



ህጹጽ መጉዳእት ስኒ

እዚ ሓበሬታ ህጹጽ መጉዳእት ስኒ ምስ ዘጋጥም እንታይ ከምዝግበር ይገልጽ።

ህጹጽ መጉዳእት ስኒ፤

- ቃንዛ ስኒ
- ምሽርራፍ፣ ምንቃዕን & ምስንጣቕን
- ዕንፍፍርን ሕበጥን
- ቃንዛ መንጋጋ
- ተሃሪሙ ዝሞለቐ ስኒ
- ዝተነሸሰ ከንፈር ወይ ምዕጉርቲ
- ቃንዛ ናይ ዓጽምን መላግቦን ዝሸፍን ህዋስን & ምፍሳስ ደምን

ቃንዛ ስኒ

- ስብርባር ስኒ ንምእላይ መጀመርታ ኣፍ ብውዑይ ማይ ጎጽጉጽዎ።
- ሕበጥ እንተሃልዩ ብደጊኡ ንመዕጉርቲኹም ዝሑል መጽቀጢ ግበርሉ (ሙቕት ኣይትጠቐሙ)።
- ኣስፕሪን ንደም ስለ ዘቕጥዮ፣ ኣብ ክንዲ ኣስፕሪን ፓራሲታሞል ውሰዱ።
- ኣስፕሪን ኣብ ልዕሊ ግርጻን ወይ ዘቕንዝወኩም ስኒ ኣይተቐምጡ። እዚ ነቲ ንዓጽሚ ዝሸፍን ኩሉ ህዋስ ክቃጻል ስለዝገብር።
- ብዝተኸለለ መጠን ቀልጢፍኩም ሕክምና ስኒ ርኽቡ።

ብማህረምቲ ዝሞለቐ ስኒ

ቀዋሚ ስኒ ተሃሪሙ እንተሞለቐ ክድሕን ይኸእል እዩ፣ ግን ቅልጡፍ ስጉምቲ ይድሊ። ነዞም ዝስዕቡ ስጉምቲታት ተኸተሉ፤

- ህድእ ኢልኩም ነታ ስኒ ርኽብዎ።
- ነቲ ስኒ ብላዕለዎይ ክፋሉ (ኣኸሊል) ጥራይ ምሓዝ። ነቲ ስኒ ብሱሩ ፈጸምኩም ኣይትሓዝዎ።
- ነቲ ስኒ ኣይትቕረፍዎ/ኣይትሕክሽዎ፣ ኣይትድረዝዎ ወይ ካብ'ቲ ስኒ ዝኸነ ቁርጽራጽ ስጋ ወይ ህዋሳት ኣይተልግሱ።
- እቲ ስኒ ጽፍይ ምዃኑ ኣረጋግጹ። እቲ ስኒ ረሳሕ እንተኸይኑ ኣብ ጸባ እለኸዎ ወይ ንኣዝዩ ሓዲር ግዜ ኣብ ማይ ሕጸብዎ። ከም ኣማራጺ፣ እቲ በዓል ስኒ ቀስ ኢሉ ክመጽዎ ይኸእል፣ እዚ ግን ንኣሸቱ ህጻናት ወይ ዓበይቲ ሕልናኦም ዝሰኣኑ፣ ኣብ ስንባይ ዝርከቡ ወይ ምሉእ ብምሉእ ዝሃድኡን ምትሕብባርን ዘይብሎምን ክገብርዎ ኣይምከርን።
- ብቕልጡፍ ነቲ ስኒ ኣብ ቦትኡ (ኣብ ሶኬቱ) ደጊምካ ምትካሉን ኣብ ቦታኡ ክጸንኡ ምግባርን።
- ነቲ ስኒ ዳግማይ ክትከል እንተዘይተኸኢሉ፣ (ኣብ ማይ ዘይኮነ) ኣብ ጸባ ብምእላኽ፣ ብመጠቕለሊ ፕላስቲክ ብምዕሻግ፣ ወይ እቲ በዓል ስኒ ኣብ ኣፉ ጥቓ መዕጉርቲ ክቐምጡ ብምግባር (እንተኸኢሉ) ጥሉል ኮይኑ ክጸንኡ ምግባር።



- እቲ ስኒ ከምዝነቅጽ ኣይትግበርዎ።
- ቅልጡፍ ሕክምና ስኒ ርኽቡ (ግዜ ኣዝዩ ወሳኒ እዩ)።

ስኒ ህጻን ተሃሪሙ እንተሞሊቐኹ ክትትክእዎ ኣይትፈትኑ። ንዝተሃረሙ ስኒ ህጻን ዳግማይ ምትካል ነቲ ዝወጽእ ዘሎ ናይ ዓበይቲ ስኒ ጉድኣት ከስዕብ ይኽእል። ዝኾነ ኣብ ከንፈርን ግርጻንን ዝበጽሖ ሙጉዳእቲን ምስኡም ዝተኣሳሰሩ ቃንዛታትን ንምክልኻል ቅልጡፍ ሕክምና ስኒ ርኽቡ።

ምሽርራፍ፡ ሙንቃዕታትን ምስንጣቓትን

ስኒ እንተተሸራፈ፡ እንተነቐዑ ወይ እንተተሰንጢቑ፣ ብዝተኸለለ ሙጠን ቅልጡፍኩም ሕክምና ስኒ ርኽቡ።

እቲ ዝተሸርፈ ወይ ዝነቐዐ ንእሽቶ ጥራይ እንተኾይኑን ሙጉዳእቲ ስጋን ቃንዛን እንተዘይሃልዩዎን፡ ኣይትረቡ። ሕክምና ስኒ ርኽቡ። እቲ ኣብ ስኒ ዝበጽሖ ሙጉዳእቲ ዝያዳ ዓቢይ እንተኾይኑ፡ ዝኾነ 'ሮዛ' ሕብሪ ዘለዎ ምልክት ድለዩ፣ ምኽንያቱ እዚ እቲ ነርቭ ከምዝተቐልዐ ዘመልክት ስለዝኾነ። እቲ ነርቭ እንተተቐለዐ፡ ብቐልጡፍ ሕክምና ስኒ ርኽቡ። ምድንጓይ ሕክምና ማለት እቲ ስኒ ክድሕን ኣይክእልን እዩ ማለት ክኸውን ይኽእል።

ዝተነኸሰ ከንፈር ወይ ምዕጉርቲ

ከንፈር ወይ ምዕጉርቲ ኣብ እዋን ምብላዕ፡ ብሰንኪ ሙድደቕቲ ወይ ድሕሪ ምጥቃም መደንዘዚ ክንከስ ይኽእል። ዝደንዘዘ ከንፈር ወይ ምዕጉርቲ እንተተመጢጡ፡ እንተተነኸሱ ወይ እንተተፋሕፈሉ፡ እቲ ሕሙም ከይተረድኦ ክጉዳእ ይኽእል። እቲ ሙጉዳእቲ ዝበጽሖ ከባቢ ሙብዛሕትኡ ግዜ ጽቡቕ ዘይመስል ኬሚካላዊ ቃጻሎ ይመስል፣ ወይ ብጌጋ ከምኡ'ዩ ተባሂሉ ክሕበር ይኽእል። ስምዒት ናብ'ቲ ቦታ ምስ ተመልሰ፡ ኣዝዩ ዝቐሰለ ክኸውን ይኽእል። ሕበጥን ረኽሱን እውን ከጋጥም ይኽእል። ሕውዶቱ ንምትብባዕ ንዝተነኸሰ ከንፈር ወይ ምዕጉርቲ ብምወቕን ጨው ዘለዎን ማይ ብምጉጽጓጽ ሓክምም (ፍርቂ ማንካ ሻሂ ጨው ናብ ሓደ ኩባያ ልብጥ ዝበለ ማይ)። ረኽሲ እንተ ኣጋጢሙ ካብ ሓኪም ስኒ ሕክምና ርኽቡ።

ዕንፍሩርን ሕበጥን

ዕንፍሩር ስኒ ኣብ ውሽጢ ስኒ ብዝፍጠር ረኽሲ፣ ረኽሲ ግርጻን (ኣብ ፐርዮዶንቲቲስ ብብዝሒ ዝረኣ) ከምኡ'ውን/ወይ ድማ ብሙጉዳእቲ ኣብ ስኒ ብዘጋጥም ስንባይ ዝመጽእ ብመግሊ ዝተመልኦ ሕበጥ እዩ። ዕንፍሩር ሙብዛሕትኡ ግዜ ቃንዛ ኣለዎም፡ ኩሉ ግዜ ግን ኣይኮነን። ዕንፍሩር ስኒ ሕበጥ ገጽን/ወይ ምግዛፍ ጽክታት ሊምፍ ከስዕብ ይኽእል። ኣብ ሳሕቲ ኣጋጣሚታት፡ ዕንፍሩር ስኒ ዝያዳ ሰፊሕ ዝኾነ ረኽሲ ከስዕብን ንህይወት ኣብ ሓደጋ ዘእቱን ክኸውን ይኽእል። ንናይ ስኒ ዕንፍሩር፣

- ንማእከላይ ቃንዛ ብዘይ ወረቐት ዶክተር ዝግዛእ መድሃኒት ቃንዛ ተቐጻጻርዎ። ነዚ መድሃኒት ብልሙድ ኣገባብ ውሰድዎ፣ ኣብ'ቲ ዕንፍሩር ባዕሉ ኣይትግበርዎ።
- ሕበጥ ኣብ ምቁጽጻር ክሕግዝ ዝሓል መጽቀጢታት ተጠቐሙ።
- ሓኪም ስኒ ወይ ሓኪም ረኽሲ ንምንካይ ጸረ-ነፍሳት ክእዝዝ ይኽእል እዩ፣ ይኹን እምበር ጸረ-ነፍሳት ጠንቂ ረኽሲ ኣየወግድን እዩ።
- ቅልጡፍ ሕክምና ስኒ ርኽቡ። እቲ ዕንፍሩር ባዕሉ ኣይክሓደን እዩ፣ ጸረ-ነፍሳት ድማ ነቲ ጸገም ኣይክኣልዎን እዮም።
- ንሕበጥ ገጽ ቅልጡፍ ሕክምና ካብ ሓኪም ስኒ ወይ ሓፈሻዊ ዶክተር ምርካብ ይደሊ።



መጉዳት ኣብ'ቲ ንዓጽምን መገጣጥሞን ዝሸፍን ህዋስ ምፍሳስ ደምን

ማህረምትን ምፍሳስ ደምን ኣብ ከንፈር፡ ምዕጉርቲ ወይ ግርጻን ብከም'ዚ ዝስዕብ ኣገባብ ክሕክሙ ኣለዎም፤

- ኣብ'ቲ ቁስሊ ጽፍይ ፋሻ (ባንዴጅ) ወይ ዝተዓጽፈ መንዲል ምቕማጥን ብጽኑዕ ምጽቃጥን።
- ኮፍ በሉ፣ ነቲ ምጽቃጥ እንተወሓደ ንዓሰርተ ደቓይቕ ቀጽልዎ። በጥ ኢልኩም/ተገዲምኩም ኣይትደቅሱ።
- እቲ ምፍሳስ ደም ምቁጽጻር እንተዘይተኻኢሉ ብቕልጡፍ ናብ ሕክምና ሺዱ።
- ሕበጥን ቃንዛን ንምቅላል ዝሓል ዝኾነ መጽቀጢ ተጠቐሙ።
- ንስኒ ዝምልከት ወይ ሕክምናዊ ምኽሪ ርኽቡ።
- ንሓደጋ ረኽሲ ንምንካይ፡ እቲ ቁስሊ ክሰብ ዝሓዊ ውዑይን ጨው ዘለዎን ተጠቒምኩም ኣፍኩም ጎጽጉጽዎ (ፍርቂ ማንካ ሻሂ ጨው ናብ ሓደ ኩባያ ልብጥ ዝበለ ማይ)።

ቃንዛ መንጋጋ

ብሰንኪ ቃንዛ መንጋጋ ክትበልዑ ወይ ኣፍኩም ክትከፍቱ እንተተጸገምኩም፡ ወይ ድማ ምስ ተበራበርኩም መንጋጋኹም ቃንዛ እንተተሰሚዕኩም፡ ሓፈሻዊ ሕክምና ወይ ሕክምና ስኒ ርኽቡ። ሓደ ሓኪም ስኒ ወይ ሓፈሻዊ ሓኪም ምንጪ ናይ'ቲ ቃንዛ መንጋጋ መርሚሩ ክፈልጡ ኣገዳሲ እዩ።

ኣብ ሓዲር ግዜ ቃንዛ መንጋጋ ንምቅላል፡ ዝሓል መጽቀጢ ተጠቐሙ ወይ ጸረ-ነድሪ መድሃኒት ውሰዱ።

ንዝያዳ ሓበሬታ

- ምስ ሓኪም ስኒ ተራኹብ
- ምብጻሕ www.health.qld.gov.au/oralhealth
- ኣብ መዓልቲ 24 ሰዓት ኣብ ሰሙን ሸውዓተ መዓልቲ ምስጢራዊ ምኽሪ ጥዕና ንምርካብ 13 ጥዕና (13 43 25 84) ጸውዕ
- ኢ-መይል oral_health@health.qld.gov.au

© The State of Queensland, Queensland Health, 2024.