



YETENA WEG & ROHA

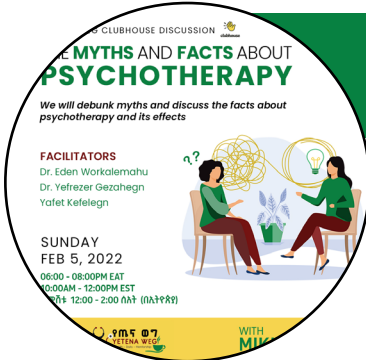
P A R T N E R S H I P A N N O U N C E D

We are delighted to announce that Yetena Weg and Roha Medical Campus, through the Roha Health Foundation, have signed a memorandum of understanding to collaborate in supporting research and academic activities in Ethiopia. The MOU was signed in March 2023, and it marks the launch of the YetenaWeg-Roha Research Fellowship. In its first year, the fellowship will partner with select universities such as Addis Ababa University and St. Paul's Millennium Medical College, but we plan to expand its reach to other universities in Ethiopia as well. The fellowship will provide grants for research fellows, as well as prizes for the yearly Health article writing competition winners. We are excited about the potential of this collaboration to advance medical research and education in Ethiopia.



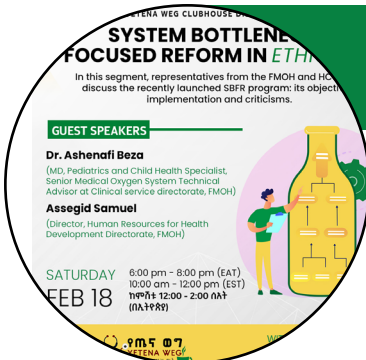
ACTIVITIES WE HAD IN FEBRUARY AND MARCH - 1

HEALTH PROMOTION



Myths and Facts of Psychotherapy

A discussion of some prevalent myths and realities about psychotherapy. During our session, we engaged in a fruitful discussion about the prevalent myths and realities surrounding psychotherapy. We addressed both genuine facts and false beliefs, and the audience also posed insightful questions that added to the discussion.



System Bottleneck Focused Reforms

The Ministry of Health recently introduced “System Bottleneck Focused Reforms.” Yetena Weg invited healthcare professionals and representatives from the Ministry of Health to discuss the potential opportunities and challenges this reform could bring. The discussion was informative but also sparked heated debate.



Epilepsy and Seizure Disorders

Our Yetena Weg Health and Jazz session provided a valuable opportunity to learn from expert guests and patients/families living with epilepsy and seizure disorders. Representatives from Care Epilepsy Ethiopia also joined us, sharing the unique challenges faced by those with epilepsy in Ethiopia. The session was informative and engaging, with insightful questions from the audience.



Women and Mental Health

Our Clubhouse session on “Women and Mental Health” was hosted by the mental health team of Yetena Weg. The discussion focused on the correlation between mental health issues, gender, childbirth, and menopause. The session featured Asefch Hailesilassie and Hasset Chenu as guests and was highly informative.



የኩላሊት ጤና ለሁሉም

The session celebrated World Kidney Day with the theme “የኩላሊት ጤና ለሁሉም”. Dr. Fitsum Tilahun, Dr. Seifemichael Getachew, and Dr. Esete Getachew discussed crucial points on preventing and slowing down Chronic Kidney disease (CKD). The audience had great participation.



DOWN SYNDROME - With us, Not for us

During our session “With us, Not for us”, Dr. Ermias Demeke, Dr. Yohannes Gizaw, and W/o Addis shared their knowledge and experiences on Down Syndrome. The discussion highlighted the meaning, effects, and challenges associated with the condition. The session was engaging and heartfelt, with the audience actively participating.



Alcohol Use Disorder and Liver Disease

In this session, we discussed the effects of alcohol on both mental and physical health, as well as the community as a whole. Dr. Hailemichael and Dr. Nafkot provided insight on Alcohol Use Disorder and Liver Disease. The audience participated actively and the session had a good turnout.



Follow us on instagram

@Yetena_weg

ACTIVITIES WE HAD IN FEBRUARY AND MARCH - 2

CME & MENTORSHIP

Yetena Weg mentorship 2023

1st cycle of Yetena Weg mentorship 2023 now open, with many healthcare professionals applying for the opportunity



Yetena Weg Mentorship Induction

The Yetena Weg mentorship program held a highly successful induction session for both Mentors and Mentees, which facilitated valuable discussions and experience-sharing opportunities



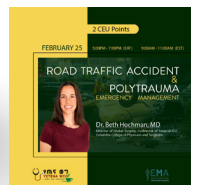
Acute heart failure management

Dr. Desalew led an interactive discussion on the management of acute heart failure, during which attendees had the opportunity to ask questions. The expert provided excellent answers to these inquiries, enhancing the overall quality of the session.



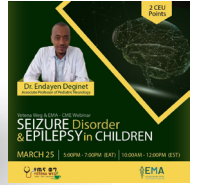
RTA and polytrauma emergency management

During the webinar, Dr. Beth Hochman, a renowned expert from Columbia University, delivered a highly informative lecture on a practical approach to managing RTA and polytrauma. Her presentation provided new insights and perspectives to a broad range of healthcare professionals in attendance.



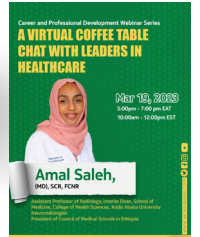
Seizure disorder and epilepsy in children

Dr. Endayen Deginet, a renowned pediatric neurologist, presented the session, which proved to be both informative and interactive. Attendees had the opportunity to pose questions to the expert and receive valuable insights.



Mentorship through personal journey

As part of our career and professional development Program, we recently had the pleasure of hosting Dr. Amal Saleh (Dean of Addis Ababa University Medical Faculty) for a captivating and informative virtual coffee table chat. During this session, Dr. Amal shared her personal career journey, the obstacles she encountered along the way, and the keys to her success. Her candid and perceptive advice was highly beneficial for all those who attended the webinar. To avoid missing out on our next virtual coffee table chat, remember that attendance is only possible if you register for the webinar and join us live.



Career and professional development program

Yetenaweg launched an online certificate program designed to provide career and professional development opportunities to healthcare professionals. The program spans a period of one year and is accessible entirely online.



የጤና ወገን

ጠቃሚ እና የተረጋገጠ መረጃ ለጤናዎ!

Yetena Weg at 7th Ethio-Health exhibition and congress

THE LARGEST GATHERING OF HEALTHCARE AND TRADE PROFESSIONALS IN ETHIOPIA



UPCOMING EVENTS IN APRIL

APR
01

CH

USMLE step and application process

APR
02

Men

Pre and Post-Marriage Couples Journey with Counseling Psychologist

APR
08

CH

SGLT2i and Chronic Kidney Disease /CME

APR
08

CME

Raising Awareness about Autism - and Special Education

APR
23

CH

Family Planning (Club House discussion)

APR
29

CH

Updates on HTN management – Dr. Jesse Goldman

APR
30

CH

How to submit your Research Abstract (Yetena Weg-Roha Research fellowship

APR
30

CH

Workspace and Mental health (Club House discussion)

FEATURED ARTICLES IN FEBRUARY – I

የህፃናት ዓይነት አንድ የሰኳር ህመም | Type 1 Diabetes in Children

Written by Dr. Melika Bedru (GP)

Reviewed by Dr. Wuhib Zenebe

| የሰኳር ህመም |

“ዶ/ር ሞን ሞን ባደርግ የሰኳር ህመም ሊጠፋልኝ ይችላል?”

የ12 ዓመት ታካሚዬ የጠየቀኝ ጥያቄ ነበር። በሽታው ከታወቀለት እና ህክምና ከጀመረ 2 ዓመት የሚሆነው ይህ ታካሚዬ አንድ ነገር እንዳስተወልደደለኝ። ስለ ህመሙ በቂ ግንዛቤ እንደሌለው ቤተሰቦቼም ቢሆኑ በመጠኑ እንጂ ጥልቅ የሆነ ግንዛቤ እንደሌላቸው ተረዳሁ። ስለዚህ ዓይነት አንድ የሰኳር ህመም ምን ይመስላል የሚለውን በአጭሩ እንወቅ።

የሰኳር ህመም ምንድን ነው?

የሰኳር ህመም ዓይነት አንድ የሰኳር ህመም እና እና ዓይነት ሁለት የሰኳር ህመም በመባል ጠቅላላ ባለ መልኩ ይከፈላል ፤ ነገር ግን ይህ ፅሁፍ ዓይነት አንድ የሰኳር ህመም ላይ ትኩረት አድርጎ የሚተነትን ይሆናል። ከምንመጣለን ምንም የሞናይትሮ ሰኳር ተፈጭቶ ከተጣራ በኋላ ወደ ደም ሰር ይተላለፋል። ከደም ሰር ደግሞ ኢንሱሊን (Insulin) በተባለ ተቆጣጣሪ ንጥረ ነገር (Hormone) አማካኝነት ወደ ሕዋሶች ይገባል። እነዚህን ኢንሱሊኖች የሚያመርተው በቆሽት ውስጥ የሚገኝ ‘ቤታ ሴል’ (Beta cell) የሚባል ሕዋሰ ነው። ይህ ሰኳር በሕዋሶች ውስጥ ከገባ በኋላ ለሰውነት ዋናውን ሀይል ማመንጨት ይጀምራል። ስለዚህ ሰውነታችን ሰኳርን (Glucose) እንዴት መጠቀም እንዳለበት የሚያዘባ ወይም የሚያወክ የበሽታ ዓይነት የሰኳር ህመም ይባላል።

ዓይነት አንድ የሰኳር ህመም አንድ የሰኳር ህመም አይነት ሲሆን በህፃናት ላይ በአብዛኛው የሚከሰት ነው። ይህ የሰኳር ህመም ኮሽት (Pancreas) ማመረት የሚገባው የኢንሱሊን (Insulin) መጠን ዝቅተኛ መሆን ወይም አለመኖር ከ‘ቤታ ሴል’ ውድመት ጋር ተያይዞ ሲመጣ የሚከሰት ነው። ይህ የኢንሱሊን እጥረት ወይም አለመኖር በደም ውስጥ ያለውን የሰኳር መጠን እንዲጨምር ያደርገዋል ፤ ምክንያቱም የኢንሱሊን ስራ ወደ ሕዋሶች ሰኳርን ለማስገባት እንደ በር ቁልፍ ማገልገል ስለሆነ ነው።

ምክንያቱስ ምን ይሆን?

የሰኳር ህመም በዚህ ምክንያት ነው የሚከሰተው ብሎ በእርግጠኝነት መናገር ባይቻልም ይህ በሽታ እንዲከሰት መንስኤ ሊሆን የሚችሉ ሁኔታዎች ይኖራሉ። አብዛኛውን ጊዜ የዘረመል ተጋላጭነት እና የአካባቢ ሁኔታዎች ጋር ቁርኝት እንዳለ ጥናቶች ያመለክታሉ። ዓይነት አንድ የሰኳር ህመም በህፃናት ላይ ከቅርብ የቤተሰብ አባላት በዘር የመወረስ ሁኔታው በጣም አነስተኛ ነው። 85% የዚህ በሽታ ተጠቂዎች ሁኔታ ከዘር መወረስ ጋር ምንም የሚያገናኘው ነገር የለም። የአካባቢ ሁኔታዎችን ሰናይ ደግሞ በተለያዩ ቫይረሶች መጠቀት ፣ ከአንድ አመት በታች ለሆኑ ህፃናት የላም ወተት ማስጀመር ፣ የቫይታሚን D ፣ ቫይታሚን C ፣ ቫይታሚን E እና ኦሜጋ 3 (Omega 3) እጥረት ህፃናት ለዓይነት አንድ የሰኳር ህመም ተጋላጭ እንዲሆኑ ያደርጋል።

ህፃናት ላይ የትኛው የእድሜ ክልል ውስጥ ሊከሰት ይችላል?

በየትኛውም የእድሜ ክልል ውስጥ ሊከሰት ይችላል ፤ ነገር ግን ህፃናት ላይ በአብዛኛው ከ5-7 አመት እና በገርምሰና እድሜ ላይ ነው የሚከሰተው። ከ 5-7 ባለው የእድሜ ክልል ውስጥ ህፃናት ትምህርት ቤት የሚጀምሩበት ጊዜ ከመሆን ጋር ተያይዞ ለተለያዩ ተላላፊ በሽታዎች (በቫይረሶች መጠቀትን ጨምሮ) ተጋላጭ ስለሚሆኑ ነው። በገርምሰና እድሜ ደግሞ ከፍተኛ የሰውነት እድገት በሚኖርበት ጊዜ ይህንን እድገት ለማገዝ የሚመነጨ ሆርሞኖች የኢንሱሊንን ስራ በተቀራጸው ሊያዘቡ ይችላሉ። ነገር ግን እነዚህ ሁሉ ሁኔታዎች የዘረመል ተጋላጭነት ያላቸው ህፃናት ላይ ነው ጉዳት የሚያደርሱት።

ምልክቶቹ ምንድን ናቸው?

ቶሎ ቶሎ ሽንት መሸናት, ቶሎ ቶሎ ውሃ መጠጣት, በየጊዜው መብላት መፈለግ, ክብደት መቀነስ, የደካም ሰሜት ለለት በእንቅልፍ ሰዓት ሽንት እራስ ላይ መልቀቅ ወይም ለለት ለሽንት ያለውትሮ በተደጋጋሚ መነሳት

ከ20-40% የሚሆኑ አዲስ የዓይነት አንድ ሰኳር ህመም ተጠቂ ህፃናት የሚያሳዩት ምልክቶች ከዳያቤቲክ ኬቶ አሲዶሲስ (Diabetic keto-acidosis) ጋር የሚያያዝ ነው። ዳያቤቲክ ኬቶ አሲዶሲስ (DKA) ማለት በሰኳር ህመም ምክንያት የሚመጣ ተጨማሪ



በሽታ ሲሆን የሚከሰተው በሰውነት ውስጥ በቂ አንሰሊን ባለመኖሩ እና በደም ውስጥ የሚኖረው የሰጋር መጠን ሲጨምር የሰውነት ህዋሶች ህይወት ለማመንጨት መጠቀም ስለማይችሉ በሞትኩ ገብት ለህይወት ማመንጨት ሰብን የቃጥላል። ይህ ሂደት ኬቶን የተባለ አሰዳ የመነጨል። ብዙ ኬቶኖች በጣም በፍጥነት በሚመረቱበት ጊዜ በሰውነት ውስጥ በአደገኛ ደረጃ ሊጨምሩ እና ሊከማቹ ይችላሉ። ይህ በሰውነት ውስጥ ከፍተኛ የኬቶን ክምችት የተለያዩ ምልክቶችን ሊያሳይ ይችላል። እነሱም ፡

- ራሱን መሳት ወይም ኮማ ውስጥ መግባት
- ቶሎ ቶሎ እና በጥልቅ መተንፈስ (Kussmaul Breathing)
- የሆድ ህመም
- ማቅለሽለሽ እና ማሰታወክ
- ከፍተኛ ድክመት ሰሜት እና እንቅልፍ እንቅልፍ አይነት ሰሜት

የሰጋር በሽታ መሆኑን በሞን ማወቅ ይቻላል?

ህፃናት ከላይ የተዘረዘሩትን ምልክቶች ኖረዋቸው ወደ ህክምና በሚመጡት ሰዓት የላቦራቶሪ ምርመራ ተደርጎ ህመሙ የሰጋር በሽታ መሆኑን ማረጋገጥ ይቻላል። ይህም በደም ውስጥ የሚገኘውን የደም መጠን በመለካት ነው። ይህ የሚለካው ጠዋት ከቁርስ በፊት የደም ስጋር መጠን (Fasting Blood Sugar) ከ126mg/dl በላይ ሲሆን ወይም ከሞግብ በኋላ የደም ስጋር መጠን (Random Blood Sugar) ከ200mg/dl በላይ ሲሆን አንድ ህፃን የሰጋር በሽታ አለው ማለት ነው። ሌላኛው መለኪያ ደግሞ Hemoglobin A1c የሚባል የጸፈውን የሶስት ወር የደም ስጋር መጠን የሚለካ የምርመራ

አይነት ሲሆን መጠኑ ከ6.5% በላይ ሲሆን የሰጋር በሽታ መኖሩን ያመለክታል። ሌሎች ተጨማሪ ምርመራዎች ተጓዳኝ እና ተዛማጅ በሽታዎች መኖር አለመኖራቸውን የሚለይልን ናቸው። ከዚህ በተጨማሪ አንድ ህፃን በኬቶ አሰዳ ስለመጠቀቱ የሚታወቀው በሽንት ምርመራ የኬቶን መጠን ከመሀከለኛ እስከ ከፍተኛ ደረጃ ሲጨምር ነው። ይህ የኬቶን መጨመር ደግሞ የሰውነት አሰዳ መጠን እንዲጨምር ያደርጋል።

ህክምናው ምን ይመስላል?

የህክምናው ዋናው አላማ ከበሽታው ለመፈወስ ወይም መራ ለመራ ለማዳን ሳይሆን በሽታው የሚያስከትለውን ትግር ለመቆጣጠር እና ለመቀነስ ነው። የአኗኗር ዘይቤ እንዲሰተካከል እና ህፃናት ከጓደኞቻቸው እኩል ተጨውተው ተዘናገተው እንዲኖሩ ነው። የህክምናው ሂደት ከወላጆች እና ቤተሰብ ጋር በደንብ በግልፅ በመወያየት መጀመር የለበት ሲሆን ሐኪም በወሰነው ጊዜ ቁሚ ክትትል የሚደረግ ይሆናል።

መከላከል ይቻል ይሆን?

ዓይነት አንድ የሰጋር ህመም ህፃናት ላይ እንዲከሰት ማደረግ አስቸጋሪ ቢሆንም አንዳንድ ልማዶችን በማስተካከል በተወሰነ ሁኔታ ልንከላከል እንችል ይሆናል።

FEATURED ARTICLES IN MARCH - 2

ሥር የሰደደ የኩላሊት በሽታ(CHRONIC KIDNEY DISEASE)

የፌት አበበ (ሚዩንግሎጎግ ህክምና ኮሌጅ የ5ኛ አመት ተማሪ)

Reviewed/Approved by: Dr. Fitsum Tilahun (Editor at Yetena Weg/ Nephrologist)

| ስለ ኩላሊት ህክምና |

ሥር የሰደደ የኩላሊት በሽታ ማለት ኩላሊቶች ሲጎዱ እና ደምን በሚፈለገው መጠን ማጣራት የማይችሉበት ሁኔታ ሲፈጠር ነው።

ሥር የሰደደ የኩላሊት በሽታ በማንኛውም ሰው ላይ ሊከሰት ይችላል። የበሽታው ሁኔታ ከፍተኛ ደረጃ እስከደርሰ ድረስ ምልክት ሳያሳይ ብዙ ጊዜ ሳይታወቅ ሊቆይ ይችላል። ይህ የሚከሰተው የኩላሊት ተግባር በእጅግ ሲቀንስ እና ጤናን አልፎ ተርፎም ህይወትን ለመጠበቅ የኩላሊት እጥበት ወይም የኩላሊት ጉዳት ተከላ በሚያሰፈልግበት ጊዜ ነው። ይህም የኩላሊት ተግባር ከመደበኛ የኩላሊት ተግባር 10 በመቶ ወይም ከዚያ በታች በሚሆንበት ጊዜ ነው። የህመሙ ደረጃ መለስተኛ ፣ መካከለኛ ወይም ከባድ ተብሎ ሊከፈል ይችላል። በሽንት ውስጥ አልቡሚን መኖር የኩላሊት ጉዳት መከሰቱን ያሳያል። ህመሙ መጀመሪያ ደረጃ ላይ ሲሆን የተወሰነ የኩላሊት ተግባር ይኖራል። የኩላሊት ውድቀት የሚከሰተው ህመሙ መጨረሻ ደረጃ ላይ ሲደርስ ብቻ ነው። የተለመዱት የCKD መንስኤዎች የሰጋር በሽታ እና የደም ግፊት ናቸው።

የሥር የሰደደ የኩላሊት በሽታ ህክምና ዋና ዐላማ የመጨረሻ ደረጃ የኩላሊት ህመምን ቀደም ለመከላከል ነው።

ኩላሊቶቻችን ሁለት ወላጅ ተግባራትን በሰውነታችን ዉስጥ የከናወናል። እነዚህም፡

1. ጎጂ እና መርዛማ ምርቶችን ማሰወገድ
 2. የውሃ ፡ ፈሳሾች ፡ ማዕድናት እና ኬሚካሎች ማለትም እንደ ሶዲየም ፡ ወዘተ ያሉ ኤሌክትሮላይቶችን ሚዛን ለመጠበቅ ያገለግላሉ።
- ኩላሊት መርዛማ የሆኑ የቆሻሻ ምርቶችን እና ከመጠን በላይ ውሃን ከሰውነት በማሰወገድ ሽንትን ያመርታል። በእያንዳንዱ ኩላሊት ውስጥ የተሠራው ሽንት በፊቱ ኩልት ተባብሮ ያልፋል፤ ከዛም ወደ ፊቱ ይፈላል። በመጨረሻም በሽንት ቧንቧ አማካኝነት ከሰውነት ይወገዳል። ይህ የመንጻት ሂደት “ኔፍሮን” ተብለው በሚታወቁት አነስተኛ የሚጣሪያ ክፍሎች ውስጥ የሚከናወን ነው። እያንዳንዱ ኔፍሮን “በግሎሜራልስ” እና “ትዩብዩልስ” የተሰራ ነው። እያንዳንዱ ኔፍሮን የመንጻት ሂደቱን በአግባቡ ለማከናወን ጤናማ መሆን አለበት። በኩላሊቶች አማካኝነት የተሠራው ሽንት፣ በሽንት ተባብሮ በኩል ወደ ሽንት ፊቱ ይወርዳል። በእያንዳንዱ ኩላሊት ውስጥ ከ 700,000 እስከ 1,000,000 ኔፍሮኖች ይገኛሉ። በዚህ የሰውነት ተግባራት በኩላሊት ትክክለኛ አሠራር ላይ የተመሰረተ ናቸው። ይህ የሚጣራ ሂደት በትክክል እንዲከናወን የደም ግፊት እና ወደ ኩላሊት የሚሄደው ደም በቂ መሆን አለበት። የኔፍሮኖችን ቁጥር የሚቀንስ እንዲሁም አገልግሎታቸውን የሚያዘባ በሽታ ከጊዜ በሁላ ሥር ለሰደደ የኩላሊት በሽታ ይደርጋል።

ሥር ለሰደደ የኩላሊት በሽታ አጋላጭ ሁኔታዎች የሰጋር በሽታ, የደም ግፊት በሽታ, በኩላሊት በሽታ የተጠቀ የቤተሰብ አባል መኖር, ከመጠን ያለፈ ወፍረት, ሲጋራ ማጨስ, ዕድሜ መግፋት, በአፍሪካውያን እና በአፍሪካን አሜሪካውያን ላይ እንዲከናወን ከዘር ጋር የተያያዘ (ጄነቲክ) ምክንያቶች, በሽንትዎ ውስጥ ፕሮቲን መኖር

ሥር የሰደደ የኩላሊት በሽታ ለምን ይደርጋል?

በዚህ ሰው ላይ ሥር የሰደደ የኩላሊት በሽታ የሚገኘው በሌሎች ምክንያቶች የደም ወይም የሽንት ምርመራዎች ሲደረግ ነው። በደም ውስጥ የክሬቲኒን የሪያ መጠን የኩላሊትን ጤንነት ደረጃ ያንግባርቃል። ክሬቲኒን እና የሪያ በተለምዶ በኩላሊት በኩል ከደም የሚወገዱ ሁለት ተረፈ ምርቶች ናቸው። የኩላሊት ሥራ በሚቀዘቅዘበት ጊዜ የክሬቲኒን እና የሪያ የደም መጠን በአንጻሩ ይጨምራል። የፊት ፣ የሆድ እና የእግር እብጠት በዚህ ጊዜ የኩላሊት ህመም ማሳያ ነው። በኩላሊት ህመም ምክንያት የሚከሰት እብጠት አንድ ባህሪ በመጀመሪያ ከዐይን ሽፋኖቹ በታች የሚሰተዋል መሆን እና በማለዳ በጣም ጎልቶ መታየቱ ነው። በዚህ ጊዜ ህመምተኞች የሚያሳዩት የመጀመሪያ ምልክት የእግር እብጠት ነው።

በተጨማሪም ሥር የሰደደ የኩላሊት በሽታ ለማቅለሽለሽ እና ማሰመለስ፣ ለምግብ ፍላጎት መቀነስ፣ ለእግር እና የቁርጭምጭሚት እብጠት፣ ለከፍተኛ የደም ግፊት ፣ ለትንፋሽ እጥረት እና ለደረት ህመም ይደርጋል።

ሰር የሰደደ የኩላሊት ህመም ሕክምና

ሰር የሰደደ የኩላሊት ህመም ፈውስ የለውም። ከፍተኛ የሆነው ሰር የሰደደ የኩላሊት ህመም ደግሞ ሕይወትን ለማስቀጠል የኩላሊት እጥበት ወይም ንቅለተካላ ያሰፈልገዋል። ስለዚህም ቀደም ብሎ ህመሙን ማግኘት እና ጥንቁቅ የሆነ የመድኃኒት ሕክምና ማድረግ ብቸኛ አዋጪ እና ውድ ያልሆነ የበሽታው መፍትሔ ሲሆን የኩላሊት እጥበትንና ንቅለተካላን አስፈላጊነትም ያዘገያል።

በሰር የሰደደ የኩላሊት ህመም ውስጥ የደም ግፊት ቁጥጥር ዓላማ

አልፎ አልፎ የሚደረግ የሀኪም ክትትል የደም ግፊትን ሁኔታ ለማወቅ ያስችላል። ነገር ግን፣ በሰር የሰደደ የኩላሊት በሽታ ውስጥ የደም ግፊት መለኪያን ገዘቶ በመደበኛነት ቤት ውስጥ መለካት የደም ግፊትን ለመከታተል እና ለመቆጣጠር የበለጠ ይረዳል። አንጅዮቴንሲን ኮንቨርቲንግ ኢንዱሪዎች እንዲሁም እንዲሁም ለሰር የሰደደ የኩላሊት ህመም የሚመረጡ ደም ግፊትን ለመቀነስ የሚረዱ እንዲሁም የኩላሊትን የጉዳት ሂደት በመቀነስ ኩላሊትን የሚጠበቁ መድኃኒቶች ናቸው። ሆኖም ግን ማንኛውንም መድሀኒት ከመውሰድ በፊት ሀኪምን ማናገር ያስፈልጋል። ይህም አንዳንድ የኩላሊት በሽታ ለያባብሱ የሚችሉ መድሀኒቶችን ከመውሰድ ይታደገናል።

በሰር የሰደደ የኩላሊት ህመም ውስጥ ለምን ደም ማነስ ይከሰታል እና ህክምናውስ እንዴት ነው?

ኩላሊቶች በተገቢው ሁኔታ በሚሰሩ ጊዜ የአጥንት መቅኔ ቀይ የደም ሴሎች እንዲያመርት የሚረዱ አራትሮፕቲን የሚባል ሆርሞን ያመነጫሉ። በሰር የሰደደ የኩላሊት ህመም ጊዜ የኩላሊት የመሰራት አቅም ሲቀንስ የአራትሮፕቲንም ምርት ይቀንሳል ፣ ይኼም ለደም ማነስ ይደርጋል። የአይረን ኪንኖች ፣ ቫይታሚኖች አንዳንዳቸው በደም ስር የሚሰጥ አይረን በመጀመሪያ ደረጃ በሰር የሰደደ የኩላሊት ሕመም ምክንያት ለሚመጣ ደም ማነስ ይሰጣሉ።

ከባድ ለሆነ ወይም በመድኃኒት ለማይመለስ ደም ማነስ ሕክሙትን የሚሸከሙ ቀይ ደም ሴሎች እንዲሰሩ የሚረዱ ሰው ሰራሽ አራትሮፕቲን በአንጀክሽን መልክ መስጠት ያስፈልጋል።





ABOUT YETENA WEG AND THE NEWSLETTER

Yetena Weg is a volunteer Network of Health Care Professionals and other experts working to improve the culture of Evidence Based Health Information

Yetena Weg Newsletter is a monthly digital publication focusing on briefing the monthly projects all together.



<https://rb.gy/qgcwlv>



<https://rb.gy/vii0rf>



<https://rb.gy/kuwbqo>



<https://rb.gy/yp5zto>



contact@yetenaweg.com



www.yetenaweg.com

Health - Data - Mentorship

