د عامې روغتیا وزارت

## کانگو یا وینه بهوونکې ناروغي

(CRIMEAN-CONGO HEMORRHAGIC FEVER - CCHF)

خپل ځان او کورنۍ د کانگو وژونکې ناروغۍ څخه وژغورئ!

**څکه، کانگـــو**

یوه وژونکې ویروسي ناروغـي ده چې د بدن دردونو، کمزورۍ او داخلي وینې بهېدو لامل کېږي.

## د خپرېدو لارې:

- ✓ د کنې (TICK) چیچل.
- ✓ د ناروغ څاروي له وینې، پوستکي او غوښې سره تماس.
- ✓ له ناروغ انسان سره مستقیم تماس (وینه، ادرار او کانگې)
- ✓ د ککړو طبي وسایلو بیا خلي کارول.

## د ناروغۍ نښې (علامې):

- ✓ ناڅاپي تبه، سر درد.
- ✓ د بدن او ملا شدید درد.
- ✓ د سترگو سره کېدل او کانگې (استفراق).
- ✓ د خولې، پزې یا پوستکې له لارې وینه بهېدل.
- ✓ ژور ضعف یا کمزوري.

## په دې ناروغۍ له اخته کېدو، څنگه ځان وساتو؟

### 1: له کنو (TICKS) ځان ساتنه!

- ✓ اوږده لستوڼي لرونکي کالي واغوندئ.
- ✓ د بدن ښکاره برخې وپوښئ.
- ✓ خپلو کورونو، د څارویو په استوگنځایونو او په څاریو باندې د کنو ضد درمل وکاروئ.
- ✓ څارویو سره د مستقیم تماس څخه ډډه وکړئ.

### 2: د څارویو سره د مستقیم تماس پر مهال پاملرنې!

- ✓ دستکشې، ماسک او خولۍ وکاروئ.
- ✓ لاسونه له تماس وروسته په صابون او اوبو ومینځئ.
- ✓ د څاروي غوښه باید په بشپړ ډول پخه کړئ.

### 3: د روغتیاپالانو د پام وړ!

- ✓ د ناروغ د وینې یا مایعاتو سره له تماس ډډه وکړئ.
- ✓ ماسک، دستکشې، خولۍ او عینکې وکاروئ.
- ✓ طبي وسایل له کارولو وروسته ضد عفوني کړئ.
- ✓ ناروغ باید په جلا خونه کې وساتئ.

## د شک پر مهال څه وکړو؟

- ✓ ژر تر ژره نږدې روغتیایي مرکز ته مراجعه وکړئ.
- ✓ په خپل سر د درملنې هڅه مه کوئ.
- ✓ نور خلک مه پرېږدئ چې له تاسې سره تماس ونیسي.

## د ناروغۍ درملنه!

- ✓ ځانگړې واکسین یا درمل نه لري.
- ✓ یوازې حمایوي درملنه یې کېږي (تبه، درد او وینې ) بندول.
- ✓ ژر روغتون ته تلل ژوند ژغوري.

## یادونه:

کانگو د درملنې لپاره ځانگړې واکسین یا درمل نه لري مخنیوی یوازینی خوندي گام دی!

د روغتیایي اطلاعاتو او عامه اړیکو ریاست