

ዘመተ/ስጉምቲ ኣንጻር ቊማል ጸጉሪ ርእሲ

ትካል ህዝባዊ ጥዕና ኣብ ምሉእ ሃገር ንዘለዉ ቤት ትምህርትታትን መዋእለ ሕጻናትን ኣብቲ ዓመታዊ ክልተ ግዜ፡ ኣብ መበል 10 ከምኡውን መበል 35 ሰሙን ዝካየድ ናይ ቊማል ጸጉሪ ርእሲ ምጥፋእ ዘመተ ክሳተፋ የተባብዕ። ኣብዚ ሰሙንዚ ድማ ኣብቲ ዘመተ ክንሳተፍ ኢና።

ቀንዲ ዕላማ ናይቲ ዘመተ፡ ኣብ መላእ ሃገር ናይ ዘለዉ ቤት ትምህርትታት ተመሃሮን ኣብ መዋእለ ሕጻናት ዝርከቡ ቁልዑን ኩላቶም፡ ቊማል ጸጉሪ ርእሲ ከይህልዎም ንክምርመሩ/ንክፍተኹ እዩ። ኩላቶም ኣብ ቤት ትምህርቲ ይኹን ኣብ መዋእለ ሕጻናት ዝርከቡ ልክሳተፋ ኣገዳሲ እዩ። ብተወሳኺ፡ ኣብ ናይ ዘመተ እዋን ቁልዑን ሰራሕተኛታትን ጥራይ ዘይኮነ ኣባላት ስድራ ቤትውን ቊማል ጸጉሪ ርእሲ ከይህልዎም ክፍተኹ ይግብኡም። ብኸምዚ ድማ ዳግማይ ቊማል ርእሲ ክርእይ ይኹን ናይ ምልጋብ ሓደጋ ክህልዉሉ ዝኸኸል ኣጋጣሚ ይጎድል። ቊማል ጸጉሪ ርእሲ ኣብ ዝረኣየሉ እዋን፡ ነቲ ቁልዑ ካብ ቤት ትምህርቲ ከም ዝርሕቕ ኣብ ክንዲ ምግባር፡ ኣብ ዝቐልጠፈ ግዜ ሕክምና ዝረኽቡሉ ኮነታት ክፍጠር ኣገዳሲ እዩ።

ቊማል ጸጉሪ ርእሲ፡ ንጸጉርና ብመመሽጥ (lusekam/መመሽጥኣብ ፋርማሲ ከግዛእ ይከኣል) ክንስትሮ ከለና ክንረኽቦም ንክእል። ንጸጉሪ ካብ እግሩ ክሳተፍ ኣገዳሲ እዩ። ስለዚ ካብ ቆርባታ ርእሲ ክጅመር ኣለዎ። ትካል ህዝባዊ ጥዕና፡ ክንስንትር ከለና ጸጉርና ክነጠልቅዮ እዩ ዝላቦ፡ ምክንያቱ ዝጠለቀየ ጸጉሪ ርእሲ ንምንቅስቓስ ቊማል ጸጉሪ ርእሲ ይዓግቶ እዩ። ባልሳም ቅብኢ ብምጥቃምውን ንምስንታር ዝቐለለ ክንገብር ንክእል። ኣብ ነፍስወከፍ ምስንታር ነቲ መመሽጥ ብልሰሉስ ወረቐት (ሰፍት) ወይ ድማ ሽጎማና ብምድራዝ ቊማል ጸጉሪ ርእሲ እንተለዉ ክንርእ ንክእል። እቶም ቊማል ጸጉሪ ርእሲ ምስ ነቕጹ ክንቀሳቐሱ ክጅምሩ እዮም። ገለ ሰባት ንቕጹ ጸጉሪ ክምሸጡ ይመርጹ። ሰባት ጸጉሪ ክስንትሩ ከለዉ ደኒኖም ኣብ ትሕቲ ጻዕዳ ሽጎማና ወይ ተመሳሳሊ ጨርቂ ኣንጺፎም ነቶም ካብ ጸጉሪ ርእሲ ዝወድቁ ቊማል ክረግፉ ከለዉ ብቐሊሉ ክርእዩም ይኸእሉ። ዝኹን ኮይኑ እቲ ኣገዳሲ ጸጉርና ክንስንትሮ ከም ዘለና እዩ።

ቊማል ጸጉሪ ርእሲ ከጋጥሙና ከለዉ ነቲ ሽግር ንምፍታሕ ክንገብርም እንክእል ዝተፈላለዩ ኣገባባት ፍወሳ ኣለዉ። 1. ፈውሲ ቊማል (ካብ ፋርማሲ ዝዕደግ) ክነጥቀም ንክእል። 2. ቀጻሊ ብምስንታር (መዓልታዊ ንዓሰርተ ኣርባዕተ መዓልታት) ወይ ከኣ 3. ጸጉርና ካብ 0.5 ሴንቲ ሜተር ኣሕጺርና ብምቕራጽ። ፈውሲ ቊማል ጸጉሪ ርእሲ ክንጥቀም ከለና ኣብቲ መዕሸጊ ተጻሒፉ ንዘሎ መምርሒ ብጥንቃቕ ክንክተሎ ኣለና።

ቊማል ጸጉሪ ርእሲ ሓደገኛ ኣይኮኑን፡ እንተኹን ክልግቡኻ ከለዉ ኣሸገርቲ ክኹኑ ይኸእሉ እዮም። ቊማል ጸጉሪ ርእሲ፡ ርእሲ ምስ ርእሲ ክተናኸፍ ከሎ ዝላገቡ ኮይኖም፡ ዕድመን ዓይነት ጸጉርን ወዘተ ክይፈለዩ ከጥቅዑና ይኸእሉ። ቊማል ጸጉሪ ርእሲ ካብ ርእስና ክእለዩ ከለዉ ቀልጢፎምዮም ዝዳኸሙ። ስለዚ፡ ገዛ፡ ጠረጴዛን መንበርን፡ መተርኣሳትን ወዘተ ምሕጻብ ኣድላዩ ኣይኮነን።

ነፍስወከፍ ኣብ ቤት ትምህርት/መዋእለ ሕጻናትና ቁልዑ ዘለዉኹም ሰባት ነቲ ዘመተ ከም ዝዕወት ኣብ ምግባር ክተሓጋዝ፡ ሓቢርና ድማ ነዚ ናይ ቊማል ጸጉሪ ርእሲ ጸገም ክነጥፍኡ ተስፋ ንገብር። ውጽኢት ናይ ዝተገብረ መጽዕዕቲ፡ ቊማል ጸጉሪ ርእሲ ምትሓዝ ንምግዳል፡ እቲ ኣገዳሲ ቀጻሊ ምቑጽጻር ምግባር ምጃኑ እዩ ዝሕብር። ድሕርቲ ናይ ዘመተ ግዜ ቁልዑ እንተ ወሓደ ሓደ ግዜ ኣብ ወርሒ ክምሸጡ ኣለዎም። ሰሙናዊ ክኸውን ግን ዝያዳ ይምረጽ።

ብዛዕባ ቊማል ጸጉሪ ርእሲ ዝያዳ ኣብዚ ኣንቡብ፡ www.fhi.no/lus