

## የአዩኒቨርሲቲ ማህበረሰብ

በአዩኒቨርሲቲ እና የጋራ ለይ የተመሰረተ ኮሌጅ 1973 ለማስተዳደር የተዘጋጀ ብሔራዊ የክሊኒክ አስተዳደር ፕሮግራም

### መግቢያ

የኮሌጅ 19 ወረርሽኝ የአለምአቀፍ የጤና ቀውስ ሲሆን በሕዝብ ጤና ለይ ከፍተኛ ችግር ጋር ጧል፡፡ የሚሞቱ ሰዎች እና በበሽታው የሚያዙ ሰዎች ቁጥር በመላው አለም በየቀኑ እየጨመረ ይገኛል፡፡ ይህ ሁኔታ በበርካታ ማህበራዊ እና ኢኮኖሚያዊ ጉዳዮች አማካኝነት የበለጠ አስከፊ እና አጥፊ ሁኔታዎችን እየፈጠረ ይገኛል፡፡ ይህንን ወረርሽኝ ለመቆጣጠር ትክክለኛ አስተዳደር አሁንም ድረስ ተግባራዊ እየሆነ ሲሆን ባህላዊ የመከላከያ ዘዴዎችን ከዘመናዊ ጋር በማቀናጀት እየተሰራ ይገኛል፡፡

አዩኒቨርሲቲ እና የጋራ በእርግጠኝነት የቤተሰብ ደህንነት እና የጤና ማህበረሰብ ባወጣው መመሪያ መሰረት የመከላከሉን ሥራ በማገዝ ወሳኝ ሚና ይጫወታል፡፡ አሁን ስለኮሌጅ 19 ያለው ግንዛቤ እንደሚያመለክተው ጥሩ የሰውነት የመከላከል አቅም በሽታውን ለመከላከል ወሳኝ መሆኑን ነው፡፡

ይህንን ተከትሎ ፕሮግራሙ በሚዘጋጅበት ወቅት ሶስት ሁኔታዎችን ግምት ውስጥ እናስገባለን፡፡

1. ከአዩኒቨርሲቲ የጥንታዊ ተሞክሮ እውቀትን ከክሊኒካል ልምድ ጋር

2. ተግባራዊ ማስረጃ እና የባዮሎጂ ተገቢነት

3. አሁን ያለው የክሊኒክ ጥናት ያለበት አዝማሚያ

ይህ የጋራ መግባቢያ ሰነድ ከሁሉም የኤክስፖርት ተሟጥቶ በተውጣጡ የህንድ አዩሮቪዳ ተቋም ደልሂ፣ የአዩሮቪድ ድህረ ምረቃ ስልጠና እና ጥናት ተቋም፣ ጃምናጋር እና ብሔራዊ አዩሮቪዳ ተቋም፣ ጃይፑር፣ የአዩሮቪዳ ጥናት ማዕከላዊ ምክር ቤት፣ የዮጋ እና ናቹሮፓቲ ጥናት ማዕከላዊ ምክር ቤት፣ ሌላ የብሔራዊ የጥናት ድርጅቶች፣ ተዘጋጅተዋል፡፡ ይህ ፕሮጀክት ከከረ 197 ለመቆጣጠር የተዘጋጀ ነው፡፡ በከረ 19 ከመካከለኛ እስከ ከባድ ህመም የተያዙ ግለሰቦች ስለ ህክምና ምርጫ አማራጭ ይነገራቸዋል፡፡ ሁሉም ከባድ ጉዳዮች ሪፈር ይደረጋሉ፡፡

ይህ ፕሮጀክት እና መግለጫው አይውርዳን እና ዮጋን በቀላል ከከረ 19 አስተዳደር ውስጥ እንዲካተቱ በሊቀመንበርነት እና በልዩ ልዩ ዲሲፕሊን ኮሚቴ ፀድቀዋል እንዲሁም በ ከከረ 19 ላይ ሁለገብ ሥነ ምግባር ጥናትና ምርምር ተቋም እና ልማት ግብረ ኃይል ከከረ - 19 የተፈቀደ ሲሆን ሁለቱም በአዩሽ ሚኒስቴር ተቋቋመዋል፡፡

አጠቃላይ እና አካላዊ እርምጃዎች

- 1. አካላዊ ርቀትን ፣ የመተንፈሻ አካልን እና የእጅ ንፅህናን ይከተሉ ፣ ጭምብል ያድርጉ

2. ሞቅ ያለ ውሃ ውስጥ እርድ እና ጨው በመጨመር ጉሮሮን ማጠብ (የኢምብሊካ አፊሴሊኒስ የደረቁ ፍራፍሬዎች ፣ ተርሚኒያ ቼቡላ ፣ ተርሚናልያ ቤለሪካ) ወይም ያሽቲ ማዳ (ግላይሴርሂያ ግላብራ) ጋር በውሃ ቀቅሎ እንዲሁ ጉሮሮን ለማጠብ መጠቀም ይቻላል ፡ ፡
3. የአፍንጫ ህክምና / የህክምና ዘይት መጠቀም (አኑ ታኢላ ወይም ሻድቢንዳ ታይላ) ወይም መደበኛ ዘይት (የሰሊጥ ወይም ኮኮናት) ወይም የላምቅቤ (ጎግሪታ) በቀን አንድ ወይም ሁለት ጊዜ ለአፍንጫ መጠቀም በተለይም ከቤት ከመውጣትዎ በፊት ወይም ከገቡ በኋላ
4. በአጅዋይን የእንፋሎት መተንፈስ (ትራኪስፐርመም አሚ) ወይም ፑዲና (ሜንታ ፕታታ) ወይም የባህር ዛፍ ዘይት በቀን አንድ ጊዜ በእንፋሎቱ መታጠን
5. ከ 6 እስከ 8 ሰዓት በቂ እንቅልፍ ማግኘት ፡ ፡
6. መጠነኛ አካላዊ እንቅስቃሴዎች
7. የ ኮቪድ 19ን የመጀመሪያ መከላከልን ተግባራዊ ለማድረግ የዮጋ ፕሮቶኮልን ይከተሉ (ቁጥር - 1) እና ድህረ ኮቪድ 19 እክብካቤ (ኮቪድ 19 ታካሚዎችን መንከባከብን ጨምሮ) (ቁጥር 2) በተቻለ መጠን መጠቀም ፡ ፡

**የአመጋገብ እርምጃዎች**

1. ሞቅ ያለ ውሃ ወይም የፈላ የዝጅብል ውሃ መጠቀም (ዚንግበር አፊሲናሌ) ወይም ድምብላል (ኮሪአንድሩም ሰቲቫም) ወይም ባሲል

(አሲመም ሰንክተም/ አሲሚም በሲሊኩም) ፣ ወይም ከሙን (የኩሚንም ሲሚንም) ዘሮች ወዘተ መጠጣት

2. ትኩስ ፣ ሞቃት ፣ ሚዛናዊ አመጋገብ

3. ወርቃማ ወተት (ግማሽ ሸይ ማንኪያ ሃልዲ (ኩርኩማ ሎንጋ ዱቄት በ150 ሚሊ መቅ ወተት) አንድ ጊዜ ማታ፡፡ የምግብ መፍጨት ችግር ካለበት አይጠቀሙ፡፡

4. አዩሽ ካድካ ወይም ክዋትን (ትኩስ መረቅ ወይም መረቅ) በቀን አንድ ጊዜ ይጠጡ፡፡

**ዝርዝር እርምጃዎች/የህመም አያያዝ**

ከባድ ህመም	መድሐኒቶች *	መጠን እና ጊዜ
ፕሮፊላክቲክ የበሽታ መከላከያ እንክብካቤ (ከፍተኛ ስጋት ያለበት ህዝብ፣ የመጀመሪያ ግንኙነት)	አሽዋጋንዳ (የዊታኒያ ሰምኒፈራ አይፒ የተወሰደ አኩሮስ) ወይም ዱቄቱ	500 ሚግ ወይም 13 ግራም ዱቄት በቀን 2 ጊዜ በመቅ ውሃ ለ15 ቀን ወይም ለአንድ ወር ወይም በአዩሼዳ ሐኪም በታዘዘው መሰረት
	ጉዳቺ ጋና ቫቲ (ሰምሻማኒ ቫቲ ወይም ጊሎይ ጋና ቫቲ የቲኖስ)	500 ሚግ ወይም 13 ግራም ዱቄት በቀን 2 ጊዜ በመቅ ውሃ ለ15

	ፖራ ኮርዲሬልያ አይፕ የተወሰደ አኩሪነት) ወይም የተኖረ ፖራ ኮልዲሬራ ዱቄት	ቀን ወይም ለአንድ ወር ወይም በአዩኔዳ ሐኪም በታዘዘው መሰረት
	ቺያዋና ፕራሻ	10 ግራም በመቅ ውሃ /ወተት በቀን አንድ ጊዜ

\*ከእነዚህ መድሐኒቶች በተጨማሪ አጠቃላይ እና የአመጋገብ እርምጃዎች መከተል ያስፈልጋል፡፡

ከባድ ህመም	የክሊኒክ አቀራረብ	መድሐኒቶች*	መጠን እና ጊዜ
የኮቪድ 19 ፖዘቲቭ ምልክት የሚያሳዩ	በሽታውን ወደ ከባድ ምልክት ማሳየት እንዳያደግ መከላከል እንዲሁም የመልሶ ማገገም መጠንን ማሻሻል	ጉዳዩ ጋና ቫቲ (ሰምሻ ማኒ ቫቲ ወይም ጊሎይ ጋና ቫቲ የተኖረ ፖራ ኮርዲሬልያ አይፕ የተወሰደ አኩሪነት) ወይም የተኖረ ፖራ	500 ሚግ ወይም 13 ግራም ዱቄት በቀን 2 ጊዜ በመቅ ውሃ ለ15 ቀን ወይም ለአንድ ወር ወይም በአዩኔዳ ሐኪም በታዘዘው

		ኮል ዲፎራ ዱዌት	መሰረት
		ጉዳዥ + ፕፖሊ (ከተኖስፖራ ኮር ዲፎልፆ አይፕ እና ፕፕሮ ሎንገም አይፕ የተወሰደ አኩረት)	375 ሚግ በቀን ሁለት ጊዜ ከመቅ ውሃ ጋር ለ15 ቀናት ወይም በአዩርሼዳ ሀኪም በታዘዘው መሰረት
		አዩሽ 64	500 ሚግ በቀን ሁለት ጊዜ ከመቅ ውሃ ጋር ለ15 ቀናት ወይም በአዩርሼዳ ሀኪም በታዘዘው መሰረት

\*ከእነዚህ መድሐኒቶች በተጨማሪ አጠቃላይ እና የአመጋገብ እርምጃዎች መከተል ያስፈልጋል፡፡

ከባድ ህመም	የክሊኒክ አቀራረብ	የክሊኒክ ይዘት	መድሐኒቶች*	መጠን እና ጊዜ
---------	----------------	--------------	---------	-----------------

መከካከለኛ	ትኩሳትን	ያለትንፋሽ	ጉዳቺ +	375 ሚግ
የኮቪድ 19	የማስተመም፣	ማጠር ወይም	ፕፖሊ	በቀን ሁለት
ፖዘቲቭ**	የራስ	የአክሲዮን	(ቲኖስፖራ	ጊዜ ከመቅ
	ምታት፣	እጥረት	ኮርዲፎልያ	ውሃ ጋር
	ድካም፣	(ጤናማ ሁኔታ)	አይፕ እና	ለ15 ቀናት
	ደረቅ ሳል፣		ፕፕር	ወይም
	የጉሮሮ		ሎንገም	በአዩርሼዳ
	ቁስለት፣		አይፕ	ሀኪም
	የአፍንጫ		የተወሰደ	በታዘዘው
	ሀመም		አኩረት	መሰረት
	አያያዝ		አዩሽ 64	500 ሚግ
				በቀን ሁለት
				ጊዜ ከመቅ
				ውሃ ጋር
				ለ15 ቀናት
				ወይም
				በአዩርሼዳ
				ሀኪም
				በታዘዘው
				መሰረት

\*ከነዚህ መድኃኒቶች በተጨማሪ አጠቃላይ እና የአመጋገብ እርምጃዎች ሊከተሏቸው ይገባል፡፡ ተጨማሪ መድኃኒቶችን በአባሪ ጌይመልክቱ፡፡ ሐኪሞች ከላይ ከተጠቀሱት ወይም ከ <አባሪ - 3> ወይም በመተኪያ ሊተካ የሚችል የጥንታዊ መድኃኒቶችን በክሊኒካዊ ፍርዳቸው ፣ በተስማሚነታቸው ፣ በተገኙበት እና በክልል ምርጫቸው ላይ በመመርኮዝ መወሰን አለባቸው፡፡ በታካሚው ዕድሜ ፣ ክብደት እና የበሽታው ሁኔታ ላይ በመመርኮዝ መጠኑ ሊስተካከል ይችላል

\*\* በአዩኒቨርሲቲ የታወቁ የኮቪድ 19 አዩርሴዳ ፩፻ ሚዎች መመሪያ ሪፈረ ሊደረጉ ይችላሉ፡፡

ከባድ ህመም	የክሊኒክ አቀራረብ	መድሐኒቶች *	መጠን እና ጊዜ
ድህረ ኮቪድ 19 ህክምና	ድህረ ኮቪድ የሳንባ ህመምን ለምሳሌ ከባድ የሳንባ ህመምን ለመከላከል	አሽዋጋንዳ (ዊዛኒያ ሰምኒ፣ ፈራ አይፒ የተወሰደ አኩዌስ) ወይም ዱዌቱ	500 ሚግ ወይም 13 ግራም ዱዌት በቀን 2 ጊዜ በመቅ ውሃ ለ15 ቀን ወይም ለአንድ ወር ወይም በአዩሴዳ ሐኪም በታዘዘው መሰረት
		ቻዋንፕራሽ	10 ግራም በመቅ ውሃ /ወተት በቀን አንድ ጊዜ
		ራሳያና ቼርና (ትሪቡላስ)	3 ግራም ዱዌት በቀን ሁለት ጊዜ



		ተርስትሪስ)	ከማር 2020 ለአንድ ወር ወይም በአዩሲ ሽያ ሀኪም በታዘዘው መሰረት
--	--	---------	--

\*በሀኪም ውሳኔ መሠረት ፡፡ ሀኪሞች ከነዚህ መድኃኒቶች በተጨማሪ አጠቃላይ እና የአመጋገብ እርምጃዎች መከተል አለባቸው ፡፡

\*በክሊኒካዊ ፍርዳቸው፣ በተገቢው ተገኝነት እና በክልል ምርጫዎቻቸው ላይ በመመርኮዝ ከላይ ወይም ሊተካ የሚችል ክላሲካል መድኃኒቶች ፡፡ በታካሚው ዕድሜ በሰውነቱ ክብደት እና የበሽታው ክብት ላይ በመመርኮዝ መጠኑ ሊስተካከል ይችላል ፡፡

\*\* የኮቪድ 19 አዩሽ ሀኪሞች የሚሰጠው መመሪያ ከአዩሽህ ሚኒስቴር የተላለፈው መረጃ ጋር ሊዛመድ ይችላል ፡፡

ማጣቀሻዎች -

1. ለኮቪድ-19 የአዩሲ ዳዳ ባለሙያዎች መመሪያ ፤ በ <https://www.ayush.gov.in/docs/ayurved-guidelines.pdf> ይገኛል ፡፡
2. በኮቪድ ክሊኒካዊ አያያዝ መመሪያዎች - 19 የህንድ መንግሥት ፤ የጤና ጥበቃ እና የቤተሰብ ደህንነት ፤ በ <https://www.mohfw.gov.in/pdf/GuidelinesonClinicalManagementofኮቪድ1912020.pdf> ይገኛል ፡፡
3. በአንድ ውስጥ የኮሮና ቫይረስ ስርጭት (ኮቪድ - 19) ምክንያት የሆነውን ተግዳሮት ለመወጣት ከ AYUSH ሚኒስቴር የተሰጠ አማካሪ ፤ በ <https://www.ayush.gov.in/docs/125.pdf> ይገኛል

4. 4. በ ኮቪድ 19 ቀውስ ወቅት ለራስ-እንክብካቤ የአዩሲቪዲ የበሽታ መከላከያዎችን የመከላከል እርምጃዎች በ

<https://www.ayush.gov.in/docs/123.pdf> ይገኛል

5. የጤና እና የቤተሰብ ደህንነት ሚኒስቴር የኮቪድ 19 አስተዳደር ፕሮቶኮል

በ <https://www.mohfw.gov.in/pdf/PostCOVID13092020.pdf> ይገኛል

6. . የኮቪድ 19 ስርጭትን ለመቆጣጠር ምርመራዎች በሚካሄዱበት ጊዜ ሊከተሏቸው በሚገቡ የመከላከያ እርምጃዎች ላይ የተሻሻለው

በ <https://www.mohfw.gov.in/pdf/RevisedSOP>

*onpreventivemasuretobefollowedwhileconductingexaminationstocontain spreadofCOVID19.pdf*

**የ ኮ ቪ ድ 19 የ ጋ መጀመሪያ መከላከል ፕሮቶኮል**

**ዓለማዎች**

- የመተንፈሻ እና የልብ ሁኔታን ማሻሻል
- ጭንቀትን እና ስጋትን መቀነስ
- የተፈጥሮ በሽታ የመከላከል አቅምን ማጠናከር

ተ.ቁ	ሀክምና	የሀክምናው መጠሪያ	የቆይታ ጊዜ  (ደቂቃዎች)
1	ፀሎት		1
2	ማፍታታት	አንገተን በማጠፍ	2
		የትከሻ እንቅስቃሴ	2
		የሰውነት ክፍልን በማንቀሳቀስ	1
		ጉልበትን በማንቀሳቀስ	1
3	አሳና በመቆም	ታዳሳና	1
		ፖዳ -ሀስታሳና	1
		አርዳቻክራሳና	1
		ትሪኮናሳና	2
	አሳና በመቀመጥ	አርዳኡሽትራሳና	1
		ሳካሳና	1
		ኡታና ማንዲካሳና	1
		ሲምሀሳና	1
		ማርጃሪያሳና	1
		ቫረካሳና	2
	አሳና በደረት በመተኛት	ማካራሳና	1
		ቡጃኒዳሳና	1
	አሳና በጀርባ በመተኛት	ሴቱባዳሳና	1
		ኡታና ፖዳሳና	1

		ፓዋና መካታሳና	1
		ማርካታሳና	1
		ሻባሳና	2
4	ክሪያ	ሻታኔቲ 2 ዙር (30 ሰከንድ እያንዳንዱ 30 ሰከንድ መፍታታት)	2
		ካፓላባቲ (2 ዙር፣ 30 ጠብታ እያንዳንዱ)	2
5	ፕራናያማ	I. ናዲሾዳና (5 ዙር)	2
		II. ሱሪያ ቤዳና ፕራናያማ (5 ዙር)	2
		III. ኡጃይ ፕራናያማ (5 ዙር)	2
		IV. ብራማሪ ፕራናያማ (5 ዙር)	2
6		ዲያና	5
7		ሻንቲ ፓታ	1
ጠቅላላ ቆይታ ለእያንዳንዱ			45

- በሰምንት ሶስት ጊዜ ጃላኔቲ ክሪያ እንዲወስዱ ተመክረዋል፡፡
- በእንፋሎት መታጠን በየቀኑ ወይም በአማራጭ ቀን እንዲጠቀሙ ተመክረዋል፡፡
- ለብያለውሃ ጭብ በመጨመር በመደበኛነት ጉሮሮን እንዲያጥቡ ተመክረዋል፡፡

አ ባ ሪ 2

**የ ድህረ ኮቪድ 19 የ ጋ ፕሮቶኮል ክብካቤ (የ ኮቪድ 19 ታካሚዎችን ጨምሮ)**

**ዓላማ**

- የ ሰንባ ስራ እና የ ሰንባ ብቃት ለማሻሻል
- ጭንቀት እና ስጋትን ለመቀነስ
- አየር በአፍና በአፍንጭማስ ገባት ለማሻሻል

የ ጠዋቱ ጊዜ (30 ደቂቃ)

ተ.ቁ	ህክምና	የህክምና ስም	አካባቢዎች	ቆይታ (በደቂቃ)
1	ቅድመ ዝግጅት ህክምና (በመቀመጥ)	ታዳሳና		6
2		ኡርድሻ ሀሶታናሳና		
3		ኡታና ማንዲካናሳና		
4		ትከሻን ማንቀሳቀስ	3 ዙር	
5		የሰውነት ክፍልን ማንቀሳቀስ	3 ዙር	
6		አርዳ ኡስትራሳና		
7		ሳሳካሳና		
8	የአተነፋፈስ	ሻታኔቲ	2 ዙር (30 ሰከንድ/ዙር)	2
9	ህክምና	ካፖላባቲ	2 ዙር (30 ሰከንድ/ዙር)	2
10		በጥለቅ	10 ዙር	2

		መተንፈስ		
11	ፕራናያማ	ናዲሽዳና	10 ዙር	6
12	ህክምና	ኡጃይ	10 ዙር	3
13		ብራማሪ	10 ዙር	3
14	ሜዲቴሽን	ዲያና	የአተነፋፈስ እውቀት ወይም አዎንታዊ አስሳሰብ/ስሜት/ተግባር ግንዛቤ	6
ጠቅላላ ቆይታ				30

- ወደ ውጪ የመተንፈሻ ጊዜ አየር ከማስገባት ጊዜ መብለጥ አለበት ቢቻል 1: 2 (አየር ወደ ውስጥ ማስገባት፡ አየር ወደ ውጪ ማስወጣት)

የማታውክፈለ ጊዜ (15 ደቂቃ)

ተ.ቁ	የህክምናው መጠሪያ	ዙር	ቆይታ በደቂቃ
1	ሳባሳና (የአስክሬን አቀማመጥ) እጅን መዘርጋት	1	1 ደቂቃ
2	የሆድ አተነፋፈስ	10 ዙር	2 ደቂቃ
3	የጉሮሮ አተነፋፈስ	10 ዙር	2 ደቂቃ
4	የትከሻ አተነፋፈስ	10 ዙር	2 ደቂቃ
5	በጥልቅ መተንፈስ (በመተኛት)	10 ዙር	2 ደቂቃ

ፊ	በሽባሳና በመፍታታት ከሆድ መተንፈስ		5 ደቂቃ
ጠቅላላ ቆይታ			15 ደቂቃ

- ወደ ውጭ የመተንፈስ ጊዜ ወደ ውስጥ ከሚተነፍሰው ጊዜ የበለጠ መሆን አለበት ፣ በተለይም 1 2 (ወደ ውስጥ መተንፈስ፡ ወደ ውጭ መተንፈስ)
- በየቀኑ ወይም በአማራጭቅን የሚመከር የእንፋሎት መታጠን ፡ ፡
- ለብባለ ጭማውሃ አዘውትሮ ጉሮሮ እንዲታጠብ ይመከራል ።

ማስታወሻ ፡

- የማፍታታት ልምዶች ወደፊት/ወደኋላ መታጠፍ ፣ የአከርካሪ ሽክርካሪት ፣
- የመተንፈሻ ልምዶች -ክፍልፋዮች መተንፈስ ፣ የጂክ መተንፈስ ፣ እጅ መውጣት እና ማገባት አተነፋፈስ ፣ እጆች ማራዘሚያ መተንፈሻ የዮጋ የትንፋሽ ልምዶች እና አሳንስ የሳንባ መጠንን ለማሻሻል እና የአስም ጥቃቶችን እና በመተንፈሻ አካላት ውስጥ እብጠትን ለመቀነስ ተገኝተዋል ፡ ፡
- መተንፈስ እና ፕራናማማ - ሽናኔቲ ፣ ካፓባባታ ኪርያ ፣ ባስትሪካ ፕራናማናዲሶዶና ፕራናማ የሳንባ ተግባራት ለማሻሻል ፡ ፡

- ክርያ ጃላነቲ ልምምድ የላይኛው የአየር መንገዶችን ለማፅዳትና እንዳይታፈኑ ይረዳል፡፡ ደረቅ ሰል ካለ መጠቀም አያስፈልግም፡፡

አባሪ 3

መካከለኛ የኮቪድ 19 ህክምና አስተዳደር

ከባድ ህክምና	ምልክቶች	አሰራር *	መጠን *
መካከለኛ ኮቪድ 19	ትኩሳት ከሰውነት ህመም ጋር፣ የራስ ምታት	ናጋራዲ ካሻያ	20 ሚሊ በቀን ሁለት ጊዜ ወይም በአዩርሴዳ ሃኪም በታዘዘው መሰረት
	ሰል	ሲቶፖላዲ ቼርና ከማር ጋር	2 ግ በቀን ሶስት ጊዜ በማር ወይም በአዩርሴዳ ሃኪም በታዘዘው መሰረት
	የጉሮሮ መቁሰል፣ ጣዕም ማጣት	ቪዮሻዲ ሻቲ	1-2 መድሐኒት በማኘክ በታዘዘው መሰረት ወይም በአዩርሴዳ ሀኪም በታዘዘው መሰረት
	ድካም	ቺያዋፕራ ሻ	10 ግ በመቅ ውሃ /ውተት በቀን አንድ ጊዜ
	የአክስጅን እጥረት	ሻሳሻሊሃ	10 ግ በመቅ ወይም በአዩርሴዳ ሀኪም በታዘዘው መሰረት
	ተቅማጥ	ኡታጃ ጋና ሻቲ	500 ሚግ - 1 ግ በቀን ሶስት ጊዜ ወይም በአዩርሴዳ ሐኪም በታዘዘው



			መሰረት
	ትንፋሽ ማጣት	ካናካሳሽ	10 ሚሊ በእኩል የውሃ መጠን በቀን 2 ጊዜ ወይም በአዩሮቤዳ ሀኪም በታዘዘው መሰረት

\* ከእነዚህ መድኃኒቶች በተጨማሪ አጠቃላይ እና የአመጋገብ እርምጃዎች መከተል አለባቸው፡፡

\*ሐኪሞች ከላይ ከተዘረዘሩት ወይም ከሚተካቸው ክላሲካል መድኃኒቶች በክሊኒካዊ ፍርዳቸው፣ በተስማሚነታቸው፣ በተገኙበት እና በክልል ምርጫዎቻቸው ላይ በመመርኮዝ ጠቃሚ የሆኑ ቀመሮችን መወሰን አለባቸው፡፡ መጠኑ በታካሚው ዕድሜ፣ ክብደት እና ሁኔታ ላይ በመመርኮዝ ሊስተካከል ይችላል፡፡

\* ለኮቪድ 19 የአዩሮቤዳ ሐኪሞች መመሪያዎች በአዩሽህ ሚኒስቴር የተሰጠው መመሪያ ምረጫ ሊደረግ ይችላል፡፡

ይህ አጠቃላይ አማካሪ ነው፡፡ የሚመለከቱት ሐኪሞች በበሽታው ደረጃ፣ በምልክት ውስብስብነት እና በመድኃኒቶች መገኘት ላይ በመመርኮዝ መድኃኒቶችን ለመምረጥ ብልሃታቸውን መጠቀም አለባቸው፡፡ በዚህ መከራ ውስጥ የሚመከሩት ቀመሮች መደበኛ የእንክብካቤ እና የመከላከያ አቀራረቦችን እንዲሁም ሌሎች የአይንቪዲክ አቀራረቦችን ቀደም ብለው ለመከላከል የሚመከሩ ናቸው፡፡ ከመከላከያ እስከ ከባድ የኮቪድ 19 ግለሰቦች ስለህክምና አማራጮች ማሳወቅ ይገባል፡፡