

Cudurka fayraska RS ee Stockholm

- ku socota qofka uu u dhashay ilmo yari

RS-ku waa fayras hargab caadi ah oo dhib badan u keenikara dhallaanka yar yar ee sabiga ah. Sannad kasta, guud ahaan inta lagu jiro xilliga jiilaalka marka aan waqti badan ku bixinno gudaha, waxaan aragnaa tiro badan oo ah kiisaska RSV.

Astaamaha

RS-ku wuxuu keeni kartaa qandho/xummad iyo xab ku samaysma neef -marenka ilmaha oo leh astaamo sida qufac, diif/duuf, sinka oo xirma iyo neefsashada oo ku adkaata. Waxaa laga yaabaa in ilmuu awood badan geliyo neefsashada oo ay markaa ku adkaato naas-nuujintu ama inuu masaasadacaanaha ku cabbo.



Neefsashada
oo adkaata



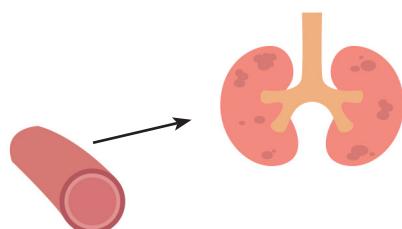
Xabeeb/
Xab



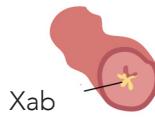
Qufac

Ma jirto daawo gaar ah oo ay tahay in lagu daaweyyo infakshanka fayraska laftiisa, laakiin waxaa la siinayaan daawo fududaysa oo caawinaysa daawada ilaa intuu infekshanku tegeyo. .

Ilmuu sida caadiga ah wuxuu aad xanuunsadaa 4-6 maalmood markuu cudurku ku dhaco ka dibna wuu fiicnaadaa oo wuxuu noqonayaa mid caafimaad buuxa hela dhowr toddobaad gudahood. Carruurta badankoodu way maarayn karaan infakshanka iyagoo kaashanaya sinka oo la nadiifiyo, naaska oo si isu dhow-dhow loo siiyo ama masaasada oo wax lagu siiyo iyo haddii loo baahdo in la siiyo daawada xanuun jebinta.



Marinka hawada
caadiga ah



Marinka hawada
oo infekshan leh

Waa maxay sababta uu RS-ku dhibaato ugu yahay dhallaanka yar yar?

Tuumbada neeftu marto ee dhallaanka yar yari way yar tahay waana ciriiri umana quficiikaraan sida carruurta waaweyn iyo dadka waaweyn. Sidaa darteed dhallaanka yar yari waxay leeyihii halis ah inay ku sii kordho oo ay yeeshaan dhibaatooyin xagga neefsashada ah oo uu keeno infekshanka RS-ku. Carruurta ugu yar yar (<4 bilood) waxay leeyihii khatarta ugu weyn ee ah in isbitaal lagu daaweyyo sababtuna ay tahay RS-ka (1-2% dhammaan dhallaanka yar yar).

Waxaa jira wax badan oo lagu guulaysankaro inaad isku daydo inaad ka fogaato si aanu ilmahaaga yari u qaaddin cudurka bilaha ugu horreeya noloshiisa.

Sidee ayaa fayraska laysugu gudbiyaa?

Fayraska waxaa lagu kala qaadaa xiriir dhow oo dadka dheddooda ah, dhibco yar yar oo ku faafa hindhisada, qufaca ama taabashada tooska ah. Fayrasku wuxuu jirka ka soo galaa xuubabka afka iyo sanka.

Fayrasku wuxuu ku sii jiri karaan meelaha ad-adag ilaa lix saacadood, laakiin si fufu ayey saabuunta iyo biyuhu aanay aktif cudurka uga dhigayn. Xiriirkha dhow oo u dhexeeya carruurta, sida walaalaha ama koox carruur ah, ayaa si weyn u keenikara isku daarashada.



Fayrasku wuxuu ku faafaa xiriirkha



Ka taxaddar inaad xiriir dhow la yeelato dadka cudurka qaba



Dhaq gacmahaaga inta badan

Sidan ayaad ilmahaaga uga ilaalin kartaa cudurka

- Ka taxaddar nadaafadda, gacmahaaga ku dhaq saabuun, isticmaal fadlan aalkolada gacmaha, ka tirtir duufka la arkayo sanka oo nadiifi meelaha laga yaabo ee uu cudurku ka faafikaro
- Aad uga taxaddar in ilmahaagu aanu la kulmin dadka leh astaamo hargab.
- Haddii ilmahaaga yari leeyahay walaalo waaweyn: - Ka fogee saaxiibbada guriga ugu imanaya.
- Ha joogaan walaaluhu guriga oo haka joogaan xannaada haddii ilmahaagu uu ka yar yahay afar bilood - Wuxaanu ognahay in carruurta leh walaalo ay si cad u kordhayso halista ah inay markiiba xanuunsadaan oo ay u baahdaan in lagu daryeelo isbitaal.
- Xadid dadka aad la xiriirayso haddii ay suurtogal tahay kana fogow kooxo badan oo carruur iyo meelaha ay dadku isugu yimaadaan haddii ilmahaagu ka yar yahay 4 bilood.
- Gee ilmahaaga meel aan sigaar lagu cabayn.
- Naasaha nuuji haddii aad awoodo.

Haddii ilmaagu jirado

- Naasaha nuuji marar badan wakhtiyoo gaa-gaabaa ama masaasada ku sii waxyar mudo badan.
- Iisticmaal wax sanka ka soo nuuga diifka/duufka, biyo milix-leh ku nadiifi si uu sanka xirani u yaraado.
- Raadso daryeel caafimaad haddii ilmahaagu aanu awoodin inuu naasaha nuugo ama ay ku adag tahay neefsashadu.
- Si dheeraad ah uga taxaddar haddii ilmahaagu dhashay wakhti hore (dhicis) ama uu qabo cudurka wadnaha /sanbabada oo halis ah.

Ka akhri wax dheeraad ah bogga 1177.se