

2014-05-09

**ሜቲሲሊን ዘጸወሩ ስታፊሎኮኩስ አውሬዩስ (ኤም.ኤር.ኤስ.ኣ.)**

**(Meticillinresistent Staphylococcus aureus (MRSA))**

ሓበሬታ ንሕመማት። ብሮፕር ሓካይም ለበደ።

**ኤም.ኤር.ኤስ.ኣ. (MRSA) እንታይ'ዩ?**

ትርጉም ኤም.ኤር.ኤስ.ኣ. ሜቲሲሊን ዘጸወሩ ስታፊሎኮኩስ አውሬዩስ ማለት'ዩ። ኤም.ኤር.ኤስ.ኣ. ማለት እምበኣር፡ እዞም ባክተሪያ ስታፊሎኮኩስ ንገለ-ገለ ጸረ-ተህዋስያን (antibiotika) ተጻዋርነት አሎዎም ማለት'ዩ። ብዝተረፈ ግን ካብ ካልኦት ኣብ ጸረ-ተህዋስያን ተነቃፍነት ዘሎዎም ስታፊሎኮኩስ ኣይፍለዩንዮም። ስታፊሎኮኩስ አውሬዩስ (Staphylococcus aureus) ምንም ጥዕናዊ ጸገም ከየሰዓቡ ብልሙድ ኣብ ቁርበትን ዓልገታዊ መምብራናን (slemhinor) ዚርከቡ ዓይነት ባክተሪያ እዮም። ምንም ሕመም ከይሃለወካ፡ ተሰካሚ ናይዞም ባክተሪያ ክትከውን ልሙድ'ዩ። ባክተሪያ ስታፊሎኮኩስ አውሬዩስ፡ ስሕት ኢሎም ሕክምና ዘድልዮም ሕመማት ረኽቢ። ንኣብነት ከም ረኽቢ ቋሕሊ፡ ምጉሊ ዘሎዎ ሓገል፡ ኢምፕቲን (svinkoppor) ኬስዕቡ ይኸእሉ'ዮም።

**ኣብ ኤም.ኤር.ኤስ.ኣ. ሓደጋታት ኣሎዎ'ዩ?**

ኤም.ኤር.ኤስ.ኣ. ተወሰኽቲ ሕመማት ረኽቢ ኣየኸትሉንዮም፤ ምፍዋሶም ግን ኬጸግም ይኸእል'ዩ። እቲ ዘሎ ሓደጋ፡ ክትሓዊ ነዊሕ እዋን ዚወስድን ብምዃኑን፤ እቶም ግድን ዚውሰዱ መድሃኒታት ጸረ-ተህዋስያን ከኣ ሓያለ ጎድናውያን ሳዕቤናት ስለ ዘሎዎምንዮ። ተጻዋርነት ዘሎዎም ባክተሪያ፡ ንለበደ ባክተሪያ ተነቃፍነት ዘሎዎም ሕመማት፡ ኣብቲ ዚሕከሙሉን፤ ብዙሕ መድሃኒት ጸረ-ተህዋስያን ኣብ ኣገልግሎት ኣብ ዚውዕለሉን ክፍሊ ሕክምና ኪላብዑዎን ሓደጋ'ሎ። እዚ ብፍላይ፡ ኤም.ኤር.ኤስ.ኣ. ኣዚዩ ብልሙድ ዚኸሰተለን ኣብያተ ሕክምና ወጻኢ ሃገር ይምልከት።

**ኤም.ኤር.ኤስ.ኣ. ብኸመይ ይላባዕ?**

ተሰካሚ ኤም.ኤር.ኤስ.ኣ. ሳሕቲ እንተ ዘይኮይኑ፡ ናብ ካልእ ሰብ ኣየመሓላልፍንዮ። ኣብ ቁርበት ቀልጢፉ ዘይሓዊ ወይ ማይ ዝመግቡ ረኽቢ/መበላይ ምስ ዚህሉ ግን ናይ ምልባዕ ሓደጋ ይዛይድ። ከምዚኣም ዝኣመሰሉ ኩነታት ናይ ምልባዕ ረጃቢታት ሓደጋ (riskfaktor) ተባሂሎም ይፍለጡ። ከም ረጃቢታት ሓደጋ ዚቐጻጸሩ ሓደ-ሓደ ሕዳራት ሕመማት ቁርበት ከምኡውን ብቑርበትን ዓልገታዊ መምብራናን ዚሓልፉ ስቶሚን (stomi) ቱቦታትን (katetrar) እዮም። ኣብ ውሽጥን ወጻእን ናይዞም ረጃቢታት ሓደጋ፡ ኣዝዮም ብዙሓት ባክተሪያ ኣለዉ። ናይ ምልባዕ ረጃቢታት ሓደጋ ዘሎዎ ተሰካሚ ኤም.ኤር.ኤስ.ኣ. ንኣባላት ስድርኡ፡ ኣብ መዋእለ-ህጻናት፡ ምስ እንሰሳ ብምትንኻፍ፡ ኣብ እዋን ስፖርት ብኣካል ምትንኻፍ፡ ኣብ መላመዲ ቦታታትን ማእከላትን ኬመሓላልፍ ይኸእል። ለበደ-ኤም.ኤር.ኤስ.ኣ. ብኢድ ናብ ካልኦት ሰባት ይመሓላልፍ፤ ኣብ ከባቢ ዚርከቡ ነገራትውን ኪለግቡ ይኸእል፤ ንኣብነት፡ ብሰላምታ-ኢድን ምንጻፍ መላመዲ ስፖርትን። ለበደ፡ ኣብ ሆስፒታላትን መእለይ ኣረጋውያንን፡ ከምኡውን ኣብ ካልኦት ማእከላት ሕክምናን ኪመሓላልፍውን ይኸእል።

**ካብ ኤም.ኤር.ኤስ.ኣ. ምሕዋይ ይከኣል'ዩ?**

ኤም.ኤር.ኤስ.ኣ. ድሕሪ ገለ እዋን ኣብ ቅምሶ ምርመራውን ከይርከቡ ልሙድ'ዩ። እቲ ጊዜ ካብ ኣዋርሕ ናብ ዓመት ኪፈላለ ይኸእል፤ ብትንበያ ክትፈልጡውን ኣጸጋሚ'ዩ። ሓላፍነት ኤም.ኤር.ኤስ.ኣ. ዘሎዎ ሓስም፡ ምስ ሓካይም ምክልኻል ለበደ (smittskydds läkare) ብሓባር፡ ቐጻጽራትን፡ ምኽታል መምርሕታት ኤም.ኤር.ኤስ.ኣ.ን ኣድላይነቶም መዓስ ከም ዜብቅዕን ይግምግም። እዚ ገምጋምዚ፡ ኤም.ኤር.ኤስ.ኣ. እንተ ወሓደ ኣብ ናይ ሓደ ዓመት ወቕቲ፡ በተኸታታሊ ኣብ ናይ ሰለስተ እዋን ቅምሶ ምርመራ ኣብ ዘይርከቡሉ ወቕቲ'ዩ ዚግበር።

**ክትሓስበሉ ዘድልዩካ**

- ለበደ ንምክልኻል፡ ኣድማዒ ጽሬት-ኢድ እቲ ኣዝዩ ኣገዳሲ ስጉምቲ'ዩ። ብፈሳሲ ሳምና ኢድ ምሕጻብ የድሊ።
- ተሰካሚ ኤም.ኤር.ኤስ.ኣ. ጥራይ ክሳዕ ዝኸንካን፡ ረጃቢታት ሓደጋ ለበደ ክሳዕ ዘይሃለወካን ምስ ካልእ ሰብ ብንቡር ክትሕወስ ትኸእል ኢኻ።

2014-05-09

- ረጅሕታት ሓደጋ ለበደ እንተለዉኻ ንኻልኣት ክትልብድ ዘሎ ሓደጋ ይዘይድ። ሽዑዮ ኸኣ ኣድማዒ ጽሬት-ኢድ ብፍላይ ኣገዳሲ ዚኸውን። ኣእዳውካ ብግቡእ ተሓጸብ። ናይ ውልቅኻ መወልወሊ ኢድን መጋበርያታት ሽንቲ ቤትን ተጠቐም። ኣብ ክንዲ ኣብ ባኞ ወይ ጋብላ ማይ መለእካ ትሕጸብ። ብፈሳሲ ማይ (Dusch) ተሓጸብ። ቍስሊ እንተሎካ ብመጀነኒ ሸፍና፤ እቲ መጀነኒ ማይ እንተ ጠልቅዮ ኸኣ ቀይሮ። ኣብ ኣካልካ ዝኣተወ ቱቦ እንተሎ፡ ብትሕቲ ክዳንካ ይሸፈን። በእዳውካ ቍስሊ ወይ ቱቦታት ኣካል እንተ ተናኺፍካ ድሒርካ ኣእዳውካ ተሓጸብ።
- ቀጻሊ ረኽሲ ቁርባት፡ ቶሎ ዘይሓወ ወይ ማይ ዝመዓጎ ቍስሊ/መበላይ እንተሎካ፡ ምስ ካልኣት ኣብ ብዙሕ ኣካላዊ ምትንኻፍ ዘሎዎ ንጥፈታት ስፖርትን ምንቅስቃስ ኣካልን እንተ ዘይተኻፈልካ ወይ ሓባራዊ ቦታታት ልምምድን ስፖርትን እንተ ዘይተጠቐምካ ይሓይሽ።
- ረጅሕታት ሓደጋ ለበደ እንተለዉኻ፡ እንስሳ ኣብ እትትንክፊሉ ወቐቲ ኣድማዒ ጽሬት-ኢድ ኪህልወካ ኣገዳሲ'ዩ፤ ምኽንያቱ፡ እንስሳታት-ውን ተሰከምቲ ኤም.ኤር.ኤስ.ኣ. ኪኾኑ ስለ ዚኸእሉ።

**ፍሉይት ምኽርታትን ምዕዶታትን**

- ሰራሕተኛታት ወይ ተመሃሮ ሕክምናን ክንክንን፡ ኣብ ሕክምናዊ ሰራሕ ኪካፈሉ ዮብሎምን እንተደኣ ረጅሕታት ሓደጋ ለበደ ኣሎዎም። ብተወሳኺ፡ ሰራሕተኛታት ሕክምና፡ ኣብ ተነቀፍቲ ሕሙማት ዚርከቡለን ማእከላት ሕክምና ሰራሕ ቅድሚ ምጅማርም፡ እቲ ዚህብዎ ቅምሶ ምርመራ፡ ኤም.ኤር.ኤስ.ኣ. ከም ዘይብሉ ኪረጋገጽ ኣለዎ።
- ቁልዑ ብሓፈሻ፡ ኣብ መዋእለ-ሕጻናት ኪውዕሉን፡ ኣብ ንጥፈታት ኪካፈሉን ይኸእሉ'ዮም። ይኹንምበር፡ ቀጻሊ ረኽሲ ቁርባት፡ ቶሎ ዘይሓወ ወይ ማይ ዝመዓጎ ቍስሊ/መበላይ እንተለዎም ግን ንቤት ትምህርቲ ኪኸዱ ዮብሎምን።
- ምስ እንስሳታት ርክብ ኣብ ዚሓትት ሞያዊ ሰራሕ፡ እንስሳታት ከይልበዱ ምጥንቃቅ ኣገዳሲ'ዩ። ሓካይም ምክልኻል ለበደን ምስ ቨትሪናር (ሓካይም እንስሳ) ኣውራጃ ብሓባር ምኽሪ ይህቡ።

**ብመሰረት ሕጊ ምክልኻል ለበደ (smittskyddslagen) ክትክተሎም ዘለካ መምርሕታት**

- ሓኪምካ ዮድሊ'ዩ ዚብሎ ምርመራ ንምግባር ግድን ዳግማይ ምብጻሕ ሓኪም ክትገብር ኣለካ።
- ምንጪ ለበደ ኣብ ምድላይ ግድን ክትሳተፍ ኣለካ። እዚ ማለት ከኣ፡ መዓስ፡ ኣበይን ብኸመይን ለበደ ከም ዝለገበካን፡ ንኻልኣት ክተመሓላልፍ ትኸእልን ዘይትኸእልን ኪግምግሙ ንሰራሕተኛታት ሕክምና ሓበሬታ ምሃብ ማለት'ዩ።
- ሕክምና፡ ሕክምና ስንን መድሃኒታዊ ክንክን እግርን ኣብ ዚወሃበካ ወቐቲ፡ ለበደ-ኤም.ኤር.ኤስ.ኣ. ከም ዘሎካ ግድን ክትሕብር ኣለካ። ኣብ ፍሉይ መንበሪ ዝ ወይ ኣብ ዝኻኸ ውልቃዊ ሕክምና ወይ ክንክን ዚግበረልካ እንተ ኮይኑ-ውን እቲ መምርሒ ከምኡ'ዩ። ኣስቤዛ ኣብ ምግባር፡ ዝኣ ኣብ ምጽራይ፡ መድሃኒት ኣብ ምቕራብ ወይ ደገ ኣብ ምዝዋር ጥራይ ሓገዝ ዚግበረልካ እንተ ኾይኑ ግን መብዛሕትኡ እዋን ብዛዕባ ዘሎካ ለበደ-ኤም.ኤር.ኤስ.ኣ ምሕባር ኣየድልዮካን'ዩ።
- ክትስቁር፡ ክትውቀጥ ከለኻ፤ ክትድረዝ ከለኻ (ማለት ማሳጅ ኣብ እትገብረሉ ወቐቲ)፤ ዘይመድሃኒታዊ ክንክን-እግሪ ኪግበረልካ ከለኻ፤ ወይ ካልእ ዓይነት ክንክን ቁርባት ወይ ዓልገታዊ መምብራና ኪግበረልካ ከለኻ፡ ረጅሕታት ሓደጋ ለበደ እንተለዉኻ፡ ብዛዕባ ዘሎካ ለበደ-ኤም.ኤር.ኤስ.ኣ. ግድን ክትሕብር ኣለካ። ክሳዕ ረጅሕታት ሓደጋ ለበደ ዚጠፍኡ ነዞም ኣብ ላዕሊ ዚጥቀሱ ክንክናት ካብ ምርካብ ክትጸንሕ-ውን ትኸእል ኢኻ።

ኤም.ኤር.ኤስ.ኣ. ብመሰረት ሕጊ ምክልኻል ለበደ፡ ካብቶም ንማሕበረሰብ ሓደገኛታት (allmänfarlig sjukdom) ተባሂሎም ዚፍለጡ ሕማማት ሓደ'ዩ። ምእንት'ዚ፡ ሓኪምካ ዚህበካ መምርሕታት ክትክተል ግቡእ ኣሎካ። ነቲ ኣብቲ እትቐመጡ ኣውራጃ (län) ዘሎ ሓኪም ምክልኻል ለበደ (smittskyddsläkaren)፡ ነቲ ዝተዋህበካ መምርሕታት ዳግመ-ርእይቶ ኪገብረሉ ክትጠልብ ትኸእል ኢኻ።