



የኮቪድ-19 ክትባት ለመከተብ ጥሩ ምክንያቶች

የኮቪድ-19 ክትባትን ለምን ይከተባሉ? ለዚህ የሚሆኑ በርካታ ጥሩ ምክንያቶች አሉ። የኮቪድ 19 ክትባት ከበሽታው የተባባሰ ደረጃ ይከላከላል። የተከተቡ ሰዎች በኮቪድ 19 ምክንያት በሆስፒታል ተኝተው የመታከማቸው ዕድል ካልተከተቡ ሰዎች ያነሰ ነው። ክትባት የወንድማማችነት ማሳያም ጭምር ነው። የወረርሽኝን ተጽእኖዎች ለመቆጣጠር ያግዛል።

እራስዎን ከኮቪድ በሽታ ይከላከሉ።

የኮቪድ 19 በሽታ በተለይም ዕድሜያቸው ለገፋ ሰዎችና ስር የሰደደ በሽታ ላለባቸው ሰዎች በጣም አደገኛ ሊሆን ይችላል። ወጣቶችና ጤናማ ሰዎች በኮቪድ-19 ስር የሰደደ ሲያዙ የሚያሳዩት ምልክት መጠነኛ ነው ወይም ምንም ምልክት አያሳዩም። ነገር ግን፣ እነርሱም በበሽታው ከባድ ሁኔታ ሊጠቁ ይችላሉ። ክትባቱን ከወሰዱ፣ በኮቪድ-19 በሽታ ተይዘው ሆስፒታል ውስጥ ተኝተው ከመታከም ራስዎን መጠበቅ ይችላሉ። መሰረታዊ የሆነ ክትባት ከወሰዱ፣ የማጠናከሪያ ቡስተር ክትባትም መውሰድ አለብዎት፤ ከዚያም በተሻለ ሁኔታና ረዘም ላለ ጊዜ መከላከያ ይኖርዎታል።

ኮቪድ-19 የሚያስከትላቸውን ጉዳዮች ማስቀረት

በበሽታው ከተያዙ በኋላ፣ ዘላቂ የሆኑ የጤና ችግሮች(የኮቪድ-19 ዘላቂ ምልክቶች) ሊከሰቱ ይችላሉ፤ ለምሳሌ፡ ከባድ እንቅስቃሴ በሚያደርጉበት ወይም በሚደክምዎት ወቅት የሚከሰት የትንፋሽ እጥረት። ይህ ችግር በወጣትነት ዕድሜ ላይ ባሉና ጤና ሰዎች ላይም ሊከሰት ይችላል። እርስዎ ክትባቱን ከተከተቡ፣ በበሽታው የመያዝ ዕድልዎንና ለዘላቂ የሚያስከትላቸውን ጉዳዮች ይቀንሳሉ። በተቃራኒው፣ ስዊዘርላንድ ውስጥ የሚሰጡ የኮቪድ-19 ክትባቶች ከተሰጡ በኋላ ከባድ የሆኑ ተጓዳኝ ውጤቶች ሊከሰቱ ይችላሉ። ዘግይተው የሚከሰቱ ውጤቶች ይኖራሉ ተብሎ አይጠበቅም።

በሽታ የመከላከል አቅምዎን ያዳብሩ

በኢንፌክሽን እና በበሽታ አማካይነት ብቻ ብሽታን የመከላከል አቅምን ማዳበር አይመከርም። ይህ ሁኔታ በሽታውን የተባባሰ ደረጃ ላይ ሊያደርስና ዘላቂ የሆኑ መዘዝ ሊኖረው ይችላል። በኮቪድ 19 ክትባት፣ ቁጥጥር ባለው መንገድ የተሻለ ዘላቂ መከላከያ ማግኘት የሚችሉ ሲሆን፣ በኮቪድ ሻይረስ የመጋለጥ ስጋትም አይኖርብዎትም። ስዊዘርላንድ ውስጥ የሚሰጡት ክትባቶች አስተማማኝ ናቸው። አንድክ ክትባት ስዊዘርላንድ ውስጥ ፈቃድ ለማግኘትና ጥቅም ላይ ለመዋል፣ ጠቀሜታዎቹ ከስጋቶቹ መላቅ አለባቸው። ከእነዚህ ክትባቶች ጋር በተያያዘ እስካሁን ያለው ተሞክሮ የሚያሳየውም ይህን ነው። ቀደም ሲል ለኮቪድ ሻይረስ ተመርምረው ውጤታቸው ፖዘቲቭ የሆነ ሰዎችም መከተብ አለባቸው። በዚህ መንገድ፣ ከረዥም ጊዜ አንጻር ከኮቪድ በሽታ የመጠበቅ እድላቸው የተሻለ ይሆናል።

ለጤና ባለሙያዎች ድጋፍ ያድርጉ

ወረርሽኝ በጤና እንክብካቤ ሰራተኞችና በጤና እንክብካቤ ስርዓቱ ላይ ጊዜያዊ ጫና አሳድሯል። ክትባቱ በሚሰጥዎት መከላከያ አማካይነት፣ ለኮቪድ-19 በሽታ ሕክምና ማግኘት አያስፈልግዎትም። ክትባቱ በሚያስገኘው መከላከያ አማካይነት፣ እርስዎ በኮቪድ-19 ምክንያት ወደ ሆስፒታል የሚሄዱበት ስጋት በጣም አነስተኛ ነው። ለሌሎች ሕመሞችና ድንገተኛ የጤና ችግሮች የሚሰጡ ሕክምናዎች ግን አሁንም ይሰጣሉ።

በዙሪያዎ ያሉ ሰዎችን መጠበቅ

መሰረታዊ ክትባቱን ወይም የማጠናከሪያ ክትባቱን ከወሰዱ በኋላ ባሉት ሳምንታት ውስጥ፣ በኮቪድ ሻይረስ የመያዝ ዕድልዎ ዝቅተኛ ነው። ይህም ማለት፣ በሽታውን ወደ ሌላ ሰው የማስተላለፍ ስጋትም ዝቅተኛ ነው ማለት ነው። ይሁን እንጂ፣ ይህ ከኢንፌክሽን እና ከመጠነኛ በሽታ መጠበቅ በጊዜ ሂደት ይቀንሳል። ንጽህና እና ባህሪን የተመለከቱ ምክረ ሃሳቦች በማጠናከሪያነት አስፈላጊ ሆነው ይቆያሉ። በሚወስዱት ክትባትና በሚኖርዎት ባህሪዬ አማካይነት፣ በተለይ ተጋላጭ የሆኑ ሰዎችን ለመጠበቅ ሊያግዝ ይችላል። ለምሳሌ፣ ክትባቱ የማይሰራባቸውና የተዳከሙ የበሽታ መከላከያ ስርዓት ያላቸው ሰዎች። በጤና ምክንያት መከተብ ያልቻሉ ሰዎችና እስካሁን ክትባት የማይችሉ ዕድሜያቸው ከ5 ዓመት በታች የሆኑ ልጆች።

የአእምሮ ጤናን መደገፍ

በዚህ ወረርሽኝ ወቅት የኮቪድ ሻይረስ ስርጭት ከሌሎች ሰዎች ጋር የሚኖረን ንክኪ ላይ ከፍተኛ ተጽእኖ አሳድሯል። ይህም ደህንነት ላይ ተጽእኖ ሊያሳድርና የአእምሮ ሕመምን ሊያስከትል ወይም ሊያባብስ ይችላል። በኮቪድ-19 ክትባት አማካይነት የሚፈጠር በሽታን የመከላከል አቅም የአእምሮ መረባረብን በመቀነስ ከሰዎች ጋር በድጋሚ ስለሚኖረን መነካካት የተሻለ ስሜት እንዲኖረን ያግዛል። ክትባት ለሌሎች የሰዎች ልጆች አብሮነታችንን የምናሳይበት መንገድም ነው።

የወረርሽኝን ተጽእኖ መቆጣጠር

ወረርሽኝን ለመገደብ ከንጽህና ከባህርይ ምክረ ሃሳብ ጋር ክትባት በጣም ውጤታማ ዘዴ ነው። ስለሆነም፣ ከጥንቃቄ ነጻ ወደሆነው የሕይወት ደስታ ለመመለስ ያስችላናል። በክትባቱ አማካይነት ለግልዎ ጤና እና በስዊዘርላንድ፣ በአውሮፓ እና በዓለም ውስጥ ለሚኖሩ ሰዎች ጤንነት አስተዋጽኦ ያደርጋሉ።