

# دژی ئەنفلونزا خۆت بکوته

Information på sorani

## مرۆف به ناسانی تووشی دهییت

مرۆف به ناسانی تووشی ئەنفلونزا دهییت. فایرۆسەکه له ریگیای کۆکه و پژمینەوه بۆلاودهییتهوه یان له ریگیای پهیومندی نزیک لهگهڵ نهخۆشهکهدا دهگوزرینهوه. نیشانه ناساییهکانی نهخۆشیهکه بریتییه له کۆکه، تایی قورس و نازاری سهر، ماسولکه و جومگهکاندا. زوربهی کات مرۆف ههفتهیهک نهخۆش دهکوتریت، بهلام رنگه نهخۆشهکه پاش چهند ههفتهیهکی تریش هیشتا ههست به ماندووبون بکات. ئەنفلونزا بۆ زوربهی خهڵکان نهخۆشیهکی سامناک نیه. کەسانی تر ههن که به خراپی دهیگرن وه تووشی بارودۆخی مهترسیدار و کوشنده دهبن، وهک بۆ نمونه نهخۆشیهکانی ههوکردنی سی و ژار او بیوونی خوین.

**تۆ مهترسیهکی گهورهترت لهسه ره که به شیوهیهکی سهخت نهخۆش کهویت و دهشییت خۆت بکویتت نهگهر:**

- 65 سال یان زیاترییت
- دووگیان بییت
- گهوره یان مندالی سهر و 6 مانگ که ئەم نهخۆشیانه یان بارودۆخانهی ههییت:
- نهخۆشیه درێژخایهنهکانی دل و رهبری سهخت. (KOL) - نهخۆشیه درێژخایهنهکانی سی، بۆ نمونه نهخۆشی به خهلوژبوونی سی
- ئەو بارودۆخانهی که مرۆف بهر هو لاوازبوونی توانای سی یان خراپتربوونی کۆکهی توند دهبات، بۆ نمونه قهلهوی له رادهبهدر، نهخۆشیه دهماریه ماسولکهیهکان و کۆمهله ناتواناییهک پیکهوه.
- نهخۆشی درێژخایهنی لاوازی جگهر یان لاوازی گورچيله
- نهخۆشی شهکره
- ئەو بارودۆخانهی که واتای دابهزینیکی زوری بهرگری لهس دهگهیهنییت بههۆی نهخۆشی یان چارهسهرتیکی بزیشکیهوه.

## دهربارهی کوتان و کوتاندنهکه

ئهوانهی دژی ئەنفلونزا خوین دهکوتن پاراستنیک باشتر له دژی نهخۆشیهکه بهدهست دهینین. ئەگهر ئەنفلونزاش بگرن زوربهی کات نیشانهکانی نهخۆشیهکه یان سووکتتر تیا دهردهکهویت. ههموو سالیک کوتانهکه و دهگونجینییت که بتوانییت بهرگهی فایرۆسی ئەنفلونزای وهرز مه بگرییت. له سالانی 1970 کانهوه خهڵکانیکی زۆر له ههموو جیهاندا بهم جوړه کوتراون. پاش کوتانهکه رنگه له دهورووبهری شۆینی کوتانهکه بآلت ههستیاریییت و بئاسنییت. ههندی کهسیش سووکه تابهکی لیدییت. دژواریهکانی کوتانهکه پاش چهند روژییک نامینییت. زۆر بهدگهمن مرۆف تووشی کاردانهوی بههیز دژی کوتانهکه دهییت.

## کهی و له کوو و دهتوانییت خۆت بکویتت؟

تۆ دهتوانییت له بنکه ئەندروسنیهکهی ناچهکهی خۆت له 7 ی نۆفهمبهرهوه 2017 هوه خۆت بکویتت. گهر تۆ سهر به گروپیک لهو نهخۆشیانهی سهرهوه بییت 60 کرۆن ددهییت.

تکایه پهیومندی به بنکه ئەندروسنیهکهی خۆتهوه بکه یان زهنگ لیده بۆ 1177 بۆ بنکهی ئامۆژگاریدان به نهخۆش. دا زیاتریشی لهسهر بخوینیتهوه. [www.1177.se](http://www.1177.se) تۆ دهتوانییت له