



Guddida Caafimaadka Degmada



Caafimaadka Carruurta

# Goormaad ilmahaaga Dhakhtarka u geynaysaa

Carruurta yar yari badanaaba waxay jiilaalka la kulmaan caafimaad xumo jeermis leh. Xanuunadaas badankooda waxa daweynkara dhakhtarka qoyska.

Way caawinaysaa dhakhtarka haddii sida ugu dhakhsaha badan loogu geeyo marka ilmuhu xanuunsado, taasi waxay ilmaha ka dheerayn kartaa inuu aad u xanuunsado oo u baahdo Isbataal la geeyo.

Qaybta Degdegga ee Isbataalladu aadbay u mashquul yihiin jiilaalka. Waa caadi in sugitaanku noqdo 2-3 saacadood ama ka badanba waqtiyada mashquulka ah. Fadlan arag Dhakhtarkaaga qoyska ama bukaansocod eegto saacadaha danbe ah. Marka hore haddii aanay aad u degdeg ahayn.

### **Waad caawinkarta ilmahaaga inaad xannuunka ka badbaadiso haddii aad samayso:**

- ◆ Ilmahaaga oo aad tallaasho
- ◆ Cunto Caafimaadqabta, cabbitaan badan iyo khudaar sooso halka macmacaanka.
- ◆ Jaqsiinta naasuhu waa ugu wanaagsantahay ilmahaaga.
- ◆ Ka dheeree kulan aan loo baahnayn oo ilmuhu la yeeshaan carruur jirran.
- ◆ Ka fogow keenista isbataalka carruurta caafimaadka qabta.
- ◆ Ka fogee ilmaha kuwa qofacaya ama hargabsan
- ◆ Ha u bandhigin Carruurta qiiqa sigaarka
- ◆ Ha gayn carruurtaada xannaanada marka ay qabaan qufac iyo hargab, mantag ama shuban.

- ◆ U xir carruurta dhar kulul.
- ◆ Caawimada qoyska ahaan la hadal kalkaaliyaha ilmaha (kalkaaliyaha caafimaadka dadweynaha)
- ◆ Caadayso gacmo dhaqasho fiican
- ◆ Ku dhiirrigeli ilmahaaga iyo kuwa kaleba inay gacanta afka saaraan markay qufacayaan,

Haddii ilmuhu yeesho xummad taas macneheedu waa jeermis wada jiro. Xannunkaas ilmaha waxa laga yaaba inuu keenay viras ama bacteria.

Virasku aad buu caadi u yahay. Waxay keenaan qufaca inta badan, iyo hargabka iyo mantagga/shubanka jeermiskooda.

Daawada Antibiotiga ahi waxba kama tarto jeermiska viraska. Ilmuhu wuxu ku ladnaanayaa waqti (7-10 casho) caadi ahaanna uma baahna daawo (marka lagareebo) Paracetamol oo ka caawinaysa raaxodarida.

Bacteriyadu waxay keentaa jeermis aad u xun sida qaarjeexa, jeermis kaadida ah iyo Meningitis.

Jeermiska Bacteriyadu aad buu u xumaankara haddi aan la baadhin oo lagu daweyn Antibiotic. Haddi dhakhtarka qoyska aad dhakhso u aragto xauunadaa badankooda waxa lagu daweynkara Antibiotic guriga uu ku qaato mana u baahanayo in Isbataal lagu daweeyo.

Wax yar oo jeermiska Bacteriyada ah ayaa aad u daran una baahan in ilmaha si degdeg ah isbataal loo geeyo. Dhakhtarkaaga qoysku waa qofka ugu habboon ee go'aaminkara baahida isbataal. Dhakhtarkaagu wuxu mararka qaarkood u bilaabi karaa daaweyn si uu ilmaha uga joojiyo xanuunka oo ku sii xumaada inta aan la geyn isbatalka.

### ***Sida aad u maamulayso Xummadda:***

- Baar ilmahaaga Xummadiisa. Haddii aanad haysan Heerkul beega ha(Thermometer) saar gacantaada ilmaha dhabarkiisa xabadkiisa ama kilkiladiisa. Kulka kilkiladu Caadi ahaan waa 36.5°C.
- Ka bixi ilmaha dharka, ku reeb naabi iyo garan.
- Ilmaha si joogto ah u sii cabbitaan badan kuna hay dhiirigelin. U daa inay wax cunaan hadday sidaas rabaan.
- Qolku ha qaboobaado, yaanu ahaan mid dabaylbadan.
- Maro qabow oo wejiga loo saaraa waa ka Caawin Kartaa xummadda, laakiin ha ku masixin jidhkoodoo dhan.
- Sii Baraasitamool (“Baramool”, “Banadhool”) afartii saacadoodba mar sida Dhalada Korkeeda ku qoran.
- Hakula seexan sariir ilmahaaga, xumuadda ayaa ku sii xumaankarta.
- Siinta daryeelkan dheeraadka ahi wuxu ilma siinkaraa dareen raaxo.

### ***Dhakhtar arag haddii ilmahaaga aad ku aragto:***

- Hurdo aan caadi ahayn.
- Neefsashada oo ku adag ama neefsasho aad u degdegbadan.
- Jihada oo ka lunsan ama qallal ama gariir.
- Qaasho cabbitaan caadigii ka yar
- Ka cabasho xanuun luqunta ama madaxa ah
- Ka cabasho xanuun – sida dhega xanuun ama xanuun calool kujirta ah.
- Finan Ka soo yaaca (khaas ahaan kuwo blug Madawxigeen ah)
- Kasoo rayn la’an 48 saacadood gudohood.

