

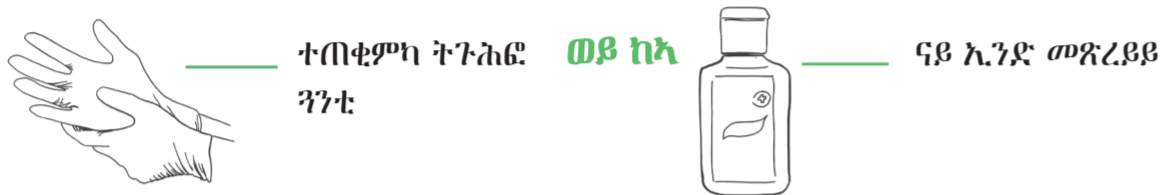


# ባዕልኹም ቁምሶ (መርኢያ) ምቕዳሕ

## ብብሓደ - ወይ ከኣ ድረጃ ብደረጃ መምርሒ.

1

ጉዋንቲ ልብሱ ወይ ከኣ እቲ ናይ ኢድ መጽረፊ ጌርኩም ኢድኩም ኣጽርዩ። እዚ ከኣ ነቲ ናይ መመርመሪ ኣቕሓ ከይትብክልዎ መታን እዩ።

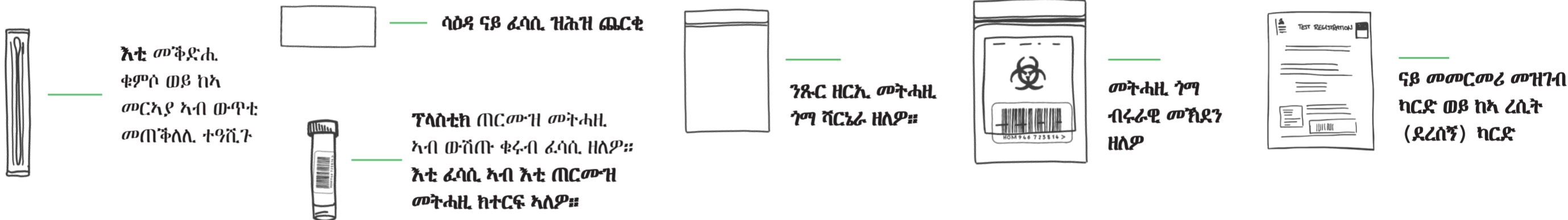


ተጠቁምካ ትጉሕፎ ዓንቲ ወይ ከኣ

ናይ ኢንድ መጽረፊያ

2

ትሕዝቶ ናይ እቲ ኣቕሓ መመርመሪ ከኣ እንታይ ከምዘሎ ኣብ ውሽጡ መርምርዎ።



እቲ መቕድሕ ቁምሶ ወይ ከኣ መርኢያ ኣብ ውጥቲ መጠቕላሊ ተግባሩ

ፕላስቲክ ጠርመዝ መትሓዚ ኣብ ውሽጡ ቁፋብ ፈሳሲ ዘለዎ። እቲ ፈሳሲ ኣብ እቲ ጠርመዝ መትሓዚ ክተርፍ ኣለዎ።

ንጹር ዘርኢ መትሓዚ ገማ ሻርኔራ ዘለዎ።

መትሓዚ ገማ ብሩራዊ መኸደን ዘለዎ

ናይ መመርመሪ መዝገብ ካርድ ወይ ከኣ ረሲት (ደረሰኛ) ካርድ

3

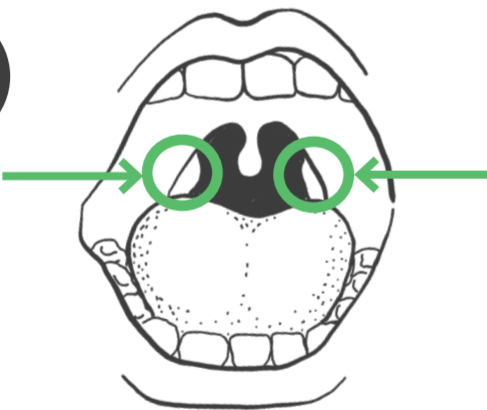


ኣብ መጽረጊ ወረቆት ቀስ ጌርኩም ኣፍንጫኹም ኣጽረይዎ

እቲ ንፋሳኩም ዘጽረኹምሎ ወረቆት ከኣ ተጠንቂቑኩም ኣብ ኣቲ ናይ ክሊኒካዊ መጓሕፊ ዝተዋህበኩም ጉሓፍዎ።

እዚ ከኣ ነቲ ተወሳኺ ወይ ከኣ ካብ ዝድልዮ ንላዕሊ ናይ ንፋሳ መጠን ከይህሉ ንምሕጋዝ እዩ።

4



ኣብ ውሽጡ ኣፍኩም ሃህ ኢልኩም ረኣዩ እሞ ኣብ ድሕሪት ጎሮሮኹም ከኣ እቲ ዓንካር ዓንካሪትኩም ርኹብዎ። እንተ ድኣ ደሊኹም መስተያት ክትጥቀሙ ትኽእሉ ኢኹም።

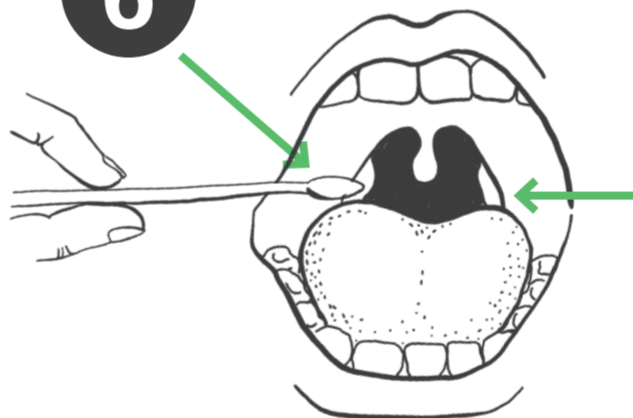
እቲ ዓንቃር ዓንቃሪትኩም ወይ ከኣ (ዓንቀርኩም እንተ ድኣ ተኸለእኩም ኮይንኩም) ኣብ እቲ ዓንቀርኩም ዝኮበሮ ቦታ ኢኹም እቲ ፈሳሲ ወይ ከኣ ቁምሶ ትቕድሑ።

5



እቲ ዝተላእኸልኩም ኣቕሓ ቀስ ጌርኩም ክፈትዎ እቲ መቕድሕ ቁምሶ ከኣ ኣውጽእዎ። እዚ ከኣ ንኣፍንጫን ኣፍን ቁምሶ ወይ ከኣ መርኢያ ክትቀድሕሉ ትጥቀምሉ እዩ።

6

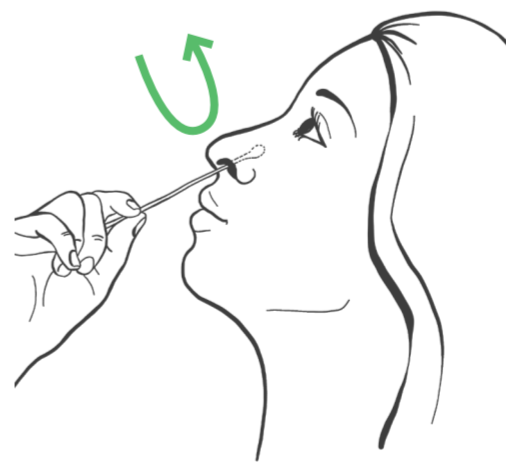


10 ሰከንድታት

ነቲ ቁምሶ መቕድሕ ብኢድኩም ብምሓዝ፣ ኣፍኩም ሃህ ኣቢልኩም ክፈትዎ፣ ብድሕሪት ነቲ ጨርቂ ዝመሰል ኣብ ጫፍ ዘለዎ ጫፍ ኣብ ውሽጡ ቆረቆሮኹም ኣብ እቲ ዓንቃር ዓንቃሪትኩም ዘለዎ ቦታ ወይ ከኣ (ዓንቀርኩም እንተ ድኣ ተኸለእኩም ኮይንኩም) ኣብ ድርሕሪት ጎሮሮኹም ን 10 ሰከንድታት ዘኣከል (ነዚ ኽህዝኩም መታን ከኣ መስተያት ተተቀሙ)።

ቀስ ጌርኩም ከኣ ነቲ ፈሳሲ መቕድሕ ዕንጨይቲ ቀስ ጌርኩም ካብ ኣፍኩም ኣውጽእዎ።

7



10-15 ሰከንድታት

እቲ ኣብ ኣፍኩም ዝጸንሐ ጫፍ ናይ እቲ ዕንጨይቲ መለሰኩም ኣብ ኣፍንጫኹም ኣእትውዎ ናብ ውሽጡ ኣፍንጫኹም ስጋብ ንውሽጡ ከተእትውዎ ዘይትኸእልሉ ጊዜ (ንውሽጡ ስጋብ 2.5 ሰንቲ ሜትር) ዝኣከል ንውጥጡ ኣእትዎ።

እቲ ዕንጨይቲ ኣብ ውሽጡ ኣፍንጫኹም ምስኣእትኩም ከኣ ን 10-15 ሰከንድታት ዘኣከል ኣዙርዎ።

ሕኣንቲ ወገን ኣፍንጫኹም ጥራይ ኢኹም እቲ ፈሳሲ ክትቀድሕዎ ዘድልዩኩም፣ እንተ ድኣ ኣብ ኣፍንጫኹም ሰቓር ኣለኩም ኮይኑ ከኣ እቲ ሓደ ወገን ኣፍንጫኹም ተጠቀሙ።

**ኣገዳሲ**

መልሓሰኹም፣ ሰንኹም፣ ምዕጉትኹም፣ መንጋጋኹም ወይ ከኣ ዝዘነ ቦታ ኣብ ኣፍኹም ቦቲ መቕድሕ ቁምሶ ኣይትተንክይዎ ኢኹም።

እንተ ድኣ እዘን ሕጂ ዝኣበርናኩም ቦታታት ተንኺፍኩም እቲ ምርመራ ኣይሰርሕን እዩ፣ እዚ ማለት ከኣ ካላኣይ ጊዜ እዚ ምርመራ ክትገብሩ ኣለኩም ማለት እዩ። እንተ ዳኣ ከምዚ ኣጋጢሙ፣ ምስ እቶም ሰራሕተኛ ተራኸቡ መታን ክሕግኩም።

እቲ መቕድሕ ፈሳሲ ዕንጨይቲ ንኣፍኩምን ንኣፍንጫኹም ትጥቀምሉ ሓደ እዩ።

ነዚ ምርመራ ክትገብሩ ክለኹም ምናልባት ናይ ልብኹም ዕግርግር ምባል ወይ ከኣ ንእሽተይ ናይዘምምታእ ሰሚዒት ክገብረልኩም ይኽእል እዩ፣ እንተኾነ ግን ኣየሕምምን እዩ።

**ኣገዳሲ**

እቲ ፈሳሲ ክትቀድሕዎ ክለኹም ምናልባት ዘይምምታእ ሰሚዒት ክገብረልኩም ይኽእል እዩ፣ እንተ ድኣ እቲ መመርመሪ ዕንጨይቲ ከተእትዎ ክለኹም ሓሚምኩም ንውሽጡ ኣይተእትውዎ።

እንተ ድኣ ነቲ ፈሳሲ ክትቀድሕዎ ክለኹም ወይ ተምላሰ ወይ ከኣ ደም ፈሰሰኩም፣ ብኸብረትኩም ነቶም ሰራሕተኛታት ሓብርዎም።



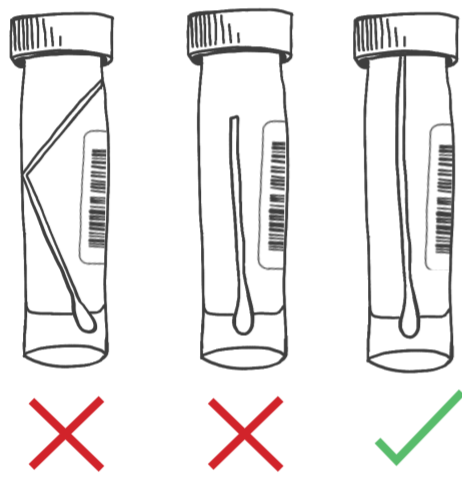
# እቲ መመርመሪ ኣቕሓ ክትዕሸግዎ ከለኹም

## ቡብሓዲ ወይ ከኣ ደረጃ ብደረጃ

8



እቲ ጫር ናይ እቲ ፈሳሲ ዝቐዳሕምሉ ጨርቁ ዘለዎ ዕንጨይቲ ንቐልቐል ጌርኩም ናብ እቲ መትሓዚ ጠርመዝ ኣእትዎ። ብድሕሪኡ እቲ ናይ ላዕለይ ጫፍ ዕንጨይቲ ቁረጽዎ፣ እዚ ከኣ መታን እቲ ዕንጨይቲ ከይዳገፍኩም ኣብውሸጢ ክኣቱ ክኣኹሉ መታን እዩ። ነቲ መቐደኒ ከኣ ቀጥ ኣቢልኩም ዕጸውዎ።

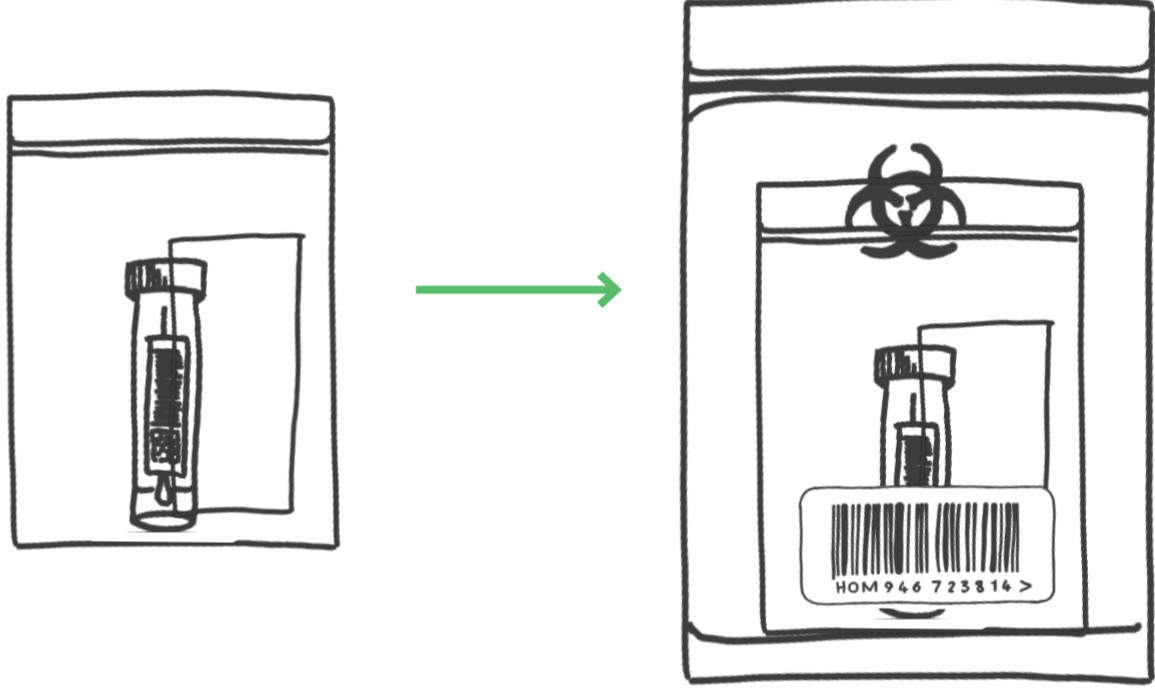


**ኣገዳሲ**  
ንእቲ መቐደኒ ገጥ ኣቢልኩም ዕጸውዎ መታን እቲ ፈሳሲ ኣብ ውሸጢ ዘሎ ክፈሰስ። መታን ገጥ ኣቢልኩም ክትዳገውዎ ምናልባት ንእሽተይ ሓይሊ ክትገብርሉ ክድልየኩም እዩ።

10

እቲ ብጫርኔራ ዝተገዘወ መትሓዚ ከኣ ናብ ካልእ ክብኡ ዝግቢ መትሓዚ ጎጣ ኣእጥውዎ።

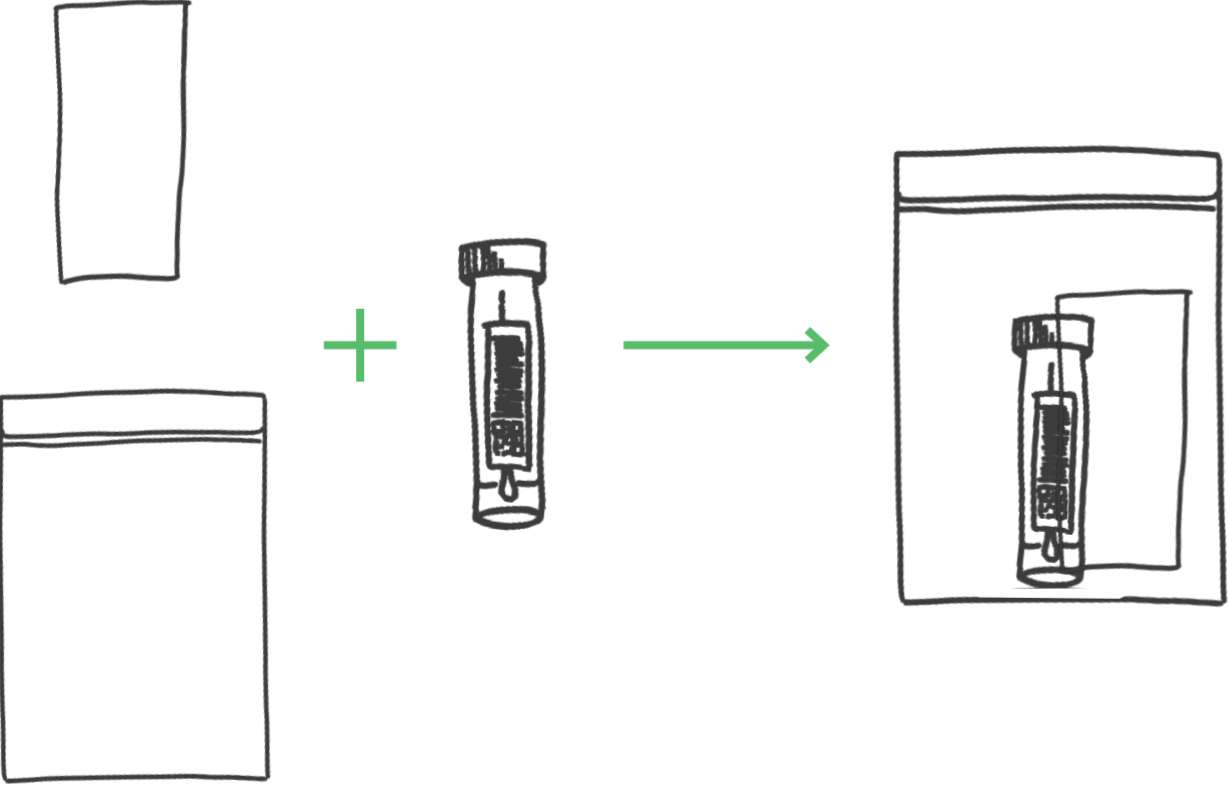
**ነዚ ዓቢ መትሓዚ ጎጣ ግን ኣይግሸግዎ (ክፋት ግደግዎ)**  
ቅድሚ ምዕሻግኩም ኩሉ፣ ሓደ ክብ እቶም ኣባል ሰራሕተኛ ኩሉ ጽቡቕ ከምዘሎ ክምርምርዎ ኣለዎም።



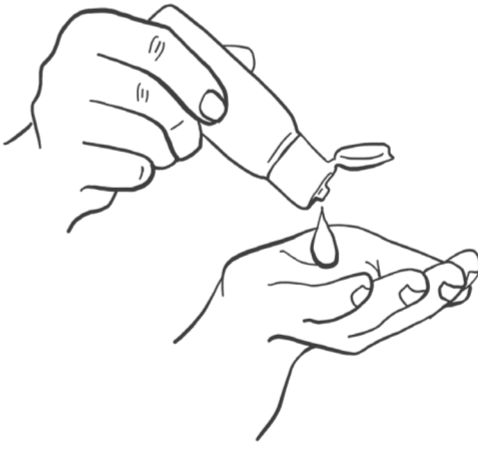
9

ቢ. መጀመሪያ እቲ መትሓዚ ዘለዎ ፈሳሲ ኣብ እቲ ጸዕብዳ ጎጣ መትሓዚ ሻርኔራ ዘለዎ ኣእትኩም ዕጸውዎ።

ሰ. ብድሕሪኡ ከኣ እቲ ብልቃጥ ኣብ ጥቓ እቲ መንቀጺ ጥቓ ግበርዎ ኣብ እቲ ሓደ መትሓዚ ጎጣ።



11



ኣንተ ድኣ ንንቲ መለሰኩም ኔርኩም ከይንኩ ሕጂ ንዑቡ ኣውጽእዎ፣ ብድሕሪኡ ንዑቡ ኣብ እቲ ናይ ክለኒካዊ እንዳ ገፍ ዝተዳለወልኩም ነቲ ንንቲ ጉሃፍዎ። እንተዘይኮይኑ ከኣ ኢድኩም ንምጽራይ እቲ መጽራይ ኢድ ፈሳሲ ጌርኩም ኣጸረውዎ።

12



**እቲ መመርመሪ ኣቕሓ ምምዝጋብ**  
እንተ ድኣ እቲ **Test registration card** (ተስት ረጂስትረሽን ካርድ) ናይ መመዘገቢ ካርድ ተዋሂብኩም ከይኑ ኣብ እቲ ካርድ ዘሎ መምርሕታት ተኸትልኩም ተመዝገቡ።  
እንተ ድኣ **Test receipt card** (ተስት ረሲት ካርድ) ናይ ምርመራ ውጽኢት መውሃቢ ካርድ እንተ ድኣ ተሰዲድልኩም ከይኑ ምስ እቶም ናይ ምርመራ ኣካይድቲ ሰራሕተኛ ተዘራረቡ ኢኹም።

13

**መሸፈኒ ገጽኩም ጥራይ ተጠቀሙ**  
ቅድሚ ምስ እቶም ኣባል ሰራሕተኛ ተራኺብኩም ምሕባርኩም ኣፍኩም ብማስክ ክሸፈን ኣለዎ። ንሳቶም እቲ ናይ መመርመሪ ኣቕሓ ኩሉ ነገር ጽቡቕ ከምዘሎ ክሪእልኩም እዮም፣ ብሕሪኡ ከኣ እንታይ ክትገብሩ ከምዘለኩም ክሕብሩኹም እዮም።

እንተ ድኣ ነቲ ናይ መመርመሪ ኣቕሓ ከተረክብዎ ድልዎት ከይንኩም ብኸብረትኩም ንኣባል ሰራሕተኛ ሕብሩ ኢኹም።