TIGRINSKA

1 febr. 2016

ማይ ኪፈልሕ ዚወሃብ ምኽሪ

ዚስተ ማይ ግድን ምፍላሕ ምስ ዘድሊ

ማይ ቡምባ: ባክተርያ ቫይረስን ካልኦት ከሕምሙኻ ዚኽእሉ ጽግዕተኛታትን ከይህልዎ ጥርጣረ እንተሎ: ማይ ቅድሚ ምስታዩ ወይ ኣብ ምስራሕ ምግቢ ቅድሚ ምውዓሉ ኪፈልሕ እቲ እትቕመጠሉ ኮሙን ምኽሪ ይህብ።

Foto: thinkstock.com

እትቕመጠሉ ኮሙን ማይ ኪፈልሕ ምኽሪ ኪህብ ከሎ ነዞም ዚስዕቡ ግበር : -

- ኲሉ ዚስተ ወይ ምግቢ ኣብ ምስራሕ እትጥቀመሉ ማይ ኣፍልሕ።
- ማይ ኣብ ድስቲ ወይ ኣብ መፍልሒ ማሽን ፈሊሑ ኣዐርዩ ሸኽሸኽ ክሳዕ ዚብል ኣፍልሕ። ማይ ምስ ዚፈልሕ ባክተርያ: ቫይረስን ካልኦት ጽግዕተኛታትን ይሞቱ።
- ነቲ ዝፈልሐ ማይ ኣብ ኣዝዩ ጽሩይ በራድ: ጥርሙዝ ወይ ካልእ መዕቈሪ ኣጽሪርካ ኪዝሕል ግደፎ። ኣብ ሙቐት ገዛ ወይ ኣብ ዝዘሓለ ቦታ - ብሕልፊ ኣብ መዝሓሊት ኪሃድእ ክትገድፎ ትኽእል ኢኻ።

ዝፈልሐ ዚስተ ማይ ኣብዞም ዚስዕቡ መዓላታት ክትጥቀመሉ ከም ዘለካ ኣስተውዕል : -

- ሳፍት ወይ ካልእ መስተ ማይ ብምሕዋስ ምድላው
- ቡን ንምፍላሕ: ምኽንያቱ መፍልሒ ቡን ማሽን ንዝስተ ማይ ሸኽሸኽ ክሳዕ ዚብል ስለ ዘየፍልሖ
- በረድ ንምስራሕ
- ፍረታትን ዘይበስል ኣሕምልትን ንምሕጻብ
- ስኒ ንምሕጻብ

ዘይፈልሐ ማይ ኣብዞም ዚስዕቡ መዓላታት ምጥቃም ይከኣል

- ፈሊሑ ኣብ ዚዳሎ መግቢ ምጥቃም፤ ንኣብነት ድንሽ: ሩዝን ፓስታን
- ኢድን ገጽን ንምሕጻብ
- ሰውነት ንምሕጻብ (ሻወር)፤ ቈልዑ ነቲ ማይ ከይውሕጥዎ ግን ምጥንቃቕ የድሊ። ማይ ኣብ ባስካ መሊእካ ምሕጻብ ኣወግድ።
- ብሓጻቢት ማሽን ብዝለዓለ ሙቐት ምሕጻብ፤ ነቲ ናይ ምንቃጽ ፕሮግራም ተጠቐመሉ
- ብኢድካ ኣቑሑ ምሕጻብ፤ ዝተሓጽበ ኣቕሓ ቅድሚ ምጥቃምካ ጸፊፉ ክሳዕ ዝነቅጽ ጽናሕ
- ክዳን ንምሕጻብ
- ንመወልወልን መጽረይን ምድሪ ቤት
- ዕምባባ ማይ ምስታይ
- ኣብ ሽንቲቤት ዚድፋእ ማይ

ኣስተውዕል : - ዚስተ ማይ ኪፈልሕ ምኽሪ ኣብ ዚወጻሉ ወቕቲ ቈልዑ ኣብ ዚፈስስ ማይ: ኣብ መሐምበሲ ወይ ኣብ ካልእ ተመሳሳሊ ዝዓቐረ ማይ ኣትዮም ኪጻወቱ የብሎምን።

ጽሩይ ማይ ኣበይ ይርከብ - ኣብቲ እትቕመጠሉ ኮሙን ዘሎ መምርሕታት ሓቲትካ ፍለጥ

ዚበዝሕ እዋን እትቕመጠሉ ኮሙንካ ካብ ዘዳለዎ ፍሉይ መዕቈሪ ፈስቶ ኬድካ ጽሩይ ዚስተ ማይ ከተምጽእ ትኽእል ኢኻ። ነዚ ዚምልከት ሓበሬታ ኣብ ናይ ኮሙንካ ኣድራሻ መርበብ ኢንተርነት ኣሎ። እቲ ሓደ ካልእ ኣማራጺ ከኣ: ማይ ጥርሙዝ ምግዛእ'ዩ።

Livsmedelsverket Folkhälsomyndigheten Svenskt Vatten