ቁስሊታት ኣፍ

ቁስልታት ኣፍ ብሰንኪ ረኽሲ፡ መጕዳእቲ ወይ መንሽሮ ኣፍ ክመጹ ይኽእሉ። እዚ ሓበሬታ ገለ ብብዝሒ ዝረኣዩ ቁስሊታት ኣፍ፡ ምልክታቶምን ኣፈዋውሳኦምን ይገልጽ።

ረኽስታትን ከፉታት ቁስልታትን ኣፍ

ሀርፒስ ኮምፕሌክስ (herpes simplex) መብዛሕትኡ ግዜ ኣብ ከንፈርን መልሓስን ይረአ፡ ኣብ ዓይኒ፡ ኣፍንጫን ኣእዳውን እውን ክረአ ይኽእል። እቶም ቁስሊታት ከፉታትን ዝነዝውን እንተኾይኖም ተመሓላለፍቲ እዮም። ዝሑላት ቅብኣታት ቁስሊ ካብ ቤት መሸጣ መድሃኒታት ይርከቡ፣ ዘይምቾት ከቃልሉ ይኽእሉ።

ትራሽ (candidiasis) ኣብ መጀመርታ ኣብ ውሽጢ ኣፍ ከም ቀይሕ ቦታታት ዝረአ ረኽሲ ዕዲ/ፋንጋስ እዩ። እቲ ትራሽ እናገደደ ምስ ከደ፡ ጻዕዳ ዝረግፍ ቀጻላ ክቕልቀል ይኽእል። እዚ ቀጻላ ብቐሊሉ ተደሪዙ ክኽይድ ይኽእል፣ ኣብ ትሕቲኡ 'ጥረ' ዝመስሉ ልስሉሳት ህዋሳት ይገድፍ። ጽቡቕ ጽሬት፡ ኢድካ ምሕጻብን መመገቢ ኣቑሑት ብሓባር ዘይምጥቃምን ንምምሕልላፍ እቲ ረኽሲ ኣብ ምክልኻል ክሕግዝ'ዩ። ንምኽርን ሕክምናን ምስ ሓኪምኩም ወይ ሓኪም ስኒኹም ተማኸሩ።

ኣንጉላር ኪላይትስ (*Angular chelitis)* ብረኽሲ ዕሲን/ወይ ባክተርያን፡ ብድኹም ኣመጋግባ ወይ ብሕጽረታት ዓቕሚ ምክልኻል ሕማም ክመጽእ ይኽእል። ኣንጉላር ኪላይትስ ኣብ ኩርናዓት ናይቲ ሓደ ሓደ ግዜ ክኽፈት እንከሎ ዝደሚ ኣፍ፣ ከም ነቓዓት ዘለውዎም ቀያሕቲ ንቑጻት ገበር ኮይኖም ይረኣዩ። ከንፈር ብናይ ሊፕ ባልም ተጠቒምኩም ብምልስላስ፡ ጽቡቕ ጽሬት ኣፍ ምትግባርን ብዙሕ ማይ ምስታይን ረኽሲ ንምክልኻል ይሕግዝ። ንምኽርን ሕክምናን ምስ ሓኪምኩም ወይ ሓኪም ስኒኹም ተማኸሩ።

መባእታዊ ሀርፐቲክ ጂንጆቮስቶማታይተስ (*Primary herpetic gingivostomatitis*) ኣዝዩ ተመሓላልፊ ዝኾነ ቫይረሳዊ ረኽሲ እዩ። ረስኒ፡ ነድሪ/ቁጥዐ፡ ሕማም ርእሲ፡ ቃንዛ ኣብ ግዜ ምውሓጥን ሕበጥ ጽከታት ሊምፍን የስዕብ። ኣብ ውሽጢ ሒደት መዓልታት፡ ኣፍን ግርጻንን ዘቖንዝዉን ኣዝዮም ዝነደረኡን ይኾኑ። ቢጫ ፈሳሲ ዝመልኡ ቁስሊታት ይምዕብሉ፣ ይነትዑን ብሓመዳዊ ሕብሪ ዘለዎ ቆርበት ዝተሸፈነ ዓሚቕ ዘይኮነ፣ ዝተቐሳሰለን ኣዝዩ ቃንዛ ዘለዎምን ቁስሊታት ይፈጥር። ንምኽርን ሕክምናን ምስ ሓኪምኩም ወይ ሓኪም ስኒኹም ተማኸሩ።

ትሬንች ማውዝ (acute necrotising ulcerative gingivitis) ኣዝዩ ዘቖንዝዉ'ዩ። ብቐሊሉ ዝደሚዩ ቢጫን-ጻዕዳን ቁስሊታት ኮይኖም ይረአዩ። ብሰንኪ ድኹም ጽሬት ኣፍ ዝመጽእ እኳ እንተኾነ፡ ጸቕጥን ምትካኽ ሽጋራን መብዛሕትኡ ግዜ ኣበርክቶ ኣለዎ። ምልክታት ዝሓበጡ ጽከታት ሊምፍ፡ ረስንን ድኻምን፡ ሓጺን ዝጥዕም ከምኡ'ውን ምፍንጫል ኣስናን ዝመስል ስምዒትን ይርከብዎም። ንምኽርን ሕክምናን ምስ ሓኪምኩም ወይ ሓኪም ስኒኹም ተማኸሩ።

ዕንፍሩር ስኒ (*Dental abscesses)* ኣብ ውሽጢ ስኒ ብዝፍጠር ረኽሲ፣ ረኽሲ ግርጻንን/ወይ ድማ መጕዳእቲ ስኒን ዝመጽእ መግሊ ዝመልአ ሕበጥ እዩ። መብዛሕትኡ ግዜ ቃንዛ ኣለዎም፡ ኩሉ ግዜ ግን ኣይኮኑን። ዕንፍሩር ስኒ ሕበጥ ገጽን/ወይ ምግዛፍ ጽከታት ሊምፍ ከስዕብ ይኽእል። ኣብ ሳሕቲ ዝኾኑ ኣጋጣሚታት፡ ዕንፍሩር ስኒ ዝያዳ ዝሰፍሐ ረኽሲ ከስዕብን ሓደ ሓደ ግዜ ንህይወት ኣብ ሓደጋ ዘእቱን ክኸውን ይኽእል። ንናይ ዕንፍሩር ስኒ፣

- ማእከላይ ዝኾነ ቃንዛ ብዘይ ወረቐት ዶክተር ዝግዝኡ መድሃኒታት ቃንዛ ክትቆጻጸሮ ይከኣል። እዚ በቲ ልሙድ ኣገባብ ክውሰድ ኣለዎ፣ ኣብቲ ዕንፍሩር ባዕሉ ክግበር የብሉን።
- ሕበጥ ክትቆጻጸሩ መታን ክሕግዝ ዝሑል ዝጽቀጥ/ምጽቃጥ ተጠቐሙ።
- ረኽሲ ንምንካይ ጸረ-ነፍሳት ክእዘዙ ይኽእሉ። ይኹን እምበር ሓንቲ ዕንፍሩር ባዕላ ኣይትሓዊን'ያ፣ ጸረ-ነፍሳት ድማ ምንጪ ረኽሲ ኣየዐርዩን እዮም። ንሕክምና ንሓኪም ስኒ ተወከሱ።
- ሕበጥ ገጽ ኣብ ዝህልወሉ እዋን፡ ብቕልጡፍ ንዶክተር ወይ ሓኪም ስኒ ኣማኽሩ።

ሕማም ኢድ፣ እግርን ኣፍን （*Hand foot and mouth*）ኣዝዩ ተላባዒን ልሙድን ናይ ቁልዕነት ሕማም እዩ። ምልክታት ናይ'ዚ፣ ኣብ ውሽጢ ኣፍ ማይ ዝምዑግ፡ ከምኡ'ውን ኣብ ኣእዳውን ኣኢጋርን ዝወጹ ይርከብዎም። ሕማም ኢድ፣ እግርን ኣፍን ዘለዎም ህጻናት ረስኒ ክህልዎም ይኽእል፣ ቀጨውጨው ይብሉን ንሓደ ወይ ክልተ መዓልታት ጽቡቕ መግቢ ዘይምገቡን ክኾኑ ይኽእሉ። እዞም ማይ ዝምዕቱ ካብ ሸውዓተ ክሳብ 10 መዓልታት ክጸንሑ ይኽእሉ፡ ፈሳሲ ኣብ ዝሓዝሉ እዋን ድማ ተመሓላለፍቲ እዮም። ብተፈጥሮ ባዕሎም ክነቕጹ ዕድል ሃቦም። ነቲ ማይ ምዒቱ ዘሎ ኣይትውጋኣዮ። ንምኽርን ሕክምናን ምስ ሓኪምኩም ወይ ሓኪም ስኒኹም ተማኸሩ። ጽቡቕ ምሕጻብ ኢድ ነቲ ረኽሲ ንኸይመሓላለፍ ክሕግዝ እዩ። ኣእዳው ብውሑዱ ን15 ካልኢታት ብማይን ሳሙናን ክሕጸቡን ቅድሚ መግቢ ምሓዝ፣ ናብ ሽቓቕ ድሕሪ ምኻድን/ወይ መሐበሲ ቆልዑ (ናፒስ) ድሕሪ ምቕያርን ብግቡእ ክነቕጹ ኣለዎም።

መጉዳእቲ ኣፍ

መድመይትን መጉዳእትን ኣብ ከንፈር፡ ምዕጉርቲ ወይ ግርጻንን ብኸም'ዚ ዝስዕብ ኣገባብ ክሕከም ኣለዎ፧

- ኣብቲ ቁስሊ ጽሩይ ፋሻ ወይ ዝተዓጽፈ መንዲል ምንባርን ተሪር ጸቕጢ ምግባርን።
- ኮፍ በሉ፣ እንተወሓደ ንዓሰርተ ደቓይቕ ነቲ ጸቕጢ ቀጽልዎ። ተጋዲምኩም ኣይትድቅሱ።
- መድመይቲ ምቁጽጻር እንተተሳኢኑ ቕልጡፍ ሕክምና ቆላሕታ ርኸቡ።
- ሕበጥን ቃንዛን ንምፍቅላል ዝሑል ምጽቅጥ (ኮምፕረስ) ተጠቐሙ።
- ኣስናንኩምን ኣፍኩምን ንዝላዓለ ከቢድ መጉዳእቲ ከምዝተመርመሩ ንምርግጋጽ ካብ ሓደ ሓኪም ወይ ሓኪም ስኒ ምኽርን ሕክምናን ርኸቡ።
- ምዉቕ ማይ ጨው ምጉጽጓጽ ኣፍ (ፍርቂ ማንካ ሻሂ ጨው ናብ ሓደ ኩባያ ልብጥ ዝበለ ማይ) መድመይቲ ምስ ተቖጻጸርኩሞ ክተኣታቶ ይኽእል። እዚ ድማ ንሓደጋ ረኽሲ ከጉድልን ንሕውየት ክሕግዝን እዩ።

መንከስቲ ከንፈር ወይ ምዕጉርቲ ኣብ እዋን ምብላዕ፡ ብሰንኪ ምውዳቕ፡ ወይ ድሕሪ ከባብያዊ መደንዘዚ ኪጋጥም ይኽእል። ዝደንዘዘ ከንፈር ወይ ምዕጉርቲ እንተተመጢጡ፡ እንተተነኺሱ ወይ እንተተሓኺኹ፡ እቲ ሕሙም ከይተፈለጦ ተጎዲኡ ክጸንሕ ይኽእል። እቲ ማህረምቲ ዝበጽሖ ቦታ መብዛሕትኡ ግዜ ክትርእዮ ዝቐፍፍ ብኬሚካል ዝነደደ ይመስል። ስምዒት ናብ'ቲ ኣካል ምስ ተመልሰ፡ ኣዝዩ ዝቖሰለ ክኸውን ይኽእል። ሕበጥን ረኽስን እውን ኪጋጥም ይኽእል እዩ። ሕውየት ንምድንፋዕ፣ ንዝተነኸሰ ከንፈር ወይ ምዕጉርቲ ብውዑይ ማይ ጨው (ፍርቂ ማንካ ሻሂ ጨው ናብ ሓደ ኩባያ ልብጥ ዝበለ ማይ) ጎጽጉጽዎ። ረኽሲ እንተ ኣጋጢሙ ካብ ሓኪም ስኒ ሕክምና ርኸቡ።

ክፉታት ቁስልታትን ዝቖሰሉ ነቑጣታትን (Ulcers and sore spots) ቃንዛ ክህልዎም ይኽእልን፣ ኣብ ዝኾነ ቦታ ናይ ኣፍ ክረኣዩ ይኽእሉ። መእሰሪ ኣስናን፡ መጉዳእታት፡ ሰብ ሰርሖ ኣስናን፡ ድኹም ኣመጋግባ፡ ኣለርጂታት፡ ረኽስን ሆርሞናትን ኩሎም ክፉት ቁስሊ ከስዕቡ ይኽእሉ። ምውቕ ማይ ጨው ምጉጽጓጽ (ፍርቂ ማንካ ሻሂ ጨው ናብ ሓደ ኩባያ ልብጥ ዝበለ ማይ) ንሕውየት ክሕግዝን ዕረፍቲ ክህብን ይኽእል። ካብ ቤት መሸጣ መድሃኒት ብዘይ ወረቐት ሓኪም ዝሸየጡ ፍርያት'ውን ዕረፍቲ ክህቡ ይኽእሉ እዮም። ክፉት ቁስሊታት ዘየቋርጹ እንተኾይኖም፡ ምኽርን ሕክምናን ንሓኪም ስኒ ተወከስዎ።

መንሸሮ ኣፍ

መንሸሮ ኣፍ ኣብ ኣፍ ወይ ኣብ ከባቢ ኣፍ ዝፍጠር ዝኾነ ይኹን መንሸሮ ዘኸትል ዕብየት ቲሹ እዩ። ብኣግኡ ምፍላጥ ህይወት የድሕን። ስሩዕ መርመራ ስኒ፡ ምልክታት መንሸሮ ኣፍ ብኣግኡ ንምፍላጥ ክሕግዝ ይኽእል። ካብ`ዞም ዝስዕቡ ናይ መጠንቀቕታ ምልክታት ዝኾነ ንዓኻ ዝምልከት እንተሃልዩ ብቕልጡፍ ንሓኪም ወይ ሓኪም ስኒ ተወከስ፧

- ኣብ ዝኾነ ቦታ ኣብ ውሽጢ ኣፍ፡ ኣብ ገጽ ወይ ኣብ ክሳድ ሕበጥ ወይ ጥረ።
- ኣብ ውሽጢ ሒደት ሰሙናት ዘይሓወዩ ቁስልታት ኣብ ኣፍ ወይ ኣብ ገጽ ወይ ክሳድ።
- ቀይሕ፡ ጻዕዳ ወይ ጸሊም ዝሕብሮም ከባቢታት ኣብ ኣፍ።
- ኣብ ዝኾነ ከባቢ ኣፍ፡ ገጽ ወይ ክሳድ ስምዒትን ቃንዛን ዘይብልኩም።
- ዘየቋርጽ ወይ መግለጺ ዘይብሉ መድመይቲ ኣብ ውሽጢ ኣፍ።
- ኣብ እዋን ምውሓጥ፡ ምዝራብ ወይ ምብላዕ ጸገም ወይ ቃንዛ ምህላው።
- ዘየቋርጽ ሕማም እዝኒ።
- መልሓስ ወይ መንጋጋ ከተንቀሳቕሱ ምጽጋም።
- ነቕ ነቕ ዝብል ኣስናን።
- ዝተቐየረ ጣዕሚ።

ንዝያዳ ሓበሬታ

- ምስ ሓኪም ስኒ ተራኸቡ
- 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.