ራሳችንን የምንጠብቅበት መንገድ ይህ ነው.

የኮቪድ-19 ክትባት ለመከተብ ጥሩ ምክንያቶች

የኮቪድ-19 ክትባትን ለምን ይከተባሉ? ለዚህ የሚሆኑ በርካታ ጥሩ ምክንያቶች አሉ። የኮቪድ-19 ክትባት የኮቪድ-19 ወረርሽኝን ለመዋጋት በጣም ጠቃሚ ነው። እንደ ንጽህና እና የባህርይ ደንቦች የመሳሰሉትን ሌሎች እርምጃዎች የሚያጠናክር ነው። ክትባት ከሕመም በተለይም ከባድ ከሚባሉ በሽታዎች የሚጠብቀን ነው። ስዊዘርላንድ ውስጥ የሚኖሩ ተጨማሪ ሰዎች ክትባቱን በወሰዱ ቁጥር፣ የሌሎች እርምጃዎች አስፈላጊነት ይቀንሳል።

እራስዎን ከከባድ በሽታ ይከላከሉ።

የኮቪድ 19 በሽታ በተለይም ዕድሜያቸው ለገፋ ሰዎችና ስር የሰደደ በሽታ ላለባቸው ሰዎች በጣም አደገኛ ሊሆን ይችላል። ወጣቶችና ጤናማ ሰዎች በኮሮናቫይረስ ሲያዙ የሚያሳዩት ምልክት መጠነኛ ነው ወይም ምንም ምልክት አያሳዩም። ነገር ግን፣ እነርሱም በበሽታው ከባድ ሁኔታ ሊጠቁ ይችላሉ። ክትባት ከኮቪድ-19 በሽታ በተለይም ከከባድ ሕመም ሊከላከለዎት ይችላል። በከፍተኛ ክትትል ክፍል ውስጥ ተኝተው ከሚገኙ የኮቪድ ታማሚዎች መካከል ከ 90% በላይ የሚሆኑት ክትባት ያልተከተቡ ናቸው። ስዊዘርላንድ ውስጥ የሚሰጡት ክትባቶች አስተማማኝና ከኮቪድ-19 በሽታ በጣም ጥሩ ከለላ ሊሰጡ የሚችሉ ናቸው። አንድ ክትባት ስዊዘርላንድ ውስጥ ፈቃድ ሊሰጠውና ጥቅም ላይ ሊውል የሚችለው ጠቀሜታዎቹ ከስጋቶቹ ግልጽ በሆነ ሁኔታ ልቀው ሲገኙ ነው። እስከዛሬ ድረስ እነዚህን ክትባቶች በተመለከተ ያለው ተሞክሮም ይህንኑ የሚያሳይ ነው።

ኮቪድ-19 የሚያስከትላቸውን ጉዳቶች ማስቀረት

በበሽታው ከተያዙ በኋላ፣ ዘለቄታዊ የሆኑ የጤና ችግሮች (ለረዥም ጊዜ የሚቆይ ኮቪድ) ሊከሰቱ ይችላሉ፤ ለምሳሌ፡ ከባድ እንቅስቃሴ በሚያደርጉበት ወይም በሚደክምዎት ወቅት የሚከሰት የትንፋሽ እጥረት። ይህ ችግር በወጣትነት ዕድሜ ላይ ባሉና ጤነኛ ሰዎች ላይም ሊከሰት ይችላል። እርስዎ ክትባቱን ከተከተቡ፣ በበሽታው የመያዝ ዕድልዎንና ለዘለቄታ የሚያስከትላቸውን ጉዳቶች 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

በቫይረስ በመጠቃትና በበሽታ በመያዝ የሰውነትን በሽታ የመከላከል አቅም መገንባት አይመከርም። የዚህ ምክንያት ደግሞ ወደ ከባዱ የበሽታው ደረጃ ሊያመራና ዘላቂ የሆኑ ውጤቶች ሊያስከትል ስለሚችል ነው። የኮቪድ-19 ክትባትን ሲከተቡ፣ በኮሮና ቫይረስ የመያዝ ስጋት ሳይኖርብዎ ቁጥጥር በተሞላበት መንገድ የተሻለና ዘላቂ የሆነ መከላከያ ማግኘት ይችላሉ። አሁን ባሉ ጥናቶች መሰረት፣ ክትባት ቢያንስ ለአስራ ሁለት ወራት ያህል በሽታን ይከላከላል። ከዚህ ጊዜ በኋላ የበሽታው ከፍተኛ ደረጃን የመከላከል አቅም እንደሚቀንስ የሚያሳይ ማስረጃ የለም። የኮሮና ቫይረስ የምርመራ ውጤታቸው ፖዘቲቭ የሆኑ ሰዎች ከተቻለ በቫይረሱ ከተጠቁ በኋላ ባሉት ሶስት ወራት ውስጥ አንድ ጊዜ መከተብ አለባቸው። በዚህ መንገድ፣ በአዲስ ቫይረስ እንዳይጠቁ የተሻለና ለረዥም ጊዜ የሚቆይ መከላከያ ይኖራቸዋል።

ለጤና ባለሙያዎች ድጋፍ ያድርጉ

ወረርሽኙ በጤና እንክብካቤ ሰራተኞችና በጤና እንክብካቤ ስርዓቱ ላይ ጊዜያዊ ጫና አሳድሯል። ክትባቱ በሚሰጥዎት መከላከያ አማካይነት፣ ለከባድ የኮቪድ-19 በሽታ ሕክምና ማግኘት አያስፈልግዎትም። ይህን በማድረግዎ፣ በጤና እንክብካቤ ስርዓቱ ላይ የሚደርሰውን ጫና ለማቃለል ያግዛሉ። ለሌሎች ሕመሞችና ድንገተኛ የጤና ችግሮች የሚሰጡ ሕክምናዎች ግን አሁንም ይሰጣሉ።

በዙሪያዎ ያሉ ሰዎችን መጠበቅ

ክትባቱን ከወሰዱ፣ እርስዎ በበሽታው የመያዝዎና ሌሎችንም የመበከል ስጋት በከፍተኛ ሁኔታ ይቀንሳል። ምንም እንኳን ክትባቱ የበሽታውን የመተላለፍ ዕድል ሙሉ በሙሉ ባይከላከልም፣ በተለይ ተጋላጭ የሆኑ ሰዎችን መጠበቅ ይችላሉ። ለምሳሌ፣ ክትባቱ ውጤት የማያስገኝላቸውና የተዳከመ የበሽታ መከላከያ ስርዓት ያላቸው ሰዎች። እርስዎ መከተብዎ በጤና ምክንያት መከተብ ያልቻሉ ሰዎችና መከተብ የማይችሉ ሕጻናትን ከበሽታ ይከላከላል። የተከተቡ ሰዎች ቁጥር ሲጨምር፣ ራሳቸው በኮቪድ-19 የሚያዙና ሌሎች ሰዎችንም የሚበክሉ ሰዎች ቁጥር ይቀንሳል።

የአእምሮ ጤናን መደገፍ

በዚህ ወረርሽኝ ወቅት የኮሮና ቫይረስ ስርጭት ከሌሎች ሰዎች ጋር የሚኖር ንክኪ እንዲቀንስ አድርጎታል። ይህም ደህንነት ላይ ተጽእኖ ሊያሳድርና የአእምሮ ሕመምን ሊያስከትል ወይም ሊያባብስ ይችላል። በኮቪድ-19 ክትባት አማካይነት የሚፈጠር በሽታን የመከላከል አቅም የአእምሮ መረበሽን በመቀነስ ከሰዎች ጋር በድጋሚ ስለሚኖረን መነካካት የተሻለ ስሜት እንዲኖረን ያግዛል። ክትባት ለሌሎች የሰዎች ልጆች አብሮነታችንን የምናሳይበት መንገድም ነው።

የወረርሽኙን ውጤቶች መዋጋት

በኮቪድ-19 የተያዙ ሰዎች ቁጥር ጥቂት ቢሆን፣ መደበኛ ዕለታዊ ሕይወት እንደገና ይቀጥል ነበር። ክትባት ከንጽህና እና ከባህሪያዊ ደንቦች ጋር ሆኖ ወረርሽኙን ለመገደብና ሕይወት ወደመደበኛ ሁኔታው እንዲመለስ ለማድረግ በጣም ውጤታማ ዘዴ ነው። ስዊዘርላንድ ውስጥ የሚኖሩና ክትባቱን የወሰዱ ሰዎች ቁጥር ሲጨምር፣ ሌሎች እርምጃዎች ተፈጻሚ መሆናቸው የሚያቆምበት ጊዜ አጭር ይሆናል። ክትባቱን በመከተብዎ፣ ለራስዎ ጤና እና በስዊዘርላንድ፣ በአውሮፓ እና በዓለም ውስጥ ለሚኖሩ ሌሎች ሰዎች ጤንነት ወሳኝ አስተዋጽኦ እያደረጉ ነው።