A Royal Women's Hospital
Well Women's Publication

Women's Health Matters

ናይ ጥንሲን ቀልዓ ምውላድን መረዳእታ ወረቐቲ፡ ግንቦት/MAY 2002

ኣብ ጥንሲ እዋን ናይ ተኽሊ ቀመማት ዝተዳለወ ነገር

ንብዙሕ ምእቲ ዓመታት ኣብ ብዙሕ ሃገራት ናይ ቀመማት ፈውሲ ንብዙሕ ዝተፈላለዩ ሕማማት ክጠቅም ፀኒሑ እዩ። ኣብ ኣውስትራሊያ ብምግቢ ጥራሕ ዝፍውሱ፣ ሃደገኛ ፈውሲ ብውሕድ ብምዃብ ዝፍውሱ፣ ብእጸዋት ዝፍውሱን ካልኦት ናይ ሓለዋ ጥዕና ሰብ ሞያታት ንዝሓመሙ ናይ ተኽሊ ቀመማት ፈውሲ ይእዝዙሎም እዮም።

እዚ ጥራዝ ወረቐቲ ንመምርሒ ክሕግዝ ጥራይ ዝወጸን ብዛዕባ እዋናዊ ዝኾኑ ናይ ተኽሊ ቀመማት ፈውሲታትን ዘለዎም ሳዕቤን መረዳእታ ይህብ እዩ።

ብጥንሲ እዋን ጡብ ከተጥባ እንከለኽን እሞ ሓሚምክን ዝኾነ ናይ ተኽሊ ቀመማት ፈውሲ ንምውሳድ ምኽሪ የድልየክን እዩ።

ናይ ሮያል ደቂ ኣንስትዮ ኣስቤዳል ናይ ሓደገኛ እጸ/ድራግ መረዳእታ ማእከል ኣብ ጥንሲ እዋንን ጡብ ከተጥባ እንከለኽን ናይ ተኽሊ ቀመማት ፈውሲ ንምውሳድ ናይ መረዳእታ ብፅሑፍ/ዶኩሜንት ስለዘይብሉ ከትጥቀማ ኣይመኽርን እዩ። ጥንሲቲ ኮይንክን ወይድማ ጡብ ከተጥባ እንዃለኽን ካብ ተኽሊ ዝተቀመመ ፈውሲ ከትወስዳ እንተኾይንክን ከመይ ከምዝዳሎ፣ ዝግበሮ ጥንቃቐ ካብቲ ዝኣዘዘ ሰብ ምሕታት ኣድላይ እዩ።

ኣብ ቐዳማይ ሰለስተ ወርሒ ውሽጢ ዘሎ ጥንሲ ብዝተኻኣለ መጠን ካብ ተኽሊ ዝተቀመመ ፈውሲ ከትወስዳ የብልክንን። ይኹን እምበር ሓደ ሓደ ናይ ቀመማት ፈውሲ ድሕሪ ናይ ሰለስተ ወርሒ ጥንሲ ክውሰድ ይኻኣል ይኸውን። ብዝበለፀ ንዝኣዘዘልክን ባዓልሞያ ምኽሪ ምሕታት እዩ።

ከትጥንቀቓሉ ዘለኽን ምክንያት

- ኣብ ጥንስን ጡብ ከተጥባ እንከለክን ዝውሰድ መብዛሕትኡ ናይ ተኽሊ ቀመምን ናይ ሓደገኛ መድሃኒት ደህንነቱም ብምርመራ ኣይተረጋገጸን።
- ናይ ተኽሊ ቀመማት ፈውሲታት ኩልግዚ ንምግዛእ ክባርን መብዛሕትኡ ውጽዒቱ ብሳይንስ ኣይተረጋገጸን
- ንጽቡቕ ኣመጋግባ፣ እኹል ምንቅስቓስን እኹል ድቃስ ዝኾነ ናይ ተኽሊ ቀመማት ፈውሲታት ኣይትክኦምን እዩ
- ሓኪምክን ንዝኣዘዘልክን ፈውስታት ብናይ ተኽሊ ቀመማት ፈውሲታት ዝትኽኡ ምኳኑ ዘረጋግጽ ነገር የለን

THE ROYAL WOMEN'S HOSPITAL

ናይ ጥንሲን ቆልዓ ምውላድን መረዳእታ ወረቐት፡ ግንቦት/MAY 2002

ኣብ ጥንሲ እዋን ናይ ተኽሊ ቀመማት ዝተዳለወ ነገር

መዓስን እንታይን ከምዝኽልከል

ኣብ ቐዳማይ 12 ሰሙናት ውሽጢን ኣብ መወዳእታ 12 ሰሙን ዘሎ ጥንሲ ኩሉ ናይ ተኽሊ ቀመማት ፈውሲ ክኽልከል ኣለዎ።

- ናይ ጥንሲ ምውራድ ፍርሓትን ናይ ቅድሚ ሕዚ ታሪክ እንተኻሊዩ
- ንምጥናስ ፀገም ቅድሚ ሕዚ ታሪክ እንተኻሊዩ
- ኣብ ከብዲ ውሽጢ ዝኾነ ቃንዛ እንተኻሊዩ
- ኣብ ትሕቲ ዝባን/ሕቚ ዝኾነ ቃንዛ እንተኻሊዩ

ከምኡውን ጠጠው ምግባር ዘለክን

- መለስለሲ መዓናጡ ተኽሊ ቀመማት
- ንማህጸን ዘባሩትዑ ተኽሊ ቀመማት
- ናይ ወርሓዊ ጽግያት ዘተባብዑ ተኽሊ ቀመማት

ክትወስድኦ ዘይብልክን ናይ ተኽሊ ቀመማት ዝርዝር ብዙሓት እዮም። እቶም ቁሩብ ኣብነታት በዚ ዝስዕብ ይኸውን፧

Pennyroyal	Mugwort	Bryonia
Angelica	Sage (በብዝሕ መጠን)	Golden Seal
Senna	Origanum Oil	Male fern
Feverfew	Mistletoe	Parsley in medicinal dosage /ፐርሶሜሎ ንፈውሲ ዝኸውን እቅን
Liquorice/መስርሒ ፈውሲ (ኣብዝኾነ ጉዳይ)	Kelp	Rue/ጨና ኣዳም
Kombucha tea/ሻሂ	Juniper/ጽሕዲ	Southerwood
Dong Quai	Aloes/ዕረ	Autumn crocus
Gingko Biloba	Blue or black cohosh	Wormwood
Nutmeg /ኮረሪማ (በብዝሕ መጠን)	Irish Moss/ኣብ እምኒ ዚበቑል	Buckthorn
Echinacea	Tansy	Roe/እንቋቑሖ ዓሳ
Broom	Thuja	Peppermint/ሜንታ (በብዝሕ መጠን)
Mandrake	Barberry	Blackroot

ካብ ቫይታሚንን ማዕድንን ምርሓቕ

ቫይታሚን A [ናይ ውሽጢ ዓይኒ ብርሃን ዘመሓላልፍ]
ቫይታሚን C [ኣብ መዓልቲ 1000ሚሊ ግራም ንላዕሊ መጠን]

THE ROYAL WOMEN'S HOSPITAL

ካብ ቀመማት ዝተዳለወ መድሃኒት ቅድሚ ምውሳድክን ብናይ መግቢ ጥራሕ ፈውሲን ናይ ሓደገኛ ፈውሲ ንምውሳድ ምክሪ ዝህቡ ሰብ ሞያ ወይካዓ ንተኽሊ ቀመማት ፈውሲ ሰብ ሞያ ኣዛርባ።

ናይ ሮያል ደቂ ኣንስትዮ ኣስቤዳለ ናይ ሓደገኛ እጸ መረዳእታ ማእከል
ሰዓታት፡ 9am ንግሆ ክሳብ 5pm ድሕሪ ቐትሪ ካብ ሰኑይ ክሳብ ዓርቢ
ስልኪ፡ [03] 8345 3190
ኢሜል/Email: drug.information@thewomens.org.au
ድሕሪ ሥራሕ ሰዓት፡ መልእኽቲ ምግዳፍ
ፋክሲ፡ [