UNIVERSITY OF SASKATCHEWAN
College of Medicine
DIVISION OF CONTINUING MEDICAL EDUCATION
CMELEARNING.USASK.CA

CAN-PCC
CANADIAN GUIDELINES FOR
POST COVID-19 CONDITION

ድሕረ ኮቪድ-19 ኩነታት ንምክልካል መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ክንጥቀም ዶ ይግባእ?

ምኽሪ ንኣጠቓቕማ መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን

ምልክታት ዘይብሎም ዓበይቲ ሰባት ኣብ ዕጹው ናይ ህዝባዊ ቦታታት ብፍላይ ዝላዓለ ሓደጋ ዘለዎ ቦታታት ከም ጽቕጥቕጥ ወይ ንፋስ ዘይኣትዎ ቦታታት መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ክገብሩ ይምከር ። እዚ ድማ ወላ ሓደ ምልክት እንተ ዘይሃለዎም ነቲ ናይ ቫይረስ ዝርገሐ ንምንካይ ይሕግዝ።

ሓደጋ ልዑልኣብ ዝኾነሉ እዋን

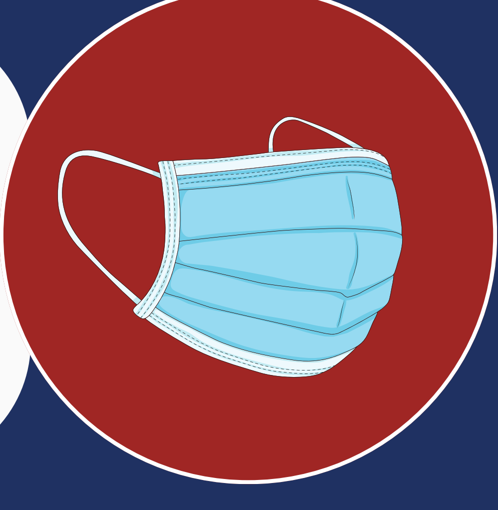
ኣብ ልዑል ሐደጋ ዘለዎ ኩነታት መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ምግባር ይምከር። ንኣብነት ብዝሒ መልከፍቲ ኮቪድ-19 ዝልዓለ ኣብ ዝኮነሉ እዋን ወይ ኣብ ከባቢ ሰባት ብቀሊሉ ሕማም ክጥቅዕሉ ዝክእሉ እዋን።

ዝያዳ ውጽኢታዊ ዝኾኑ መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን

መጽናዕትታት ከምዝሕብሩዎ **N95** ወይድማ **KN95** ዝብሃሉ መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ዝያዳ ውጽኢታዊያን እዮም። ካብ ናይ ሕክምናዊ ወይ መጥባሕታዊ መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ሸሕ እኳ ውሑድ ይኩን ድኣ እምበር ተወሳኺ ረብሓ ይህቡ።

ካልኦት መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን

ሕክምናዊ ወይ መጥባሕታዊ መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ክሳብ ሕጂ ገለ ናይ ምክልኻል ኣበርክቶ ይህቡ ኣለዉ። ደረጃ ሓደጋን፡ ምርካብ መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ከምእውን ምጥቃሙ ዝሰማማዓካን ዝብሉ ሮቃሒታት ኣብ ግምት ብምእታው መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ምረጽ። ኣብዚ ለበዋ ናይ ጨርቂ መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ኣይተገምገመን።



ፕላኔታዊ ጥዕና

መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ንኣከባቢ ክጎድእ ይኽእል እዩ። ምውጽእ Co2ንምንካይ ብተፈጥራዊ መንገዲ ዝበታተኑ መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ክንጥቀም፡ ንነዊሕ እዋን መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ክንክደን ፡ ዉሑድ መጠቅለሊ ዘለዎም መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ክንመርጽ፡ኣብ ውሽጢ ዓዲ ዝተሰርሑ መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ክንገዝእ ንኽእል ኢና።

ንዝያዳ ዝርዝር ሓበሬታ ብዛዕባ ምክልኻል ድሕሪ ኮቪድ-19 ኩነታት ነቲ QR code ቅዳሓዮ።

Cochrane Canada
McMaster University
GRADE Centre
Financial contribution:
Public Health Agency of Canada
Agence de la santé publique du Canada