

INFORMATION SUR LA GALE

LA GALE, QU'EST-CE-QUE C'EST?

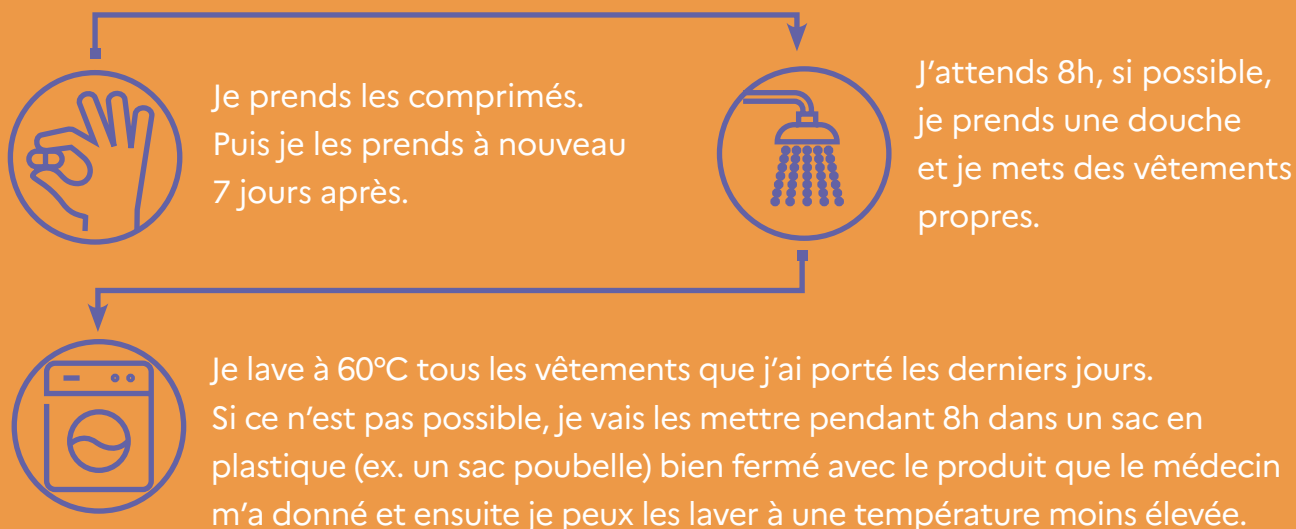
La gale est une maladie de la peau provoquée par un parasite (un tout petit animal qu'on ne peut pas voir car il est sous la peau).

Si j'ai la gale : ma peau est rouge et je me gratte beaucoup, surtout la nuit.

La gale n'est pas une maladie grave, mais elle est très contagieuse. Pour en guérir je dois prendre des médicaments et traiter mes vêtements et tous les affaires (matelas, sac de couchage, couvertures...) qui ont été en contact avec la peau.

COMMENT ME SOIGNER?

Si j'ai la gale, un médecin va me donner des médicaments à prendre :



La gale guérit en quelques jours, mais je peux encore me gratter pendant 15 jours. Pour éviter à mes proches (personnes qui m'entourent) d'être contaminés : je ne les touche pas et je ne partage pas mes vêtements ni le matériel de couchage (matelas, couvertures, etc.).

Pour en savoir plus : iledefrance.ars.sante.fr



SCABIES

INFORMATION ABOUT SCABIES

THE SCABIES, WHAT IS THAT?

Scabies is a skin disease caused by a parasite (a small animal that you cannot see because it is under the skin).

If I have scabies: my skin is red and I scratch a lot, especially at night-time.

Scabies is not a serious disease, but it is very contagious. In order to cure it, I have to take medication and treat my clothes and all my belongings (mattresses, sleeping bags, blankets, etc) which have been in contact with my skin.

HOW TO HEAL?

If I have scabies, a doctor will give me medicine to take :



The scabies will heal within a few days, but I might still be itchy for 15 days.

To prevent my loved ones (people around me) from becoming contaminated : I do not touch them, and I do not share my clothes and sleeping things (mattresses, sleeping bags, blankets, etc).

Pour en savoir plus : iledefrance.ars.sante.fr



اطلاعات گال یا خارش

گال یا خارش یک بیماری جلدی است که توسط یک پارازیت ایجاد میشود (یک حیوانی کوچک که ما نمی توانیم آن را ببینیم چون در زیر پوست می باشد).

اگر به این بیماری مصاب باشیم: جلد وجودم سرخ میگذرد و زیاد میخارم، به خصوص از طرف شب.

گال یا خارش یک بیماری جدی نیست، ولی به شدت ساری است. برای تداوی این بیماری باید دارو بگیرم و لباس ها و تمام اشیای خود را (توشک، کیسه خواب، کمپل و دیگر...) که به جلد من ارتباط پیدا کرده است تداوی کنم یا دوا بزنم.

اگر گال یا خارش داشته باشم، یک داکتر برایم دارو میدهد که استفاده اش کنم.

- قرص ها یا گولی را میخورم و ۸ ساعت صبر می کنم. سپس، و در صورت امکان، شاور می گیرم و لباس های تمیز می پوشم. من باید دارو را ۷ روز بعد باز بخورم.

- تمام لباس هایی را که در چند روز گذشته پوشیده بودم در ۶۰ درجه حرارت می شویم. اگر این کار امکان پذیر نمی باشد، باز لباس ها را در یک کیسه پلاستیکی (مثلا کیسه کتافات) با محصولی که داکتر برایم داده است محکم بسته می کنم و بعد از ۸ ساعت میتوانم در حرارت پایین تر آن را بشویم.

گال یا خارش در طول چند روز تداوی میشود، ولی ممکن است که من تا ۱۵ روز بدنم را بخارم. برای جلوگیری از مصاب شدن عزیزانم (افراد اطرافم) به این بیماری، من: با آنها دست نمیدهم یا از تماس با آنها خود داری می کنم و لباس ها و وسایل خوابم را (توشک، کیسه خواب، کمپل و دیگر...) با آنها شریک نمیسازم.

Pour en savoir plus : iledefrance.ars.sante.fr



د خارش ناروغۍ په اړه معلومات

خارش د پوستکي يوه داسې ناروغي ده، چې د يوه پرازېت څخه رامنځ ته کېږي (يو ډېر کوچنی حيوان، چې تاسې ئې نسي ليدلای، ځکه تر پوستکي لاندې اوسېږي). کله چې د خارش ناروغي ولرم: نو زما د پوستکي رنگ سور سي او زه مې بدن ډير گروم، په ځانگړي توگه د شپې پر مهال.

خارش يوه خطرناکه ناروغي نه ده، خو ډېره ساري ده. ددې ناروغي د درملنې لپاره بايد درمل وخورم او خپلې ټولې جامې او د خوب کولو لوازم (توشکي، د ويډېدو کڅوړي، کمپلونه او نور...) چې زما د پوستکي سره يې اړيکه ايجاد سوي، تداوي کړم يا په دوا ومنيځم. که زه د خارش ناروغي ولرم، نو يو ډاکټر به ماته درمل راکړي چې ويې خورم.

- زه گولۍ خورم او ۸ ساعته انتظار کوم. تر هغه وروسته که مې کولای سواي، نو شاور اخلم او پاكي جامې اغوندم. زه بايد ۷ ورځې وروسته بيا درمل وخورم.

- ټولې هغه جامې چې ما په تېرو څو ورځو کې اغوستي دي، په ۶۰ درجې حرارت کې مينيځم. که ددې امکان نه وي، نو جامې په يوه پلاستيکي کڅوړه کې (مثلاً د کثافاتو په کڅوړه کې) د هغه موادو سره چې ماته ډاکټر راکړي په ښه توگه تړم او کولای سم، چې تر ۸ ساعتونو وروسته يې په کم حرارت کې ومنيځم.

خارش په څو ورځو کې تداوي کېږي، خو کېدای سي تر ۱۵ ورځو پورې مې بدن وگروم. ددې لپاره چې په دې ناروغي د خپلو عزيزانو (زما د شاوخوا خلکو) د ککړتيا مخه ونيسم نو: زه دوی ته لاس نه ورکوم او خپلې جامې او د خوب کولو لوازم (توشکي، د خوب کڅوړي، کمپلې او نور...) ورسره نه شريکوم.

Warbixin Kusaabsan Isnidaamiska

Isnadaamisku waa cudur maqaarka ku dhaco oo uu keeno dulin (xayawaan aad u yar oo aadan arki karin sababtoo ah wuxuu kujiraa maqaarka hoostiisa).

Haddii aan qabo cudurka isnadaamiska: maqaarkaygu waa guduudan yahay oo aad ayaan u xoqaa, gaar ahaan habeenkii.

Isnidaamiska ma'aha cudur halis ah, laakiin aad buu u faafaa. Si aan u daweeyo, waa in aan qaataa daawooyin oo aan daaweeyaa dharkayga iyo dhammaan alaabtayda (furaashka, go'yaasha, bustayaasha, iwm) ee maqaarkayga taabtay.

Haddii uu isnidaamiska igu dhaco, dhakhtar ayaa isiin doono daawooyin aan qaato..

- Waxaan liqi kaniiniyada, Waxaan sugayaa ilaa 8 subaxnimo, ka dib, hadii ay suurtoagal tahay, waan qubaysani oo waxaan xirani dhar nadiif ah. Waa inaan daawada qaataa 7 maalmood ka dib.
- Waxaan ku dhaqi dharkayga heerkul gaarayo 60 darajo dhammaan dharkii aan xirnaa maalmihii u dambeeyay. Haddii tani aysan suurtoagal ahayn, waxaan ku ridi doonaa 8 saacadood meesha dharka wasakhda ah lagu rido (tusaale ahaan bacda qashinka) waxaana si fiicana afka ugula xirayaa daawada uu dhakhtarku i siiyay ka dibna waxaan ku dhaqi doonaa heerkul hoose.

Isnidaamisku wuxuu ku bogsadaa dhowr maalmood gudahood, laakiin waxaan isxoqi karaa mudo dhan ilaa 15 maalmood.

Si aan uga ilaaliyo kuwa aan jeclahay (dadka igu xeeran) si uusan isnidhaamis ugu dhicin: ma taabanayo iyaga mana la wadaagayo dharkayga iyo waxyaabaha aan ku seexo sida (furaashka, go'yaasha, bustayaasha, iwm.)

Pour en savoir plus : iledefrance.ars.sante.fr





የእኩክ በሽታ

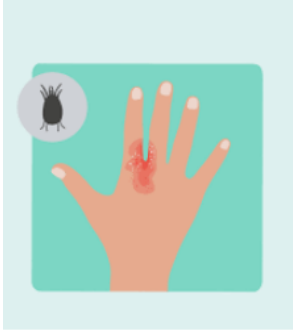
እኩክ በተባዮች (በቆዳ ስር ስለምገኙ በአይን ልናያቸው አንችልም) የሚመጡ የቆዳ በሽታ ነው። እኩክ ካለብኝ፡ ቆዳዬ ቀይ ይሆናል ፡ ብዙ ያሳክከኛል በተለይ በምሽት ።

እኩክ ከባድ በሽታ አይደለም፣ ነገር ግን በጣም ተላላፊ ነው። ለማከም መድኃኒት ወስጄ ልብሴን እና ከቆዳው ጋር የተገናኙትን ሁሉንም እቃዎች (ፍራሾች፣ የመኝታ ቦርሳዎች፣ ብርድ ልብሶች፣ ወዘተ) ማጣብ አለብኝ። እኩክ ካለብኝ ሐኪም መድኃኒት ይሰጠኛል።



- ክረኖቼን እወስዳለሁ። 8 ሰዓት እጠብቃለሁ፣ ከተቻለ ሻወር ወስጄ ንጹህ ልብስ እለብሳለሁ። ከ 7 ቀናት በኋላ መድኃኒቱን እንደገና መውሰድ አለብኝ።
- ባለፉት ጥቂት ቀናት የለበስኳቸውን ልብሶች በሙሉ በ60 ዲግሪ እጥባለሁ። ይህ የማይቻል ከሆነ ለ 8 ሰዓታት በፕላስቲክ ከረጢት (ለምሳሌ የቆሻሻ ከረጢት) ከዶክተሩ በሰጠኝ መድኃኒት በደንብ ዘግቼ አስቀምጥቻለሁ ከዚያም በዝቅተኛ የሙቀት መጠን አጠብቻለሁ።

እኩክ በጥቂት ቀናት ውስጥ ይድናል፣ ግን አሁንም ለ15 ቀናት ልያሳክከኝ ይችላል። የምወዳቸው ሰዎች (በዙሪያዬ ያሉ ሰዎች) እንዳይታዙ፡ አልነካቸውም እንዲሁም ልብሴን እና የመኝታ ዕቃዬን (ፍራሽ፣ የመኝታ ቦርሳ፣ ብርድ ልብስ፣ ወዘተ) አላጋራም።



معلومات حول الجرب

الجرب هو مرض جلدي يسببه طفيلي (حيوان صغير جدًا لا يمكن رؤيته لأنه تحت الجلد).
إذا كنت مصاب بداء الجرب: تحمّر بشرتي وأخذش كثيرًا، خاصة في الليل.

الجرب ليس مرضًا خطيرًا، لكنه شديد العدوى. علاجه يستجيب تناول الأدوية ومعالجة الملابس وكل الأشياء (الفراش وأكياس النوم والبطانيات وغيرها) التي كانت على اتصال بالجلد.
إذا كنت مصابًا بالجرب، يعطيني الطبيب دواءً لأتناوله.

- أتناول أقراص الدواء، وأنتظر 8 ساعات، ثم إذا أمكن، أستحم وأرتدي ملابس نظيفة. سأضطر إلى تناول الدواء مرة أخرى بعد سبعة أيام.

- أغسل جميع الملابس التي لبستها في الأيام قبل الإصابة بدرجة حرارة تساوي 60 درجة. إذا لم يكن ذلك ممكنًا، فسأضعها لمدة 8 ساعات في كيس بلاستيكي (على سبيل المثال كيس قمامة) مغلق جيدًا بالمنتج الذي أعطاني إياه الطبيب وبعد ذلك يمكنني غسلها بدرجة حرارة منخفضة.



يمكن الشفاء من الجرب في غضون أيام قليلة، لكن لا يزال بإمكانني الخدش لمدة 15 يوم.

لتجنب إصابة أسرتي (الأشخاص من حولي) بالمرض: لا ألمسهم ولا أشارك ملابسهم وملابس النوم (الفراش وأكياس النوم والبطانيات وما إلى ذلك).



Version Tigrigna

ሓባኪ ብዛዕባ ሓካኪን

ሓካኪን ብጽግዕተኛታት (ኣብ ትሕቲ ቆርበትና ንረኽቦም ብዓይንና ዘይረኣዩ እንስሳታት) ዝመጽእ ናይ ቆርበት ሕማም እዩ። ሓካኪን እንተልዩኒ : ቆርበተይ ቀይሕ ይኸውንን ብተሕ ይሓክኽን ብፍላይ ለይቲ።

ሓካኪን ከቢድ ሕማም ኣይኮነን፡ ግን ኣዝዩ ተላባዒ እዩ። ንኸፍውስ ድማ መድሃኒት ክወስድን ክዳውንተይን ኩሉ እቲ ምስ ቆርበተይ ዝተራኽበ ንብረትን (ፍርናሽ፡ መደቀሲ ቦርሳ፡ ኮቦርታ ወዘተ) ከጽርን ኣለኒ። ሓካኪን እንተልዩኒ : ሓኪም መድሃኒት ክህበኒ እዩ።



- ከኒና ይወስድ።8 ሰዓት ይጽቦ፣ ድሕሪኡ እንተተኸኢሉ ነብሰይ ተሓዲበ ጽፋይ ክዳን ይኸደን። ድሕሪ 7 መዓልቲ ዳግማይ መድሃኒት ክወስድ ኣለኒ።
- ኣብ ዝሓለፈ ሒደት መዓልታት ዝለበስክዎ ኩሉ ክዳውንቲ ኣብ 60 ዲግሪ እዩ ይሓጽቦ። እዚ እንተዘይተኸኢሉ ን8 ሰዓታት ኣብ ፕላስቲክ (ንኣብነት፡ ፕላስቲክ ናይ ጎሓፍ) ብጽቡቕ ዓጽዮ በቲ ሓኪም ዝሃበኒ መድሃኒት የቐምጦም ብድሕሪኡ ብዝተሓተሙቐት ክሓጸቦም ይኸእል እዩ። ሓካኪን ኣብ ውሽጢ ሒደት መዓልታት ይሓወ፡ ግን ሕጂ ውን ን15 መዓልታት ክሓክኽ ይኸእል እዩ።

ዝፈትዎም ሰባት (መቐርበይ) ከየልግበሎም፡ ኣይትንክፎምን ከምኡ'ውን ክዳውንተይን ናይ ድቃስ ኣቕሑተይን (ፍርናሽ፡ መደቀሲ ቦርሳ፡ ኮቦርታ ወዘተ) ኣየካፍልን።