



# ቍማል ርክሲ

## ቍማል ርክሲ

ኩላቶም ኣብ ርክሲም ጸጉሪ ዘለዎም፡ ዕድመኦም ደኹን ዓይነት ጽጉሮም ብዘየገኛ፡ ቍማል ክለገቦም ይኸክል ኣዩ። ቍማል ደም ዝመጽዩ ኮይኖም፡ መንከስቶም ድማ ከም ተሓክኽ ደገብረካ/ሳሓ ይፈጥር። ብቍማል ምስ ተነኸስካ ምሕካኽ ክሳብ ዝጅምረካ ሰሙናት ክጸንሑ ይኸክል። ህላዌ ቍማል ምስ ሕማቕ ጽሬት ዝተኣሳሰር ኣይኮነን። ቍማል ድማ ብተራ ሻምፖ ተሓጺቡ ክክለ ዝኸክል ኣይኮነን።

## ቍማል ከም ዘለዉኻ ብኸመይ ትፈልጥ?

- ኣብ መንኩብ ናይቲ ቍማል ኣለዎ ተባሂሉ ዝፍተሸ ሰብ ጻዕዳ ሸጎማኖ ግበር።
- ዝተርከሰ ጸጉሪ ንምንቅስቃስ ቍማል የዛሕትሎ ኣዩ።
- ንምለኻ ጸጉርኻ ደቂቕ መዘርገፍ ተጠቐምካ ብጽቡቕ ኣገባብ ሰንተሮ።
- ኣብቲ መዘርገፍ ደኹን ኣብቲ ሸጎማኖ ቍማል ደኹን ጭብ/ዕጻ ከይህልዉ ፈትሹ።
- ቄልዑ ቍማል ከይህልዎም ኣንተ ወሓዲ ብምዱብ ሓዲ ግዜ ኣብ ወርሒ ፈትሹ።



ኣብ ነዊሕ ጸጉሪ ዘለዉ ቍማል ንክትረኽቦም ነቲ ጸጉሪ ኣብ 3 ክሳብ 6 ክፋል መቐልካ ብብተራ ክትሰትንትሮ ኣለካ።  
ፎቶ፡ ሌነ ሱልባከን

## ቍማል ብኸመይ ክጠፍኡ ይኸክል?

ቍማል ብመድሃኒት፡ ብምስንታር ወይ ድማ ንጸጉርና ካብ 0.5 ሴንቲ ሜተር ዝሓጽር ብምቕምቃም ክነጥፍኡም ንኸክል። ብዙሓት ኣብ ሓዲ ስድራቤት ዝነብሩ ወይ ብቐረብ ትራኽቦም ሰባት ቍማል ኣንተ ገይሮም፡ ዳግማይ ቍማል መታን ከይለገቦም ኩላቶም ብሓንሳብ ፈውሲ ክገብሩ ኣለዎም።

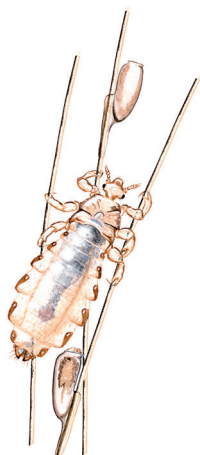
### ፈውሲ ቍማል፡

ፈውሲ ቍማል ኣብ ጸጉርን ኣብ ቄርበት ርክሲን ይልከ። እዚ ፈውሲ ንቍማል ዘጥፍኦ ንጥረ ነገር ኣለዎ። ናይ ቍማል መድሃኒታት ዝተፈለገዩ ኮይኖም ገሊኦም ልዕሊ ካልኦት ኣድማዕቲ እዮም። ንጡፋት ንጥረ ነገራት ዘለዎም ከም ማለቲኖን ወይ ዲመቲኮን ኣድማዒ ውጽኢት ዘለዎም ይመስሉ። ፐርሜትሪን ዘለዎም ፍርያት ዝበዝሑ ግዜ ኣሉታዊ ውጽኢት ኣለዎም። ምኽንያቱ ብርክት ዝበሉ ኣብ ኖርወይ ዝርከቡ ዓይነታት ቍማል ነቲ ንጥረ ነገር ተጻዋርነት ኣጥርፍኖም ኣለዉ። ገለ ካብ ኣታኸልቲ ዝርከቡ ቅብኢታት ኣድማዕቲ ክህልዎም ይኸክል ኣዩ። ብዛዕባኡ ዘተገብረ ስነፍልጠታዊ መጽናዕቲ ግን ውሑድ ኣዩ።

ኣብቲ መድሃኒት ተጻሒፉ ዘሎ መምርሒ ብጥንቃቄ ተኸተሎ። ገለ ናይ ቍማል መድሃኒታት ንኣሸቱ ቄልዑ ወይ ጥኑሳት ኣንስቲ ክጥቀሙሎም ኣይከክሉን እዮም። እቲ ቍማል ዘለዉዎ ወይ ዘለዎም ሰባት ጥራይ ፈውሲ ቍማል ክጥቀሙ ከም ዘለዎም ዘክር፡ ምኽንያቱ ኩሉ ግዜ ውሑድ ጎድናዊ ሳዕቤን ክህሉ ስለ ዝኸክል።

### ምስንታር፡

ብናይ ቍማል መዘርገፍ ምስንታር ብኣገባብን ብጽፍፍን መዓልታዊ ኣንተ ወሓዲ ንሸሞንተ መዓልታት ክግበር ዘለዎ ኮይኑ፡ ድሕሪቲ ድማ ኣብ ሰሙን ሓዲ መዓልቲ ንሰለስተ ሰሙን ክቕጽል ኣለዎ። ኣብ ግዜ ምስንታር እቲ ጸጉሪ ጥልቁይ ክኸውን ኣለዎ። ነቶም ዝወድቁ ቍማልን ጭብን/ዕጻን ንምሓዝ ኣብ መንኩብካ ሸጎማኖ ግበር። ድሕርዚ ቍማልን ጭብን ንምጥፋኽ ነቲ ሸጎማኖን መስንተርን ብስሳ ዲግሪ ሙቕት ሕጸቦ ወይ ድማ ንኣርባዕተ ሰዓታት ኣብ ቦረድ ኣጽንሓዩ።



ሓዲ እኹል ቍማል ርክሲ ክሳብ 3 ሚሊ ሜተር ይበጽሖ።  
ፎቶ፡ ፕረባን ኦተሰን

>>

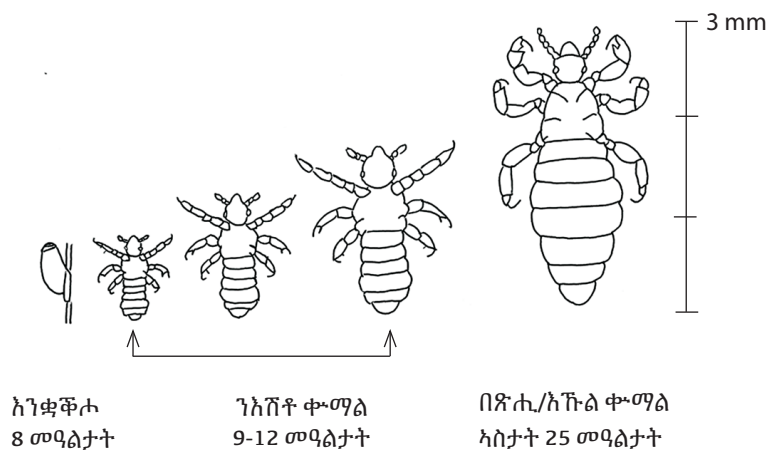


**ቍማል ብኸመይ እዮም ዝመሓላለፉ?**

ቍማል ርእሲ ከነጥሩ ደቡን ከነፍሩ ኣይክኣሉን፡ ግን ኣብ ንጸጋግዓሉ ግዜ ለመም ብምባል ካብ ርእሲ ናብ ርእሲ ክመሓላለፉ ይኸኣሉ። ብመንገዱ መተርኣስ፡ ኣቐሑ ገዛ፡ ኩሰድደር (ዝሕቂፍ ምስሊ እንስሳታት) ወይ ክዳውንቲ ቍማል ክመሓላለፍ ኣዝዩ ጸቢብ ዕድል እዩ ዘሎ። እንተኾነ፡ ካብ ቍማል ዘለዎም ሰባት ቆብዕ መሳሊ ነገራት፡ ኣስባስላ/ብራቮ፡ መሰንተር፡ መተሓዝ ጸጎራ ወይ ካልኦ ነገራት ዘይምልቃሕ ዝሓሸ እዩ። ቍማል ዘለዎ ሰብ ክርከብ ከሎ ግዜ ሳሕቲ እዩ ንበይኑ ጥራይ ዝሕዘ። ፍወሳ እንተ ዘይተገደሩ ድማ ስድራቤትን ናይ ቀረባ ኣዕሩኽን ነንሓድሕዶም ብተደጋጋሚ ቍማል ክመሓላለፎም/ክለግቦም ይኸኣል።

**ቍማል ኣብ መዋእለ ሕጻናትን ኣብ ቤትትምህርትን።**

ኣብ መዋእለ ሕጻናትን ኣብ ቤትትምህርትን ኣብ ዘለዉ ቁልዑ ቍማል ምስ ዝርከቡ ብኩ ምኽንያት ነቶም ቁልዑ ናብ ገዛ ምስዳዶም ኣድላዩ ኣይኮነን። ምናልባት እቲ ቁልዑ ንንውሕ ዝበለ ግዜ ቍማል ነደሩዎ ክኸውን ስለ ዝኸኣል፡ ንውሑድ ሰዓታት ነቲ ቁልዑ ምእላዩ ተርጉም ዘለዎ ኣይኮነን። እቲ ቁልዑ ኣብ መዋእለ ሕጻናት ወይ ኣብ ቤትትምህርቲ ከም ንቡር ክቐጽል ይኸኣል እዩ። እንተኾነ፡ ብዘተኸኣለ መጠን ቅልጥፍ ኢሉ ፍወሳ ቍማል ክጅመረሉ ኣለዎ። መዋእለ ሕጻናት/ቤትትምህርቲ ከምኡ'ውን መቐርብ ዝኾኑ ሰባት፡ ኩላቶም መታን ክጥንቀቁን እቲ ናይ ምልጋብ ተኸኣሎ ክውገድን ሓዲ ኣብቲ ከባቢ ዝርከብ ቁልዑ ቍማል ምስ ዝህልዎ ኩሎም ክሕብሩ ኣለዎም።



III: ፕረባን ኦተሰን  
3 ሚሊሜተር