

# ስለ ኩፍኝ በተደጋጋሚ የሚጠየቁ ጥያቄዎች

## ኩፍኝ ምንድን ነው?

የኩፍኝ በሽታ በጣም ተለላፊ ነው እንዲሁም ከባድ ህመም ሊያስከትል ይችላል። ኩፍኝ በሽታው ላይ የሚመጣ ሲሆን በበሽታው የተያዘ ሰው ሲተነፍስ፣ ሲያስል ወይም ሲያስነጥስ በቀላሉ ይተላለፋል። የኩፍኝ በሽታ በጣም በቀላሉ ስለሚሰራጭ የተጋለጠ እና ያልተከተበ ማንኛውም ሰው (የተከተበ ወይም ከዚህ ቀደም የኩፍኝ በሽታ የነበረበት ካልሆነ በስተቀር) ምናልባት ሊይዘው ይችላል።



## የኩፍኝ በሽታ ምልክቶች ምንድን ናቸው?

- ትኩሳት
- የአፍንጫ ፈሳሽ
- ሳል
- የአይን ማዘገት ህመም (ቀይ፣ በእንባ የተሞሉ አይኖች)
- ሙሉ ሰውነት ላይ ሽፍታ መውጣት



ሰዎች ምልክቶችን ከማሳየታቸው በፊት የኩፍኝ በሽታን ሊያሰራጩ ይችላሉ። ምልክቶች አብዛኛውን ጊዜ ከ 7-10 ቀናት ድረስ ይቆያሉ።



## የኩፍኝ በሽታን እንዴት መከላከል ይቻላል?

የኩፍኝ፣ ጆሮ ደግፍ እና የጀርመን ኩፍኝ በሽታ (MMR) ክትባት በጣም አስተማማኝ፣ ውጤታማ እና የኩፍኝ በሽታን ለመከላከል የተሻለ መከላከያ ነው። የ MMR ክትባት ሁለት ደዎች የኩፍኝ በሽታን በመከላከል 97% ያህል ውጤታማ ናቸው። አንድ ደዎች 93% ያህል ውጤታማ ነው።

## በአሜሪካ እና በውጪ ሃገር የኩፍኝ ወረርሽኞች አሉ።

በኩሎምበስ ውስጥ ያልተከተቡ ታዳጊ ህጻናት በቅርብ ጊዜ ተለይተዋል-- በማህበረሰባችን ውስጥ የኩፍኝ በሽታ እና ወረርሽኝ ለመጀመሪያ ጊዜ የተረጋገጠው ከ 20 ዓመታት በፊት ነበር። በኩፍኝ፣ ጆሮ ደግፍ እና የጀርመን ኩፍኝ በሽታ (MMR) ክትባት ቤተሰብዎን መጠበቅ ይችላሉ። ከ 6-11 ወራት ዕድሜ ያላቸውን ጫቅላ ህጻናትን ጨምሮ፣ በአለም ዓቀፍ ደረጃ የሚጓዙ ማንኛውም ሰው፣ በ MMR ክትባት ወቅታዊ መሆን አለበት።

## የኩፍኝ በሽታ እንዴት ይታከማል?

ለኩፍኝ በሽታ ምንም መድሃኒት የለም። ያለ ሃኪም ትዕዛዝ የሚገዙ መድሃኒቶች ትኩሳቱን ለማስታገስ ይረዳሉ። ሌሎች ምልክቶች ብዙውን ጊዜ ከ 2-3 ባሉት ሳምንታት ውስጥ ይጠፋሉ።

## የኩፍኝ በሽታ ክትባት (MMR) የሚያስፈልገው ማን ነው?

**ህጻናት** - ህጻናት፣ ዕድሜያቸው ከ 12-15 ወራት ሲሆን የመጀመሪያውን ደዝ በመጀመር፣ እና ሁለተኛውን ደዝ ዕድሜያቸው ከ 4-6 ዓመት ሲሆን ወይም ከመጀመሪያው ደዝ ቢያንስ 28 ቀናት በኋላ በመቀጠል፣ ሁለት የ MMR ደዎችን መውሰድ አለባቸው።

**በድህረ-ሁለተኛ ደረጃ የትምህርት ተቋማት ውስጥ ያሉ ተማሪዎች** - በድህረ-ሁለተኛ ደረጃ ትምህርት ቤት የትምህርት ተቋማት ውስጥ ያሉ የኩፍኝ በሽታ የመከላከል አቅም እንዳላቸው ማስረጃ የሌላቸው ተማሪዎች ሁለት ደዝ የ MMR ክትባት ያስፈልጋቸዋል ይህም ሁለተኛው ደዝ የመጀመሪያውን ደዝ ከወሰዱ ከ 28 ቀናት በታች ባልሆነ ጊዜ ውስጥ ይሰጣል።

**አዋቂዎች** - በ 1957 ወይም ከዚያ በኋላ የተወለዱ እና የኩፍኝ በሽታን የመከላከል ዓቅም ማስረጃ የሌላቸው ሰዎች ቢያንስ አንድ ደዝ የ MMR ክትባት መውሰድ አለባቸው።

**አለም አቀፍ ተጓዦች** - በአለም አቀፍ ደረጃ የሚጓዙ ዕድሜያቸው 6 ወር እና ከዚያ በላይ የሆኑ ሰዎች ከኩፍኝ በሽታ መጠበቅ አለባቸው።

## ለኩፍኝ በሽታ ተጋላጭ የሆነው ማን ነው?

ክትባት ያልወሰደ ወይም ቀደም ሲል የኩፍኝ በሽታ ያልነበረበት ማንኛውም ሰው ተጋላጭ ነው። ዕድሜያቸው ከ 12 ወር በታች የሆኑ ህጻናት ለመከተብ በጣም ህጻን በመሆናቸው ተጋላጭ ናቸው።

## ከ 12 ወር በታች የሆነውን ልጄን እንዴት እጠብቃለሁ?

ወላጆች ወይም ተንከባካቢዎች የ MMR ክትባት ካላገኙ ወይም ከዚህ ቀደም በኩፍኝ ተይዘው ካልነበረ፣ መከተብ አለባቸው። በአዲሱ በተወለደው ልጅዎ አካባቢ ያሉ ሰዎች ልጅዎን ለኩፍኝ እና ለሌሎች በሽታዎች (እንደ ደረቅ ሳል) እንደማይጋልጡ ማረጋገጥ አስፈላጊ ነው።

## በቤተሰቤ ውስጥ አንድ ሰው የኩፍኝ በሽታ ካለበት ወይም የኩፍኝ በሽታ ላለበት ሰው ቢጋለጥስ?

ወዲያውኑ ለሃኪምዎ፣ ነርስዎ ወይም ክሊኒክዎ ይደውሉ። ወደ የጤና እንክብካቤ አቅራቢ ቢሮ ከመሄድዎ በፊት፣ እርስዎ ወይም የቤተሰብዎ አባል የኩፍኝ በሽታ ሊኖርባችሁ እንደሚችል ለመንገር ይደውሉ። ሽፍታው ከጀመረ ቢያንስ እስከ አራት ቀናት ወይም ምርመራው የኩፍኝ በሽታ እንደሌለብዎት እስከሚያረጋግጥ ድረስ ከሌሎች ሰዎች ይራቁ።

# ስለ ኩፍኝ በተደጋጋሚ የሚጠየቁ ጥያቄዎች

## ነፍሱ-ጡር ሰዎች የኩፍኝ በሽታ ክትባት (MMR) መውሰድ አለባቸው?

ነፍሱ-ጡር ሰዎች የ MMR ክትባት መውሰድ የለባቸውም። ክትባቱ የሚያስፈልጋቸው ነፍሱ-ጡር ሰዎች እስከሚወለዱ ድረስ መጠበቅ አለባቸው። ሰዎች የ MMR ክትባት ከወሰዱ በኋላ ለአራት ሳምንታት ከማርገዝ መቆጠብ አለባቸው።

## የኩፍኝ በሽታ ክትባት አስተማማኝ ነው?

የኩፍኝ በሽታ ክትባት (MMR) አስተማማኝ እና በጣም ውጤታማ እንደሆነ ጥናታዊ ምርመራ አሳይቷል። ክትባቱ ከሚከለክላቸው ማንኛውም በሽታዎች ከመያዝ ይልቅ መከተብ የበለጠ አስተማማኝ ነው።

## በክትባቱ የሚመጡ የጎንዮሽ ጉዳዮች አሉ?

ልክ እንደ ማንኛውም መድሃኒት፣ የኩፍኝ በሽታ ክትባት (MMR) የጎንዮሽ ጉዳዮችን ሊያስከትል ይችላል፣ አብዛኞቹ ቀላል ናቸው፡-

- ክትባት በወሰዱበት ቦታ ላይ ህመም
- ትኩሴት
- መለስተኛ ሽፍታ
- በጉንጭ ወይም በአንገት ላይ የእጢዎች ማበጥ

## የ MMR ክትባት የአእምሮ እድገት ዝግመትን (ኦቲዝም) ያስከትላል?

ክትባቶች ኦቲዝም አያስከትሉም። በእርግጥ፣ ጥናቶች ክትባቶችን በመውሰድ እና በኦቲዝም መያዝ መካከል ምንም ግንኙነት እንደሌለ ያሳያሉ። ተመራማሪዎች የ MMR ክትባቶችን በጥንቃቄ አጥንተዋል እና በኦቲዝም እና በ MMR ክትባት መካከል ግንኙነት መኖሩን ያገኙ ጥናቶች የሉም።

## አጋዥ ክትባት ያስፈልገኛል?

ሁለት ደዥ የ MMR ክትባት ከወሰዱ፣ አጋዥ አያስፈልግዎትም። መከተብዎን እርግጠኛ ካልሆኑ፣ ከጤና እንክብካቤ አቅራቢዎ ጋር ይነጋገሩ።

## የኩፍኝ በሽታ ክትባትን የት ማግኘት እችላለሁ?

የእርስዎ የጤና እንክብካቤ አቅራቢ

**Columbus Public Health**  
(614) 645-8180

**Franklin County Public Health**  
(614) 525-3719

**Heart of Ohio Family Health Centers**  
(614) 235-5555

**Lower Lights Christian Health Center**  
(614) 274-1455

**Lutheran Social Services (Faith Mission Health Center)**  
(614) 224-6617

**Nationwide Children’s Hospital Primary Care Centers**  
(614) 722-6200

**PrimaryOne Health Centers**  
(614) 645-5500

**Southeast Healthcare Services**  
(614) 225-0990

የህዝብ መድሃኒት ቤት ወይም ምቹ ክሊኒክ  
(ለምሳሌ Walmart፣ CVS፣ ወዘተ)

## ስለ ኩፍኝ በሽታ የበለጠ መረጃ የት ማግኘት እችላለሁ?

**Columbus Public Health**  
[columbus.gov/measles](http://columbus.gov/measles)

**Franklin County Public Health**  
[myfcph.org/measles](http://myfcph.org/measles)

**Ohio Department of Health**  
[odh.ohio.gov/know-our-programs/Vaccine-Preventable-Diseases/resources/Measles](http://odh.ohio.gov/know-our-programs/Vaccine-Preventable-Diseases/resources/Measles)

**Centers for Disease Control and Prevention**  
[cdc.gov/measles](http://cdc.gov/measles)

