክታቦት ተዋሂቦም ኣለው።

ሕማም ጎሮሮ

እዚ ብርቱዕ ነድሪ ጎሮሮ እዩ። ሕማም ጎሮሮ ዘለዎም ቆልዑት ምዕጻው ሻምብቆ ስርዓተ ምስት ንፋስ ከጋጥሞም ይኸእል እዩ።

ትኸትኸታ

ትኸትኸታ ንኣዋርሕ ክጸንሕ ዝኸእል ከቢድ ዝኾነ ሰዓል ዝገብረልካ ሕማም እዩ። እዚ ድማ ብፍላይ ንሀጻናት ሓደገኛ እዩ። እቲ ምስዓል ድኻምን ናይ ሓንጎል መጉዳእትን ከኸትለሎም ይኸእል እዩ። ሞት ከኸትለሎም እውን ይኸእል እዩ። ኣንጻር ትኸትኸታ ዝወሃብ ክታቦት ጽቡቕ እዩ ዝከላኸል፣ ግን ምሉእ ብምሉእ ኣይከላኸልን እዩ ንመዋኛል እውን ኣይኮነን ዝከላኸል። ክታቦት ዝወሰዱ ቆልዑት ሕማም ትኸትኸታ ምስ ዝሕዘም እቲ ሕማም ከቢድ ኣይኮውንን እዩ።

ተታኑስ

ተታኑስ ምጭባጥ ጭዋዳታት የምጽእ። ሕክምና ምስ ዘይግበረሉ ድማ ተታኑስ ሞት የኸትል እዩ። ተታኑስ ተማሓላላፋይ ኣይኮነን። እንተደኣ ቐልዓ ብ (ናይ ገዛ) እንስሳ ተነኺሱ ተታኑስ ክሓምም ይኸእል እዩ። ኣንተደኣ ኣብ ቁስሉ ጎሓፍ ኣቲዎ እውን ተታኑስ ክሓምም ይኸእል እዩ።

ፖልዮ

ምልማስ ቆልዑት ወይ ድማ ፖልዮ ንዘልኣለም ዝጸንሕ መልመስቲ መሓውራትን ከምኡ'ውን መልመስቲ ጭዋዳታት ስርዓተ ምስትፋሰን የኸትል።

ሕማም ሂብ

ሂብ ዝተባህለ ዓይነት ባክተርያ ብርቱዓት ረኽስታት የስዕብ፣ ገለ ካብኣቶም ንምጥቃስ ድማ፡ ምምራዝ ደም፣ ነድሪ ሓንጎል-ሽፋን፣ ነድሪ ከባቢታት ልፋጭ ደባኢቶ፣ ነድሪ ሳንቡእን ነድሪ መላግቦታትን ዝኣመሰሉ ረኽስታት የኸትል።

ወይቦ

ወይቦ ናይ ጸላም ከብዲ ነድሪ እዩ። ሓደ ሓደ ግዜ እቲ ሕማም ኣይሓውን እዩ። ከም ሳዕቤን ናይ'ዚ ድማ ጸላም ከብዲ ክትጭባጥ ትኸእል ናይ ጸላም ከብዲ መንሸር ድማ ከኸትል ይኸእል እዩ።

ሕመም ጥንቅቅ

ጥንቅቅ ዓይነት ባክተርያል ክሊኒካል ምልክቶች ደም፣ ከቢድ ነድሪ ሳንቡኦን ነድሪ ሽፋን ሓንጉልን ከስዕቡ ዝቅጥሉ እዮም። ጭንቀት ክገጥም እውን ይኸኸል እዩ። እቲ ዝወሃብ ክታቦት ኣንጻር እቶም ዝበዘሉ ሕመም ከስዕቡ ዝቅጥሉ ዓይነታት ጥንቅቅ ክከላኸል ይኸኸል እዩ።

ጽግዕ

ጽግዕ ገለ ንምጥቃስ ረኽሲ ናይ ጽኪ ምራቕ እዩ። ስለዚ እዮም ድማ ጽግዕ ዝሓዘም ቆልዑት ምዕጉርቶምን ክሰዱምን ዝሓተቡ። ሰብቲ ድማ ነድሪ ሽፋን ሓንጉል የስዕብ እዩ።

ንፍዮ

ንፍዮ ደቂቕ ዕንፍሩር ዝገብረልካ ኮይኑ ብርቱዕ ረስንን ኣብ ቆርበት ድማ ምልክት ዝገብርን ሕመም እዩ። ሙብዘሕቱኡ ግዜ ነድሪ እዝኒ ይገብር እዩ ሓደ ሓደ ግዜ ድማ ነድሪ ሳንቡኦ ወይ ድማ ሞት ከስዕብ ዝኸኸል ነድሪ ሓንጎል የስዕብ እዩ። ንፍዮ ኣዝዩ ተለባባሪ ሕመም እዩ።

ፍሮማይ

ፍሮማይ ደቂቕ ዕንፍሩር ዝገብረልካ ኮይኑ ግን ካብ ንፍዮ ኣዝዩ ዝቐለለ ሕመም እዩ። እዚ ሕመም እዚ ኣብ ግዜ ጥንሲ ነቲ ኣብ ማህጸን ዘሎ ዕሽል ሓደገኛ እዩ። እቲ ዕሽል ጉድለታት (ስንክልና) ሓደ ክውለድ ይኸኸል እዩ። ነፍሱ-ጸራት ምእንታን ብሕመም ፍሮማይ ከይልከፋ ኣዋልድን ኣወዳትን ኣንጻር ንፍዮ ይኸተቡ እዮም።

ኣንቅጺ

ሕመም ኣንቅጺ ብዝተፈለለዩ ዓይነታት ናይ መኒንጎኮኮን ባክተርያል ዝመጽእ ሕመም እዩ። ኣንቅጺ ዝሓዘም ሕጻናት ነድሪ ሽፋን ሓንጉል ወይ ድማ ምምራዝ ደም ከስዕቡም ይኸኸል እዩ። እዚኦም ኣብ ሓዲር እዋን ሞት ከስዕቡ ዝኸኸሉ ከበድቲ ሕመማት እዩም። እንተደኣ ቆልዑት ካብዘም ሕመማት ሓውዮም፣ ንመዋእል ክጸንሑ ዝኸኸል ናይ ምስማዕ ጸገም፣ ናይ ኣእምሮ ምዝሕታልን ናይ ጠባይ ሽግርን ከስዕቡም ይኸኸል እዩ። ሓደ ሓደ ግዜ ብሰንኪ ምምራዝ ደም ኢድ ወይ ድማ እግሪ ክቕረጽ ግድን ይኸውን እዩ። ኣቲ ብሃገራዊ መደብ ዝወሃብ ክታቦት ኣንጻር ዓይነታት A, C, W ከምኡ ድማ Y ይከላኸል እዩ፣ ኣንጻር ዓይነት B ግን ኣይከላኸልን እዩ።

መንሽሮ ማህጸን

ሁማን ፓፕሎማ ቫይረስ (HPV) ናይ ቫይረስ ጉጅለ ኾይኑ መንሽሮ ማህጸንን ካልኣት ዓይነት መንሽሮታትን (ገለ ንምጥቃስ፣ ናይ ደቂ ተባዕትዮ መሽኒ መንሽሮን ከምኡ ድማ ናይ መቐመጫ መንሽሮን) ስዕብ ዝኸኸል ቫይረስ እዩ። ዳርጋ ኩሉ ሰብ ኣብ ሂወቱ ከይተረደኦ በዘም ቫይረሳት እዚኣቶም ይልከፍ እዩ። እቲ ዝወሃብ ክታቦት ኣንጻር 2 ዓይነት ሁማን ፓፕሎማ ቫይረሳት ይከላኸል። እዘም 2 ቫይረሳት ድማ ብሓባር 70 ሚእታዊት ናይ ቶም መንሽሮ ማህጸን ከስዕቡ ዝኸኸሉ ቫይረሳት ይሸፍኑ።



**“ንውላድካ
ምክንኻን
ነንሕድሕድካ
እውን
ምክንኻን”**

ትሪልስ (ዕድሜ 33) ክታቦት ምውሳድ ንጥዕናኻ ጽቡቕን እቲ ዝበለጸ ምርጫን እዩ ትብል።

ትሪልስ ገና ኢዛቤላ ዓላ ቅድሚ ምውላዳ ብዛዕባ ኣተዓባብያ ጭዳ ዝምልከት ንጹር ዝኾነ ስእሊ እዩ ኔርዋ። ኣብዚ ጥዕና ዓቢ ተራ እዩ ዝጻወት። ትሪልስ ብዛዕባዚ ዝምልከት ምስ በዓል ቤታ ወይ ድማ ምስ ሙሓዙታ ብብዝሒ ትዘራረበሉ እያ። እቶም ዝርርባት ብዛዕባ ጥዕና ዘለዎ ኣመጋግባ፣ ብዛዕባ ድቃስን ከምኡ ድማ ብዛዕባ ክታቦትን ዝምልከቱ እዮም። ንሳ ነዚኣም ክትዘራረቡም ንቡር እዩ ትብል። ክታቦት ንናይ ዓላን ናይ ካልኦት ጭዳታን ድሕነትን ምክልኻልን ኣድላይ ከይኑ እያ ትረኽቦ።

እቲ ናይ ትሪልስ ከምኡ ድማ ናይ ዓላ ኢዛቤላ ዘረባ ኣብ rijksvaccinatieprogramma.nl/trilce ዝገባል ናይ ኢንተርነት መርበብ ኣንብብዎ ኢኹም

ውሕስነት ዘለዎን ዘተኣማምንን ክታቦትን ናቱ መምርሕን

ክታቦት ቅድሚ ኣብ ጥቕሚ ምውዓሉ፣ ኣጸቢቐ እዩ ዝፍተንን ዝምርመርን። እዚ ልክዕ ከምቲ ንኻልኦት መድሃኒታት ዝግበር እዩ። እቲ ክታቦት ከም ዝሰርሕን ውሕስነት ዘለዎ ከም ዝኾነን ምስ ተረጋገጸ ጥራሕ እዩ ንጭዳታ ክወሃብ ዝፍቀድ። ብተወሳኺ ድማ ኣብ ጥቕሚ ኣብ ዝውዕለሉ እዎን ውሕስነት ናይቲ ክታቦት ክትትል ይገብረሉ እዩ። እዚ ኣብ ኔዘርላንድ ጥራሕ ዘይኮነስ ኣብ ምሉእ ዓለም እዩ ዝግበር።

እቶም ውላድኩም ዝወስድዎም ክታቦት ትሕዝቶኣም እንታይ ከም ዝኾነ ክትፈልጡ ትደልዩ ዶ? ኣብ ናይ ሃገራዊ መደብ ክታቦት ናይ ኢንተርነት መርበብ ናይ ዝተፈላለዩ ክታቦት መምርሒ ጽሑፍ ትረኽቡ ኢኹም።

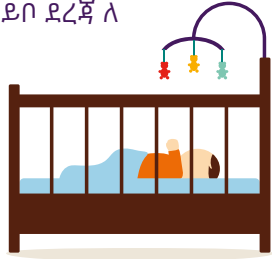
rijksvaccinatieprogramma.nl/bijsluiters ዝብል ናይ ኢንተርነት መርበብ ተመልከቱ።

ውላይይ ዝወስዶም ክታበት እየኖት እዮም?

● ክታበት 1 ■ ክታበት 2

3 ኣዋርቕ

- ዲክት-ሂፕ-ወይቦ ደረጃ ለ
- ኑሞንኮካል



5 ኣዋርቕ

- ዲክት-ሂፕ-ወይቦ ደረጃ ለ
- ኑሞንኮካል



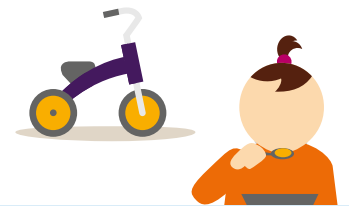
11 ኣዋርቕ

- ዲክት-ሂፕ-ወይቦ ደረጃ ለ
- ኑሞንኮካል



14 ኣዋርቕ

- ጽግዕ ንፍዮ ፍሮማይ
- ኣንቅጺ



4 ዓመት

- ዲክት



9 ዓመት

- ሕመም ጎረሮ ፖልዮ ተታኑስ
- ጽግዕ ንፍዮ ፍሮማይ



12/13 ዓመት

(2ይ ክታበት ድሕሪ ፍርቂ ዓመት)

- መንሸሮ ማህጸን
- መንሸሮ ማህጸን



14 ዓመት

- ኣንቅጺ



ህጻን ዕድሚኡ 2 ኣዋርቕ ምስ ኣኸለ ተወሳኺ ናይ ዲክት-ሂፕ-ወይቦ ደረጃ ለ ክታበት ይወሃቦ

እንተደኣ ኣዲኡ ኣብ ግዜ ጥንስን፣ ወይ ድማ ኣብ ፍሉይ ኩነታት ጸረ ትኸትኸታ ክታበት ዘይወሰደት ኮይና እቲ ጭልዓ

ዕድሚኡ 2 ኣዋርቕ ምስ ኣኸለ ተወሳኺ ክታበት ይወሃቦ። ብዛዕባኪ ዝምልከት ናይ ቆልዑት ሓኪም ምሳኹም ይዘራረብ እዩ።

ናይ ኣሕጽሮ ቃላት ትርጉም

D	ሕመም ጎረሮ	P	ፖልዮ	Pneu	ሕመም ፕነሞኮከን	R	ፍሮማይ
K	ትኸትኸታ	Hib	ኢንፍለወንዛ ደረጃ ለ	B	ጽግዕ	MenACWY	ኣንቅጺ
T	ተታኑስ	HepB	ወይቦ ደረጃ ለ	M	ንፍዮ	HPV	መንሸሮ ማህጸን



ውላደደ መዓስ እዩ ዝኸተብ?

እንተደኣ ጃልዓ ዕድሚኡ ከባቢ 3 ኣዋርሕ ኣኺሉ ኸይኑ እተን ናይ መጀመርታ ክታቦታት ይወስድ። ኣብዚ ዕድሜ'ዚ ናይ ሕጻን መከላኸሊ ስርዓት ጽቡቕ ግብረ-መልሲ ክህብ ይኸእል እዩ። እቲ ክታቦት ዝወሃቡሉ እዋናት እቲ ዝበለጸ ምክልኻል ዝህበሉ እዋን እዩ ተባሂሉ ዝተመርጸ እዩ።

ኣጸቢቕም ነኣሸቱ ዝኾኑ ህጻናት ከም ትኸትኸታ ዝኣመሰሉ ተላባዕቲ ሕጻናት ክሕዞም ኣዝዮም ተነቀፍቲ እዮም። ስለዚ እዩ ድማ ኣብ ኔዘርላንድ ነፍሱ-ጻራት ካብ መበል 22 ሳምንታት ጥንሰን ኣትሒዞን ንትኸትኸታ መከላኸሊ ዝኸውን ክታቦት ንኸወስዳ ዕድመ ዝግበረላን። ብመንገዱ እቲ ኣብ ግዜ ጥንሲ ብዝወሃብ ክታቦት ድማ እቲ ጃልዓ ካብ'ታ ዝተወለደላ ዕለት ኣትሒዞ ካብ ትኸትኸታ ሕጻን ምክልኻል ይግበረሉ ማለት እዩ። መብዛኦትኡ ግዜ ሓደ ጃልዓ ኣብ ሓደ እዋን ክልተ መርፍእ እዩ ዝወስድ። እቶም ክታቦታት ኣብ ሰለፍ ወይ ድማ ኣብ ቅልጽም እዮም ዝወሃቡ።

ውላደደ ሓሚሙ ኣሎ። ክኸተብ ይኸእል ዶ?

ውላድካ ምስ ዝሓምም ወይ ድማ መድሃኒት ይወስድ ምስዝህልው፣ ምስ ናይ ቆልዑት ሓኪም ወይ ነርስ ተማያዮ። ሓደ ሓደ ግዜ ነቲ ክታቦት ንኸልእ ግዜ ከተደንጉዮ ጽቡቕ እዩ።

ምኽርታት ንጎድናዊ ሳዕቤናት

ክታቦት ጎድናዊ ሳዕቤናት ከኸትሉ ይኸእሉ እዮም። ምኽንያቱ ድማ ክታቦታት ናይ ነብሲ ናይ ምክልኻል ስርዓት ከም ዝሰርሕ ስለ ዝገብሩ እዩ። እዞም ጎድናዊ ሳዕቤናት ብሓፈሻ ቀለልቲ

- ኮይኖም ባዕሎም ድማ ይጠፍኡ። ደድሕሪ ክታቦት ቁሩብ ረስኒ ምግባር እቲ ዝበዝሖ ግዜ ዝረኣይ ጎድናዊ ሳዕቤናት እዩ። ብተወሳኺ ድማ እቲ ብመርፍእ ዝተወግኦ ክፍሊ ኣካል ክቐይሖን ክሓብጥን ይኸእል እዩ። ቃንዛ ንምጉዳል ዝሕግዙ ሓደ ሓደ ምኽርታት፡
- ኣብ ግዜ ረስኒ እኹል ፈሰሲ ምስታይ ብጣዕሚ ኣድላዩ እዩ
- ናኣሸቱ ህጻናት ቀጨውጨው ኣብ ዝብሉሉ እዋን ምሕቁፍን ምዝንጋዕን ቛንዝኣም ንምር ስዕዕ ይሕግዝ እዩ
- እንተደኣ ጃልዓ ቃንዛ ወይ ረስኒ ኣለዎ ኮይኑ ፓራሲታሞል ይሕግዝ እዩ። ኣብቲ ናይ ሓበሬታ ጽሑፍ ውላድካ ክወስዶ ዝግበኦ መጠን ክትረኽቡ ትኸእል ኢኻ
- እቲ ክታቦት ዝተወግኡሉ ኢድ ወይ ድማ እግሪ፣ ብዙሕ ዘይምትንካፍ። እዚ ነቲ ቛንዛ ከጋድዶ ይኸእል እዩ።

ኣዝዮም ከበድቲ ጎድናዊ ሳዕቤናት ሳሕቲ እዮም ዘጋጥሙ። እንተደኣ ውላድካ ኣጸቢቐ ስለ ዝሓመመ ወይ ድማ ድሕሪ ቁሩብ መዓልታት ገና ቀጨውጨው ስለ ዘብሎ ዘሎ ወይ ድማ ገና ረስኒ ስለዘለዎ ተሻቕልካ ኣለኻ ኮይንካ ናብ ሓኪምካ ብምድዋል ክትመያየጥ እቲ ዝበለጸ እዩ።

ንጎድናዊ ሳዕቤናት ምሕባር

ብኸታቦት ንዝመጽ ጎድናዊ ሳዕቤናት ናብ ሓኪምካ ወይ ድማ ክታቦት ንዝሃበ ነርስ ክትሕብር ትኸእል ኢኻ። ሽዑ ንሱም ነቶም ጎድናዊ ሳዕቤናት ናብ ናይ ጎድናዊ ሳዕቤናት ማእከል (Lareb) የመሓልፍዎም። ባዕልኻ እውን ን ጎድናዊ ሳዕቤናት ናብ Lareb ክትሕብር ትኸእል ኢኻ። እዚ ብመንገዱ rijksvaccinatieprogramma.nl ዝብል ናይ ኢንተርኔት መርባብ ክግበር ይከኣል እዩ

ካብ ሃገራዊ መደብ ክታበት ወጻኢ ዝወሃቡ ክታበታት

ኣብ ሃገራዊ መደብ ክታበት ዘይኣተዉ ክታበታት እውን ኣለዉ። ንስኹም ወይ'ውን ደቅኹምን ነዞም ክታበታት ክትውግእዎም ትኽእሉ ኢኹም። ግን እቲ ዝግበር ክፍሊት ባዕልኹም ኢኹም ክትከፍልዎ ዘለኩም። እንተደኣ ነዞም ክታበታት ክትወስድዎም ድልየት ኣለኩም ኮይኑ መጀመርታ ምስ ሓኪምኩም ወይ ድማ ናይ ክታበት ጥዕና ማእከል ክትመደዩጡ ትኽእሉ ኢኹም። እዚኣም ክታበታት ኣብ ናይ ጥዕና ምኽሪ ቤት ጽሕፈት ክትረኽብዎም ኣይትኽእሉን ኢኹም። ኣብ rivm.nl/vaccinaties ዝተባል ናይ ኢንተርኔት መርበብ ብዘዕባ ኣብ ኔዘርላንድ ዝወሃቡ ክታበታት ተወሳኽቲ ሓበሬታት ከተንብቡ ትኽእሉ ኢኹም።

ሕማም ዓባይ ሰዓል ክሕዞም ዘሎ ተኽእሎ ዓቢ እዩ ዝተባህሉ ቆልዑት ጸረ ሕማም ዓባይ ሰዓል ከገልግል ዝኽእል ክታበት ንኽወስዱ ይቐርቡሎም እዩ። እንተደኣ ውላድኩም ነዚ ክታበት'ዚ ክወስዶ ይግባእ እዩ ተባሂሉ ኹይኑ ካብ ናይ GGD ክፍሊ ምጥፋእ ሕማም ዓባይ ሰዓል መጻዕዕታ ይመጽኩም እዩ። ሕቶታት ምስ ዝህልወኩም ሕቶኹም ናብ GGD ከተቐርቡ ትኽእሉ ኢኹም። ነዚ ክታበት ዝግበር ክፍሊት ብናይ ጥዕና ውሕስነት ዝህብ ትካል (ኢንፎር-ንስ) እዩ ዝኽፈል።

ምስ ውላድኩም (ናብ ርሑቕ) ክትገኹ መደብ ኣለኩም? እንተደኣ ተወሳኺ ክታበት ዘድልየ ኩም ኮይኑ ንናይ ገደብ ክታበት ቤት ጽሕፈት (GGD) ተወከሱ ኢኹም።





ምስ ናይ ቆልዑት ናይ ጥዕና ክንክን ምዝርራብ

ኣብ rijksvaccinatieprogramma.nl ዝተባል ናይ ኢንተርኔት መርበብ ብዛዕባ ዝተፈለ ለዩ ተለባዕቲ ሕማማት፣ ክታቦታትን ጎድናዊ ሰዕቤናትን ዝምልከቱ ተወሰኽቲ ሓበሬታት ትረኽቡ ኢኹም። ግን ድማ ኣብ ኢንተርኔት

ብዙሓት ጌጋታት ዝኾኑ ሓበሬታት ይርከቡ እዮም። ስለዚ ድማ ብዛዕባ ክታቦታት ዝምልከቱ ሕቶታት ምስ ዝህልውኹም ኩሉ ግዜ ነቶም ኣብቲ ጥዕናዊ ምኽሪ ትወስድሉ ቤት ጽሕፈት ዘለዉ ሓካይም ወይ ድማ ነርሳት፣ ናይ ቆልዑትን ስድራ-ቤታትን ማኣከል ወይ ድማ ኣብ ከባቢኹም ንዝርከብ GGD ክትሓትዎም ትኽእሉ ኢኹም።

ሓበሬታት ብዛዕባ ክታቦት

እቲ ናይ ህዝባዊ ጥዕናን ምሕላው ኣከባቢን መንግስታዊ ትካል (RIVM) ንወለዲ ብዛዕባ ክታቦታት ዝምልከት ሓበሬታ ይህበም እዩ። እዚ ድማ ነፍሰ-ጸራት ብድሕሪ ናይ 22 ሳምንታት ጥንሰን ንነፍሰ-ጸራት ዝወሃብ ክታቦት ንኽወስዱ ዕድሙ ብምግባር እዩ ዝጅመር። እቲ ህጻን ትውልድ ምስ ኣበላ ብቑልጡፍ እቲ ቐለዓ ዕድሚኡ ክሳብ 14 ኣዋርሕ ዝገብር ንኹሎም ዝወሃብዎ ክታቦታት ዘገልግሉ ጥማር ናይ ክታቦት ከርድታት ንወለዲ ይወሃቦም። እቲ ቐለዓ ዕድሚኡ 4 ከምኡ ድማ 9 ዓመት ምስ በጽሖ ድማ ከም ብሓድሽ ዝቕጽል ክታቦት ንኽግበር ንወለዲ ዕድሙ ይግበረሎም። ኣዋልድ ኣብታ ዕድሙኣን 13 ዝበጽሓትላ ዓመት ን መንሸሮ ማህጻን መከላኸሊ ዝኾነን ክታቦት ንኽወሃብን ዕድሙ ይግበረላን እዩ። ኣዋልድን ኣወዳትን ኣብታ ዕድሙኣም 14 ዝበጽሓትላ ዓመት ን ሕማም ኣንቅጺ መከላኸሊ ዝኾነን ክታቦት ንኽወሃቦም ዕድሙ ይግበረሎም እዩ።

ዝተገብሩ ክታቦታት ኣብ ሰለስተ ቦታታት ይምዘገቡ፡ ኣብ ናይ ቆልዑት ናይ ጥዕና ክንክን መዝገብ፣ ኣብ ናይ ቐለዓ ናይ ክታቦት መረጋገጻ ወረቐትን ብሃገር ደረጃ ድማ ኣብ RIVM ይተሓተ።

RIVM ነዞም ሓበሬታታት እዚኣቶም ፡ ንዓይነት (ብቕዓት) ናይ እቲ መደብ ብቐጻሊ ክመዝኖ፣ መዘኻኸሪታት መስደዲ ክኾኖ፣ ቅዳሕ ናይ ክታቦት ምስክር ወረቐት ክዕድለሉን ከምኡ ድማ ኣብ ኔዘርላንድ ክንደይ ሚእታዊት ቆልዑት ከም ዝተኸትቡ ንምፍላጥን እዩ ዝጥቀሙሎም። እንተደኣ ሓይ ተለባባሪ ሕማም ተለዒሉ፣ ክንደይ ቆልዑት መከላኸሊ ወሲዶም ከምዘለዉ ክትፈልጥ ኣዘዩ ኣድላይ እዩ፣ ብኸምዚ ድማ ናይቲ ሕማም ናይ ምስፍሕፍሕ ተኸእሎ ኣሎን ዩሎን ክንጽር ይኽእል ወይ ድማ መንግስቲ ፍሉይት ስጉምታት ክወስድ ኣድላይነት ዘለዎ እንተኾይኑ ይፈልጥ።

Published by:

**National Institute for Public Health
and the Environment, RIVM**

P.O. Box 1 | 3720 BA Bilthoven

The Netherlands

www.rivm.nl/en

January 2020

Committed to *health and sustainability*