

کله چې خپل ماشوم د ښوونځي یا د ماشوم پاملرنې څخه کور کې ساتو



لاندې وړاندیزونه دي چې کله خپل ماشوم په کور کې وساتئ کله چې دوی ښه احساس نه کوي. که ستاسو ماشوم طبي پاملرنې ته اړتیا ولري د روغتیا پاملرنې چمتو کونکي سره لیکه ونیسئ. د ډاکټر یادښت عموماً د ښوونځي یا د ماشوم پاملرنې ته بیرته ستنیدو ته اړتیا نشته. د نورو معلوماتو لپاره، مهرباني وکړئ د CDPH لارښود پانې [CDPH guidance page](#) ته مراجعه وکړئ.



د ناروغۍ نښې	زما ماشوم باید کله کور کې پاتې شي او کله بیرته ښوونځي راستانه شي؟
په ټوله کې، ښه احساس نه کوي	په کور کې پاتې شئ که چېرې کومه نوې ناروغي یا علامه ماشوم په ورځني فعالیتونو کې د برخه اخیستو مخه ونیسي.
تبه	په کور کې پاتې شئ که تبه د 100.4°F (38 °C) یا لوړه وي. بیرته راگرځئ کله چې تبه د شپې له خوا له منځه لاړه شي او په سهار کې پرته له دې چې د Advil, Tylenol, Motrin یا acetaminophen یا ibuprofen دارو استعمال شي.
کانګې کول	په کور کې پاتې شئ که چېرې کانګې په ۲۴ ساعتونو کې ۲ یا ډیر ځله پیښ شوي وي. بیرته راستانه شئ کله چې کانګې د شپې پای ته رسیدلي وي، او ستاسو ماشوم کولی شي مایعات او خواړه وساتي. په مکرر ډول د لاس مینځلو وړاندیز وکړئ.
اسهال	په کور کې پاتې شئ که چېرې ستاسو د ماشوم جواښای د ډایر څخه د وتلو احتمال وي، یا که امکان نلري چې په وخت سره تشناب ته لار شي نو کور کې پاتې شئ. که چېرې وینه یا تور ښکاري، د طبي پاملرنې غوښتنه وکړئ. د ښه کیدو په وخت کې بیرته ښوونځي راگرځئ. په مکرر ډول د لاس مینځلو وړاندیز وکړئ.



د QR کوډ سکین کړئ د دې فلایر وروستی نسخه ومومئ.

کله چې خپل ماشوم د ښوونځي یا د ماشوم پاملرنې څخه کور کی ساتو



د ناروغۍ نښې	زما ماشوم باید کله کور کې پاتې شي او کله بیرته راستانه شي؟
د ستوني درد	د لږو نښو نښانو سره د گډون لپاره سمه ده. مهرباني د ماسک اغوستل په پام کې ونیسئ که تاسو ۲ کلن یا ډیر عمر لرئ. په کور کې پاتې شئ او د طبي پاملرنې غوښتنه وکړئ په تنفس کولو یا تیرولو کې مشکل، یا په پرله پسې توګه د خولې کول. د ښه کیدو په وخت کې بیرته راګرځئ. که انټي بیوټیک وړاندیز شوی وي، لومړی دوز لږ تر لږه ۱۲ ساعته مخکې له راستنیدو څخه واخلي.
د زکام نښې لکه ټوخی، ډکه پزه/ بهېدنه، پرنجی	د لږو نښو نښانو سره د گډون لپاره سمه ده. مهرباني د ماسک اغوستل په پام کې ونیسئ که تاسو ۲ کلن یا ډیر عمر لرئ. په کور کې پاتې شئ او د طبي پاملرنې غوښتنه وکړئ سختې نښې، پشمول بد ټوخی، په تنفس کې مشکل یا د ساه اخیستلو ستونزه، یا د ټوخی وهل کله چې د درملو لخوا کنټرول نه وي (لکه البوترول). د ښه کیدو په وخت کې بیرته راګرځئ. که ستاسو ماشوم د بیرته راستنیدو وروسته درمل ته اړتیا ولري، د سایټ سره اړیکه ونیسئ ترڅو دوی خبر کړي.
د غوړ یا سترګو خاښت، د کلاسي سترګو په ګډون	د لږو نښو نښانو سره د گډون لپاره سمه ده. په مکرر ډول د لاس مینځلو وړاندیز وکړئ. په کور کې پاتې شئ او طبي پاملرنه وکړئ د لیدلو یا اوریدلو مشکل، د سترګو زخم، یا درد چې دوی نشي زغملی.
خارش	د لږو نښو نښانو سره د گډون لپاره سمه ده. په کور کې پاتې شئ او طبي پاملرنه وکړئ که چیرې ټوخی خرابیږي، د درد سبب کیږي، ټوخی لری، یا نه وی شفا ورکول بیرته راستنیدل کله چې ښه کیږي یا لکه څنګه چې د روغتیا پاملرنې چمتو کونکي لخوا لارښوونه کیږي. په عموم کې، د شریانونو لکه جوس، امپیتیګو، ګوتو، خارش، او پنیورمونو لپاره، ستاسو ماشوم ممکن ژر تر ژره بیرته راستانه شي کله چې دوی مناسب درملنه پیل کړي.

