Ilaalinta kala qaadidda cudurrada Västra Götaland

2023-10-12

Macluumaad loogu talagalay waaliddiinta

Dugsi xannaano oo caafimaad qaba

Dugsiga xannaanada waxaa wada jooga carruur badan, taas oo keeneysa in ay caabuqyadu si fudud ugu dhex faafi karaan. Ujeeddada laga leeyahay macluumaadkani waa in la xaddido faafitaanka cudurrada lays-qaadsiiyo iyo in lagu dadaalo sidii loo heli lahaa dugsi xannaano oo caafimaad qaba.

Dhammaan carruurtu waa ay xanuunsadaan mararka qaarkood, waana wax iska caadi ah in caabuqyo badan ay ku dhacaan carruurta yaryar sannad walba. Kuwa ugu badan caadi ahaan ku dhaca waa caabuqyada neef-mareenka, sida hargabka. Xitaa caabuqyada kale sida calool-xanuunka, busbuska ama impetigo (busbus-doofaar) waa cudurro la kala qaado oo caadi ahaan ku badan carruurta dugsiyada xannaanada.

Xaaladda guud ee canugga, micnaha sida ilmuhu wax u cuno, u seexdo, una awoodo inuu ka qeybtaato hawlaha dugsiga xannaanada (gudaha iyo dibaddaba) ayaa go'aaminaya inuu ilmuhu joogi karo dugsiga xannaanada iyo in kale. Waxaa mararka qaar dhici karta inuu canuggu tamar leeyahay oo uu guriga ku firfircoonyahay, laakiin saas oo ay tahay u adkaysan karin inuu ka mid noqdo koox carruur ah. Canug xanuunsan oo laayac-laayac ah wuxuu u baahanyahay inuu helo degganaasho iyo xasillooni iyo waqti uu ku soo kabsado. Mararka qaarna wuxuu ilmuhu baahanyahay inuu guriga joogo, si uusan dad kale qaadsiin cudurka.

Si loo yareeyo faafidda caabuqyada, waxaa loo baahanyahay wadashaqeyn u dhexeysa guriga iyo dugsiga xannaanada. Sidaa darteed waa muhiim inaad shaqaalaha u sheegto calaamadaha cudurka ee uu ilmuhu leeyahay ama sababta uu u xanuunsanayo. Markaas, wuxuu dugsiga xannaanadu qaadi karyaa tallaabo looga hortagayo in ay dad dheeri ah xanuunsadaan.

Ilmuhu waa inuu guriga joogaa

- marka uu ilmuhu feebaro leeyahay. Ilmuhu wuxuu ku laaban karaa dugsiga xannaanada marka uusan qandho lahayn 24 saac/maalin iyo habeen isagoon la siin dawooyinka qandhada jebiya, xaaladdiisa guudna ay wanaagsantahay.
- marka uu ilmuhu buko isagoo leh calaamadaha hargabka sida cuna-xanuun, diif, feebaro ama qufac. Wuxuu badanaa ilmuhu hargabka qaadsiin ogyahay billawga cudurka. Wuxuu ilmuhu ku laaban karaa dugsiga xannaanada marka xaaladdiisa guud ay wanaagsantahay, ayna hoos u dhacaan calaamadaha cudurku. Calaamadaha cudurka ee raaga

sida qufaca iyo diifku maaha caqabad, xitaa haddii uu diifku yahay mid adag oo cagaaran.

Ilmuhu waa inuu guriga joogaa

- marka uu ilmuhu mantagayo iyo/ama uu shubmayo. Wuxuu ilmuhu ku laaban karaa dugsiga xannaanada marka uu caafimaadyo, si caadi ah wax u cuno, uusanna mantagin ama shubmin/ dhigin saxaro jilacsan ugu yaraan 48 saac/laba habeen iyo laba maalin. Marka ay dad badani qabaan calool-xanuun dugsiga xannaanada, waxaa faafitaanka cudurka lagu xakameyn karaa in walaalaha ku jira da'da dugsiga xannaanada ee canugga buka la dhashay ay guriga joogaan.
- marka uu ilmuhu leeyahay nabarro dheecamaya/cambaar. Wuxuu ilmuhu ku laaban karaa dugsiga xannaanada marka uu nabarku/cambaartu ay engegto oo aanay wili sii dheecaameyn. Marka uu jiro impetigo (busbus-doofaar), waa inuu nabarku bogsooday oo aanu lahayn wax toxob ah inta aanu ilmuhu ku laaban dugsiga xannaanada.
- marka uu ilmuhu qabo qaamow-qanshiir ama qandho guduud. Wuxuu ilmuhu laaban karaa marka uu noqdo astaan-cudur la'aan ama marki laba habeen iyo laba maalin lagu daweeyo antibiyootig ka dib, haddii ay xaaladdiisa guudi wanaagsantahay
- Haddii uusan ilmuhu feebaro lahayn, laakiin uu aad u daalanyahay, uuna yahay laayac-laayac oo uusan u adkaysan karin inuu ka mid noqdo koox carruur ah.

Haddii ay jiraan xaalado kale oo caabuq ama ay carruur badani isku mar xanuunsato, waxaa jiri kara tilmaamo kale.

Talo ka waalid ahaan adiga kugu socota

Caabuqyada waxaa lagu faafin karaa dareeraha jirka sida qufaca iyo hindhisyada, mantagga iyo saxarada. Waxaa cudurka lagu faafiyaa gacmaheenna iyo walxaha, sida shukumaannada dunta ah, gacan-qabsiga albaabbada iyo alaab-alaabeyda carruurtu ku ciyaarto. Dhaqamada nadaafadda ee wan-wanaagsan waxay gacan ka geystaan yareynta faafitaanka caabuqyada

- In badan gacmahaaga iyo gacmaha ilmaha ku dhaq saabuun iyo biyo. Gaar ahaan marka aad musqul gashiin/beddesho xafaayad ka dib, marka aad sanka diif ka siimiso ka dib iyo cuntada ka hor.
- Bar canugga inuu ku qufaco, kuna hindhiso laabatada xusulka.
- Cijiyuhu ha gaa-gaabnaadaano maadaama wasakhda iyo bakteeriyadu ay si fudud halkaas ugu uruuraan.
- Dhaq busto-boombalada iyo xayawaanka boombalada, nadiifina ama beddel mujurucyada iyo cadayga marka uu ilmuhu caafimaado.
- Waxaa sii fiican inuu qof walba oo qoyska ka mid ahi isticmaalo shukumaan isaga gooni ah.

Handtvättssången

Melodi: Blinka lilla stjärna

Tvätta, tvätta
liten hand
Bort med smuts och
bort med sand
Mellan, i och
ovanpå
Gnugga tummen,
båda två
Tvätta, tvätta
liten hand
Bort med smuts och
bort med sand!

Sidan ayaad gacmaha u dhaqeysaa

1. Biyo qandiir ah ku dul shub
2. Isticmaal saabuun dareere ah, gacantana wada dhaq

3. Si fiican uga abbursii saabuunku

4. Mar kale biyo qandiir ah ku dul shub

5. Si fiican u qallaji