

### ኮቪድ 19 ፖዘቲቭ እና ጡት ማጥባት

- ከጡት ማጥባት ጋር ተያይዞ ስለ ኮቪድ 19 ያለው መረጃ አነስተኛ ነው። በሌሎች የኮሮና ቫይረስ ኢንፈክሽኖች ለምሳሌ ሳርስ- SARS (አስከፊ የመተንፈሻ አካል ህመም) እና መርስ-MERS(የመካከለኛው ምስራቅ የመተንፈሻ ህመም) ሽይረሱ በጡት ወተት ውስጥ አይገኝም።
- የጡት ወተት ከብዙ ህመም ይከላከላል።
- ኮቪድ 19 ቢኖርብዎ እንኳ ጡት ማጥባት እንዲቀጥሉ ይመከራል ምክንያቱም ሽይረሱ በጡት ወተት ስለመተላለፍ ማስረጃ የለም።
- ልጅዎችን ከሽይረሱ ለመከላከል የሚመከረው መንገድ [ራስን ከማግለል](#) ጋር የተያያዙትን ሁሉንም የቅድመ ጥንቃቄ መንገዶች መተግበር እና የህፃኑን ለኮቪድ 19 ተጋላጭነት መቀነስ ነው።
- በተጋለጠ ደረት/ጡት ላይ ካስነጠሱ ወይንም ከሳሉ፣ ይህንን የሰውነት ክፍል ጡት ከማጥባት ወይንም ወተት ከማለብዎ በፊት በሰሙና እና በውሀ ይጠቡ።
- ጡት ለማጥባት ካመምዎ ወይንም ከህፃኑ ጋር ተነጣጥለው ከሆነ፣ የጡት ወተት ሳይቋረጥ እንዲቀጥል ለማድረግ በ24 ሰዓታት ውስጥ ቢያንስ ስምንቱ እና ማታ አንድ ጊዜ [በእጅዎ](#) ወይንም በፖምፕ ወተት ማለብ ይችላሉ።
- የጡት ወተት በሚጨምቁበት ጊዜ፣ እጅዎን ይታጠቡ፣ ፖምፕዎ ሆነ ማንኛውንም የጡጡውን ክፍል በሚነኩ ጊዜ የፊት ማስክ ያድርጉ። በተጠቀሙ ቁጥር ፖምፑን አምራቹ በሚያዘው መሰረት ያፀዱት።
- የሆስፒታል ደረጃን የጠበቁ የኪራይ ፖምፕ እስካልሆኑ ድረስ ተብድረውም ሆነ ሌሎች የተገለገሉበትን የጡት ማለቢያ ፖምፕ አይጠቀሙ(የሆስፒታሉን መመሪያ ይከተሉ)። አንዳንድ ግልጋሎ ላይ የዋሉ የጡት ማለቢያ ክፍሎች በአግባቡ ለመቀቀል እና ከተዋህሲ ነፃ ለማድረግ የሚያስችግሩ ውስጣዊ ክፍል አላቸው።
- የታለበውን የጡት ወተት ለመመገብ ጡጡ የሚጠቀሙ ከሆነ፣ ጡጡው በአግባቡ መቀቀሉን ያረጋግጡ።
- ሁሉም ክብካቤ ሰጪዎች ህፃናትን፣ የጡት ማለቢያ ፖምፕ ወይንም ጡጡ እና ሌላ እቃ ከመንካታቸው በፊት ጥሩ የንፅህና እርምጃዎችን ማለትም እጅ መታጠብ እና የፊት ማስክ ማድረግን ተግባራዊ ማድረግ አለባቸው። .
- አዘውትረው የሚነኩ አቃዎችን በንፅህና መያዝ እና ከበሽታ አስታላላፊ ተዋህሲ ማፅዳት

### ተጨማሪ መረጃ

[ጡት ማጥባት](#) እና [ጡት ማጥባት እና ኮቪድ-19](#) የሚለውን ይመልከቱ።

ስለ ኮቪድ 19 ተጨማሪ መረጃ ለማግኘት፣ [www.toronto.ca/COVID19](http://www.toronto.ca/COVID19) የሚለውን ድረገጻችንን ይጎብኙን ወይም 416-338-7600 ይደውሉን።