



UK Health
Security
Agency



ንገዛእ ርእሰኹም ካብ ሕማም ጉንፋዕ ተኸላኽሉ

ክታበት ሕማም ጉንፋዕ ኣብ ዓዲ እንግሊዝ

ነቶም ኣብ ካልኣይ ደረጃ ቤት ትምህርቲ ዝመሃሩ ዝምልከት ሓበሬታ



Flu mmunisation

ንገዛእ ርእሰኹም ካብ ሕማም ጉንፋዕ ንክትከላኽሉ ምሕጋዝ

ክታበት ሕማም ጉንፋዕ ነዞም ዝሰዕቡ ኣካላት ብነጻ ይወሃቡ:-

ኩሎም ካብ 2 ክሳብ 3
ዓመት ዝዕድሚኦም ቆልዑ
(ኣብ 31 ነሓስ ቅድሚ
ክታበት ጉንፋዕ ኣብ
ቀውዒ ምጅማሩ)



ንትምህርቲ ዕድሚኦም
ዝኣኸሉ ቆልዑ (ቅበላ
ናብ 11 ዓመት)

ንሕማም ጉንፋዕ
ክቃልዑ ኣብ ዝለዓለ
ሓደጋ ዘእቱ ኩነታት
ጥዕና ዘለዎም ካብ
6 ወርሒ ንላዕሊ
ዝዕድሚኦም ህጻናት



ነቶም ዓመት ዓመት ክታበት ክወስዱ ብቑዓት ዝኾኑ ቆልዑ
ዝምልከት ተወሳኺ ሓበሬታ ኣብ:-

www.nhs.uk/child-flu ክርከብ ይኽእል

ስለምንታይ እየ ክታበት ጉንፋዕ ክኸተብ ዘድልየኒ?

ጉንፋዕ ረስኒ፣ ብርቱዕ ድኻም፣ ቃንዛ ጭዋዳታትን መላግቦታትን፣ ምዕባስ ኣፍንጫ፣ ደረቕ ሰዓልን ቁስሊ ጎሮሮን ዘስዕብ ኣዘዩ ሕማቕ ሕማም ክኸውን ይኽእል እዩ። መብዛሕትኡ ግዜ ኣብ ውሽጢ ሓደ ሰሙን ኣቢሉ ጽቡቕ ክስምዓካ ይጅምር። ገለገለ ሰባት ዝያዳ ጸገማት ከማዕቡሉ ይኽእሉ ከምኡውን ንሕክምና ናብ ሆስፒታል ክኸዱ የድልዮም።

ረብሓታት ናይዚ ክታበት እንታይ እዩ፡

እዚ ክታበት እዚ ምውሳድ በቲ ሕማም ሕማቕ ከይስመዓኩም ንምክልኻል ይሕግዘኩም። ትምህርትኹም ካብ ምብኳርን ክትፍጽምዎም ዝመደብኩም ነገራት ካብ ዘይምፍጻምን የድሕኩም።

እዚ ክታበት ካብ ሕማም ጉንፋዕ ንምክልኻል ይሕግዘ ከምኡውን ጉንፋዕ ናብ ካልኣት ሰባት ናይ ምዝርጋሕ ዕድል ይንክዮ፣ ብእኡኣቢሉ ድማ ንስድራቤትኩምን ኣዕርኽትኹምን ከይተሓላለፎም ይከላኸላሎም።

ዝሓለፈ ዓመት ክታበት ሕማም ጉንፋዕ ወሲደ ነይረ።

ኣብዚ ዓመት እዚ ካልእ ተወሳኺ ክወስድ የድልየኒዶ፡

እወ፡ እቶም ጉንፋዕ ዘመሓለፉ ሻይረሳት ዓመታዊ ስለዝለዋወጡ፡ እቲ ክታበት ዝተመሓየሽ ክኸውን ይኽእል እዩ። በዚ ምክንያት ድማ፡ ዋላእኳ ዝሓለፈ ዓመት ተኸቲብኩም እንተኸንኩም ሕጂ ድማ ካብ ሕማም ጉንፋዕ ንምክልኻል ክትክተቡ ንመኽረኩም።



እቲ ክታበት ብኸመይ ኣገባብ እዩ ዝወሃብ?

እቲ ክታበት ኣብ ኣፍንጫ ብምንጸግ ዝወሃብ እዩ። እቲ ብኣፍንጫ ዝንሳዕ ምቹእ እንተዘይኮይኑ፣ ኣብ ክንድኡ መርፍእ ክወሃብ ይኽእል፣ መብዛሕትኡ ግዜ ኣብ ጭዋዳ ኣብ ላዕለዋይ ክፋል ቅልጽም።

ስለዚ እቲ ኣብ ኣፍንጫ ዝንጸግ ብኸመይ ኣገባብ እዩ ዝሰርሕ?

እቲ ኣብ ኣፍንጫ ዝንጸግ ጉንፋዕ ከኸትሉ ዘይክእሉ ዝተዳኸሙ ቫይረሳት ዝሓዘ ኾይኑ ተጻዋርነት ናይ ሕማም ንኸተጥርዩ ግና ኣዝዮም ዝሕግዙ እዮም።

እቲ ክታበት ኣብ ኣፍንጫ ብቑልጡፍ ዝወሃሃድ ኮይኑ፣ ስለዚ ዋላእኳ ነቲ ክታበት ምስ ተነሳዕኹም ቀልጢፍኩም እንተሃንጠስኩም፣ ኣይሰርሐን ከይከውን ኢልኩም ክትጭነቑ የብልኩምን።

እዚ ክታበት እዚ ዝኾነ ጎድናዊ ሳዕቤን ኣለዎ ዶ?

ነዚ ክታበት ምስ ወሰድኩም ጸረርታ ወይ መዕበስቲ ኣፍንጫ፡ ቃንዛ ርእሲ፡ ሓፈሻዊ ድኻም፡ ከምኡውን ሸውሃት ምዕጻው ከኸትለልኩም ይኽእል። እንተኾነግን፣ እዚኡም ካብ ብሕማም ጉንፋዕ ምትሓዝን ዘስዕቦም ጸገማትን ኣዝዮም ዝቐለሉ እዮም። ከበድቲ ጎድናዊ ሳዕቤናት ብዙሕ ግዜ ዘጋጥሙ ኣይኮኑን።

ኣብታ ክታበት ዝወስደላ መዓልቲ ጽቡቕ ምስ ዘይስመዓኒኽ፡

ረስኒ ምስ ዝህልወኩም እቲ ክታበት ከተደናጉይዎ ትኽእሉ ኢኹም። ብተወሳኺ፣ ብርቱዕ ጸረርታ ወይ መዕበስቲ ኣፍንጫ ምስ ዝህልወኩም፣ እዚ እቲ ክታበት ናብ ስርዓተ ኣካላትኩም ከይኣቱ ክኽልክሎ ይኽእል እዩ። ኣብ ከምዚ ዝኣመሰለ ኩነታት፣ እቲ ናይ ጉንፋዕ ክታበት ክሳብ ኣብ ኣፍንጫኹም ዝተፈጥሩ ጸገማት ዝእለዩ ከተናውሑዎ ይግባእ።

ኣብቶም ንንውሕ ዝበለ ግዜ ጥዕናዊ ጸገም ዝጸንሑም ንኣሽቱ መንእሰያትክ እንታይ ምግባር ይከኣል፡

ንብርቱዕ ሕማም ጉንፋዕ ዘቃልዕ ንንውሕ ዝበለ ግዜ ዝጸንሑ ጥዕናዊ ጸገም ምስ ዝህልወኩም፣ ኣብ ነፍሲወከፍ ዓመት ናይ ጉንፋዕ ክታበት ክትወስዱ ይግበእኩም። ሓደ ካብዞም ዝስዕቡ ጥዕናዊ ጸገማት ምስ ዝህልወኩም እሞድማ ሓደ ካብዞም ኣብ ቤት ትምህርቲ ክታበት ዝወሃቦም ጉጅለታት ሕማም ምስ ዘይከውን፡ ንሓፈሻዊ ናይ መጥባሕቲ ሓኪምኩም ክታበት ክህበኩም ክትሓትዎ ትኽእሉ ኢኹም። ብተወሳኺ ክሳብ እቲ መደብ ክታበት ናይ ቤት ትምህርቲ ክትጽበዩ ዘይትደልዩ ምስ እትኾኑ፡ ንሓፈሻዊ ናይ መጥባሕቲ ሓኪምኩም ነዚ ክፍጽመልኩም ክትሓትዎ ትኽእሉ ኢኹም።

ንዝያዳ ሓደጋ ሕማም ጉንፋዕ ከቃልዑ ዝኽእሉ ንነዊሕ ግዜ ዝጸንሑ ጥዕናዊ ጸገማት

እዞም ጸገማት እዚኦም ነዞም ዝስዕቡ የጠቓልሉ፡-

- ከበድቲ ናይ ሳንቡእ ጸገማት፣ ከም በዓል ኣዘማ ዝኣመሰሉ ብስሩዕ ኣርተፍሻል መስተንፈስን ከኒናን ምውሳድ ዘድልዮም
- ከበድቲ ናይ ልቢ ጸገማት
- ሕማም ኩሊት ወይ ጸላም ከብዱ
- ሕማም ሸኮርያ
- ብምኽንያት ሕዱር ሕማም ወይ ዝተናውሐ ግዜ መድሃኒት ብምውሳድ ምድኻም ስርዓተ ተጻዋርነት ሕማም ዘስዕቡ ከም በዓል እስተሮይድ (steroid) ዝተባህለ ከኒና ወይ ብመርፍእ ዝወሃቡ ኣፋውስ
- ናይ ላልሽ ጸገማት፣ ንኣብነት ሕማም ሲክል ሴል (sickle cell disease)፣ ወይ ድማ ላልሽ ዝተኣለየሉ ሰብ
- ክትመሃር ዘይምኽኣል
- ኣብ ስርዓተ መትኒ ዝፍጠሩ ጸገማት፡ ከም በዓል መልመስቲ መትንታት ሓንጎል



ተወሳኺ ሓበሬታ ንምርካብ ኣብ መርበብ ሓበሬታ www.nhs.uk/child-flu ተወከሱ

ዝኾኑ ንኣሸቱ መንእሰያት ነዚ በፍንጫ ዝንጸግ ክታበት ክወስዱ ዝየግብኦም ኣለዉዶ፡

መብዛሕትኦም ህጻናትን መንእሰያትን ብኣፍንጫ ዝንጸግ ክታበት ይቐርቡሎም፤ እዚ ድማ ቅልጡፍን ቀሊልን ንምሃብ ዝሕግዝን ንህጻናት ድማ ተመራጺ ክታበት እዩ። እንተኾነግን፡ ገለ መንእሰያት ነዚ በፍንጫ ዝንጸግ ክታበት ክወስድዎ ኣይክእሉን ይኾኑ (ነዚ ብዝምልከት ኣብ ታሕቲ ዝተገልጹ ዝርዝራት ተወከሱ)። ቅድሚ ክታበት ምውሳድኩም ስድራቤትኩም ናይ ፍቓድ ምሃብ ዝምልከት ቅጥዒ ክመልእዎ ክወሃቦም እዩ፡ እዚ ድማ እቲ ክታበት ንዓኹም ዝሰማምዓኩም ድዩ ዘይሰማምዓኩም ዘነጽሩ ሕቶታት ዝሓዘ ቅጥዒ እዩ። ስድራቤትኩም ዝኾኑ ሕቶ ምስ ዝህልዎም ምስቶም ናይ ቤት ትምህርቲ ጉጅለ ክታበት ክዘራረቡ ይኽእሉ እዮም። ብኣፍንጫ ዝንጸግ ክታበት ክትወስዱ ዘይትኽእሉ ምስ እትኾኑ፡ ብመርፍእ ዝውጋእ ክታበት ጉንፋዕ ክትወስዱ ትኽእሉ ኢኹም።

ብኣፍንጫ ዝንጸግ ክታበት ክወስዱ ዘይግብኦም ሰባት ከመይ ዝኣመሰሉ እዮም?

ኣብ ክንዲ ብኣፍንጫ ዝንጸግ ክታበት፡ ብመርፍእ ዝውጋእ ክታበት ጉንፋዕ ክትወስዱ ትኽእሉ ኢኹም፡ እዚ ድማ ካብዘም ዝሰዕቡ ጸገማት ምስ ዝህልወኩም እዩ፡-

- ኣብዚ እዋን እዚ ወይ ኣብዘን ዝሓለፉ 72 ሰዓታት ናይ ስርዓተ ምስትንፋስ ጺጽታት ዘለኩም ወይ ዝነበረኩም ምስ እትኾኑ
- ኣዝዩ ዝተዳኸመ ስርዓተ ተጻዋርነት ሕማም ምስ ዝህልወኩም ወይ ሓደ ካብ ኣባላት ስድራቤትኩም ብምኽንያት ናይተጻዋርነት ዓቕሙ ኣዝዩ ዝተሓተ ብምኃኑ ምፍላይ ዘድልዮ ምስ ዝህልወኩም
- ሳልሲለይት ዝተባህለ ዝድረዝ መድሃኒት ትጥቀሙ ምስ እትኾኑ
- ክታበት ጉንፋዕ ምስ ወሰድኩም ነድሪ ቁጥባዕ ኣካላት ዘሰበልኩም ምስ ዝኾነውን፡ ወይ ዝኾነ ካብቶም ዝሓለፉ ሕዋሳት ዝነበረኩም ምስ እትኾኑ (ብዘይካ እንቋቋሖ)

እቶም ብኣፍንጫ ዝንጸግ ክታበት ጉንፋዕ ዝወሰዱ ንኣሽቱ መንእሰያት ምስቶም ኣዘዩ ዝተዳኸመ ናይ ሕማም ስርዓተ ምጽዋር ዘለዎም ሰባት (ንኣብነት ምስቶም ድሕሪ ክታበቶም ናይ ኣንጉዕ ምትካል መጥባሕቲ ዝተገብረሎም) ንኣስታት ክልተ ሰሙናት ድሕሪ ክታበት ክራኽቡ የብሎምን።

ምርኻብ ናይ ግድን ምስዝኸውን ወይ ከተወግዶ ዘይከኣል ምስ ዝኸውን ግን ካልእ ኣማራጺ ናይ ጉንፋዕ ክታበት ክወሃቡ ይግባእ። ርግጽኛ ምስ ዘይትኹ፣ በቲ ናይ ቤት ትምህርቲ ጉጅለ ክታበት ኣቢልኩም ኣረጋግጹ፣ ወይ በቲ ኣላይ ሕሙማት ወይ ሓፈሻዊ ሓኪም ወይ ሓፈሻዊ ናይ መጥባሕቲ ሓኪምኩም ኣቢልኩም ኣረጋግጹ።

እዞም ዝስዕቡ ጸገማት ምስ ዝህልዉኩም፡ ወለድኩም ምኽሪ ናይ ፍሉይ ክኢላ ሓኪም ክረኽቡ ኣለዎም፡-

- ብርቱዕ ቁጥጥ ዓይሪ ኣካላት ምስ ዝህልዉኩም (ቁጥጥ ዓይሪ ኣካላት) ናይ እንቋቋሖ ልዑል ሕክምናዊ ክንክን ዘድልዮ ኣብ ዝሓለፈ ግዜ ምስ ዝጸንሓኩም
- ናይ እስተሮይድ (steroid) ከኒና ፍወሳ ወይ ሆስቲታል ኣቲኹም ጽዑቕ ዝኾነ ሕክምናዊ ክንክን ዘድልዮ ሕማም ኣዝማ ምስ ዝህልዉኩም።

እቲ ክታበት ኣበይ እዩ ዝወሃብ?

ዕድሚኡም ንትምህርቲ ዝኣኸለ ህጻናት እቲ ክታበት ኣብ ቤት ትምህርቲ ክወሃቦም እዩ፣ ተወሳኺ ድማ ዝኾነ ኣብ እዋን ክታበት ኣብቲ ቤት ትምህርቲ ዘይነበረ ሰብ ኣብ ማሕበረሰባዊ ክሊኒካት ክታበት ዝወስደሉ ዕድላት ክህሉ እዩ።

ኣብ ገዛ ዝተማህሩ ብቑዓት ህጻናት እቲ ክታበት ክወሃቦም እዩ። ንስኻ ወይ ወለድኻ ብዛዕባ እቲ ምድላዋት ዝምልከት ሓበሬታ ካብ ክፍሊ ትምህርቲ ምምሕዳር ከባቢኻ ክትረኽቡ ትኽእሉ ኢኹም

ነቲ ናይ ክታበት ፍርያት ሓበሬታ ዝሓዘ ወረቐት

ኣብዚ፤ www.medicines.org.uk/emc/

[product/15790/smpc](http://www.medicines.org.uk/emc/product/15790/smpc) ከተንብቡ ትኽእሉ ኢኹም

እቲ ኣብ ኣፍንጫ ዝንጸግ ክታበት ካብ ሓሶማ ዝተሰርሐ ጀላቲናዊ ፈሳሲ (porcine gelatine) ትሕዝቶ ዘለዎ ድዩ?

እወ። እቲ ብኣፍንጫ ዝንጸግ ክታበት ብልዑል ጥንቃቄ ዝተመሰርሐ ኣዝዩ ውሑድ መጠን ናይ ሓሶማ ፈሳሲ ጀላቲን (porcine gelatine) ዘለዎ እዩ። እዚ ድማ ኣብ ብዙሓት ኣገደስቲ መድሃኒታት ኣብ ጥቕሚ ዝውዕል እዩ። እቲ ጀላቲን ነቲ ክታበት ርጉእ ንኽኸውን ይሕግዝ። ስለዚ ድማ ብግቡእ ክሰርሕ ይኽእል።

እቲ ብኣፍንጫ ዝንጸግ ክታበት፣ ንህጻናት ዝምረጽ ክታበት ኮይኑ፣ ንምውሃቡ ድማ ቅልጡፍን ቀሊልን እዩ። ኣብ ሕብረተሰብ ዝርገሐ ጉንፋዕ ኣብ ምንካይ እውን ዝሓሸ ክኸውን ይኽእል እዩ። ካብ ሓሶማ ዝተሰርሐ ጀላቲን ዘለዎ መድሃኒት ወይ ክታበት ዘይትወስድ እንተኾንካ፣ ጀላቲን ዘይብሉ መርፍእ ክታበት ጉንፋዕ ኣሎ።

ተወሳኺ ሓበሬታ ኣበይ ክረክብ እኽእል፡

ንዝያዳ ሓበሬታ ኣብዚ ዘስዕብ ነቑጣ መርበብ ሓበሬታ www.nhs.uk/child-flu ብጽሑ። ነዚ ብዝምልከት ተወሳኺ ሕቶታት ምስ ዝህልወኩም፣ ምስቶም ናይ ቤት ትምህርቲ ጉጅለ ክታበት፣ ሓፈሻዊ ሓኪምኩም፣ ወይ ተላማማዲ ኣላዩ ሓኪም ተዘራረቡ።



www.nhs.uk/vaccinations

© Crown copyright 2025. UK Health Security gateway number: 2024895. Product code: 25SECFLUTIG Tigrinya. 1P 2M May 2025 (APS).

To order more copies of this leaflet please visit: www.healthpublications.gov.uk or call 0300 123 1002. That this leaflet is available in, Albanian, Arabic, Bengali, Bulgarian, Chinese (simplified), Chinese (traditional, Cantonese), Estonian, Farsi, French, Greek, Gujarati, Hindi, Latvian, Lithuanian, Nepali, Panjabi, Pashto, Polish, Portuguese, Romanian, Romany, Russian, Somali, Spanish, Tagalog, Turkish, Twi, Ukrainian, Urdu and Yiddish. Accessible versions are also available as an English large print, braille, British Sign Language video and audio version.