Clackamas County
Public Health Division

ሙቐት ኣብ ዝኾነሉ እዋን ካብ ሓደጋ ይርሓቑ

ተዳለዉ

- ንመጠንቀቕታ ህጹጽ ሃደጋ ኣብ publicalerts.org/signup
- ይመዝገቡ
- እዋናዊ ትንቢታት ኵነታት ኣየር ይስምዑ
- ዝከኣል እንተ ኾይኑ መቕዝቐዚ ኣየር* ይግጠምሙ
- መቕዝቐዚ ኣየር እንተ ሃልይዎም፣ መዓጹ ይሸፍኑ
- ብዛዕባ ሓደጋታት ሙቐት ንሓኪሞም የዘራርቡ
- ንሃይሊ ምጥፋእ ብኽመይ ከም እትዳለዉ ንምፍላጥ ነቲ ኣኣንጋዲኦም ብምህታት ያረጋግጹ። ናይ PGE ዓሚል እንተድኣ ኾይኖም፣ ናብ bit.ly/PGEPrepare ይብጽሁ ወይ ከኣ ነቲ ኮድ QR ስካን ይግበሩ.

ዝሑልን ዕኹል ፈሳሲ ዘለዎን ኽይኖም ይጽንሁ



- ዋላ እውን እንተ ዘይጸመዮም፣ ምሉእ መዓልቲ ማይ ይስተዩ
- ዝከኣል እንተ ኾይኑ፣ ኣብ ደገ ምስራሕን ኣካላዊ ምውስዋስ ምግባርን እሸሽ ይበሉ
- ዝሑል ሻወር ወይ ነብስ ምህጻብ ይውሰዱ
- ኣብ እዋን ቐትሪ መጋረጃታት ወይ መሸፈኒታት ይዕጸዉ
- ገዛኹም ኣመና ሙቐት እንተ ሃልይዎ፣ ናብ ከም ቤተ-መጻሕፍቲ፣ ሞል ዕዳጋ ወይ ከም ማእከል ምዝሓል ዝኣመሰለ ኣየር መቕዝቐዚ ዘለዎ ቦታ ይኺዱ። (ንማእከል ማዝሃሊ ቦታታትን ኣማራጺታት መጻዓዝያን ናብ 211 ይደውሉ።)
- ንቈልዑ ኾነ ንቤት እንስሳታት ኣብ ማካይን ኣይትሕደጉዎም

ኣብ ርክብ ይጽንሁ

ንፈተውቶምን ጐረባብቶምን፣ ብፍላይ ከኣ እቶም ኣየር መቕዝቐዚ ዘይብሎም፣ ልዕሊ 65 ዓመት ዝኾኑ፣ በይኖም ይነብሩ ዘለዉ ን/ወይ ምስ ሕዱር ሕማም ዝነብሩን ከም ዘለዉ ኣረጋግጽ።



TIGRINYA

ምስ ሙቐት ዝተዓሳሰሩ ሕማማት ምልክታት ምልላዩ ይመሃሩ

ናይ ሙቐት ድኻም ወይ ወቕዒ ሙቐት?

- ጽርውርው ምባል
- ጽምኢ
- ብኽቢድ ምርሃጽ
- ምቕልሻላሽ
- ድኽመት

ናይ ሙቐት ድኻም ናብ ወቕዒ ሙቐት ክመርሕ ይኽእል ኢዩ።



- ምድንጋር
- ጽርውርው ምባል
- ንቕሃት ህሊና ምስዓን

ወቕዒ ሙቐት ህጹጽ ሕክምና እንተ ዘይተገይሩሉ ሞት ወይ ነባሪ ስንክልና ኽስዕብ ይኽእል እዩ።

- ናብ ዝሑል ቦታ ምቕያር
- ክዳውንቲ የላሕልሑ
- ዝሑል ማይ ይምዓጉ
- ምልክታት ሕማም እንተ ዘይተመሓይሾም ሕክምናዊ ሓገዝ ይዓልሹ
- **ናብ 911 ይደወሉ!**
- ሰብ ናብ ዝሑል ከባቢ የግዓዙ
- ክዳውንቲ የላሕልሑ እሞ ተወሳኺ ቐጸላታት የግልሱ
- ብማይ ወይ ብበረድ ይዝሃሉ

ደገፍ የድልዮም ድዩ?



- ህጹጽ ሕክምና እንተ ሃልዩኩም፣ ናብ 911 ይደውሉ።
- ነቲ አየር መቐዝቐዚ ኽትጥቀሙ አቕሚ ተዘይሃልይዎም ከም መዝሓሊ ማእከላትን ደገፍ መሳለጥያታትን ዝኣመሰሉ ነገራት ንምርካብ ናብ 211 ወይ 1-866-698-6155 (TTY 711) ይደውሉ ወይ ኽኣ ናብ 211info.org ይኺዱ።
- *ኣባል ትልሚ ጥዕና Oregon (Oregon Health Plan) (Medicaid) እንተ ኾይኖም እሞ አየር መቐዝቐዚ መሳርሒ ወይ መጻረዪ አየር ዘድልዮም እንተ ኾይኑ፣ እቲ ዝተወሃሃደ ኽንክን ውድቦም (Coordinated Care Organization, CCO) ነዚ ኺህቦም ይኽእል እዩ። ኣየናይ CCO ኸም ዘለዎም ርግጸኛ እንተ ዘይኾኖም ንምፍላጥ ናብ 1-800-273-0557 ይደውሉ።
- ኣብ oregonfoodbank.org ብናጻ ንጥረ ነገራት ዘለዎ ምግቢ ይርኸቡ።
- ዝያዳ ምጭንናቕ ይስምዖም? ሓገዝ ምህታት ጸገም የብሉን። ናብ 988 ደዊልካ (TTY: 1-800-799-4TTY (4889))፣ ኣብ መዓልቲ 24 ሰዓት ማለት ኣብ ሰሙን ሸውዓተ መዓልቲ ናብ 741741 OREGON ኢሎም መልእኽቲ ይጽሓፉ ወይ 988lifeline.org ይብጽሁ።