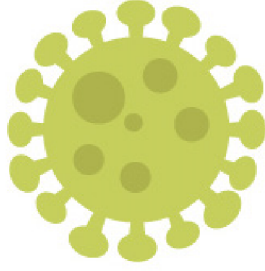


بلاوبونەھۆی قايرۆسى ئار ئىس لە ستۆكھۆلم



- بۆتۆكە مندالى تازە لە داىك بووت ھەيە
ئار ئىس يەككەكە لە كۆمەلەى قايرۆسە ھەلامەتدارمەكان و ھەدمتوانىت بىننە
كئشەيەكى تەندروستى بۆ مندالى تازە لە داىك بوو.
ئىستا ئىمە لە ھالەتتىك داين قايرۆسەكە بە شىوھيەكى چاومروان نەكراوى
پىشومختە و سەخت كەوا ئامارنىكى زۆر لەبەر دەست داىە كەوا مندالە
ساواكان لە نەخۆشخانە چارەسەر و مردەگرن

نیشانەكانى:



قايرۆسى ئار ئىس دەتوانى بىننە ھۆى تا لىھاتن و دروستكردى ھەوكردىن لە بەشى كۆنەندامى
ھەناسەدانى كۆرپەلە و ھە بە لىدەر كەوتنى نیشانەكانى وەك: كۆكىن، دەبىتە ھۆى چلم دروست كردن
، گىرانى لووت بە سەختى ھەناسەدان. مندالى توشبوو لە كاتى ھەناسەداندا پىويستى بە
بەكار ھىنانى وزمىكى زۆر ھەيە بۆيە ئەو دەبىتە ھۆى كەوا بە سەختى دەتوانىت شىرى داىك
بخوا يان بوئلى شىردان لە بارى ئاسابى خۆى

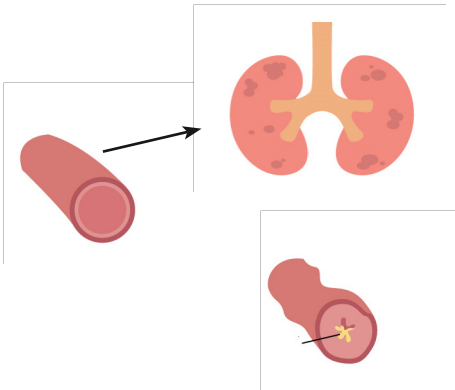
چارەسەرنىكى تايبەت بۆ خۆدى ھەوكردى قايرۆسەكە نىيە، بەلام ھىمن دەكرىنەو ھە لە نازارمەكانيان كەم
دەكرىنەو، ھە بە بەكار ھىنانى چارەسەرنىكى يارمەتيدەر تا ئەو كاتەى ھەوكرىنەكە بۆخۆى تىدەپەرنىت

مندالى توشبوو زۆر بەى كات كە نەخۆش دەكەون لە نىوان 4-6 رۆژ دەخايەننىت ئەو ھە
بەر ھە ھالەتى باشبوون دەروون و ھە بە تايبەتى ماو ھى چەند ھەفتەيەك دەخايەننىت تا
كۆرپەلە بە تەواوتى ھالەتەكە تىدەپەرنىت.

زۆر بەى مندالى توشبوو دەتوانىت چارەسەرى ھەوكرىنەكەى بكرىت بە ھۆى
يارمەتيدانى وەك: خاوينكرىنەو ھۆى لووتيان بە پىداويستى تايبەتى خۆى ، شىردانى چرتر
يان ياخود بە پىدانى بوئلى شىر ئەگەر پىويست بىت دەرمانى دژە تاو بەكار بىت .



Kokin



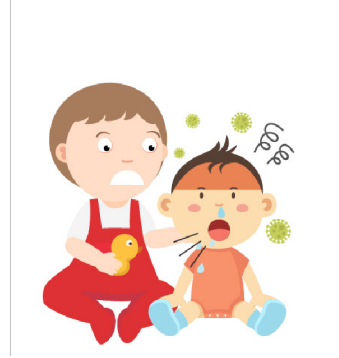
كۆرپەلەى بچوك بەشى ھەناسەدانى تەسك و تەنگە ئەوان ناتوانن بە ھەمان شىو ھۆى مندالى گەورە و مروڤىكى پىگەشتوو بكوكن. ئەومش دەبىتە ھۆى
كەوا مندالى ساوا رووبەرووى كئشەى كۆنەندامى ھەناسە بىننەو بە ھۆى توشبوون بە قايرۆسى ئار ئىس. زۆر بەى ئەو مندالانى كە خوار ۴ مانگ
تەمەنباھە بە رىژەى 1-2% مندالى توشبوو پىويستيان بە چاودىرى ھەيە لە نەخۆشخانە.

زۆر شت ھەيە كە

دەتوانرېت بە دەست

و خۆلادان لە توشبونى كۆرپەكەت لە چەند

مانگى يەكەمى ژيانى دا بەنرېت بۆ ھەولدان



ھۆكار مەكانى گواستتەھەي قاپرۆسەكە:

قاپرۆسەكە دەتوانرېت بگوازرېتەھەي لە رېگەي پەيوەندى نىوان مرقەكاندا لە رېگەي ئەمە دلوپانەي لە كاتى توشبوون لە لووتمان دېنە دەرمو، كوكين، پەيوەندى راستەوخو بە كەسى توشبوو. قاپرۆسەكە دەچېتە ناو جەستەھەي لە رېگەي كۆنەندامى ھەناسەي لووت و دەم.

قاپرۆسەكان دەتوانن بۆ ماوہى شەش كاتر مېر بە سەر رووى سەختدا بە زېندوى بەمېننەھە بەلام دەتوانرېت بە ناو و سابوون قاپرۆسەكە بخەيە حالەتى بېھيز بوون. بەلام پەيوەندى نزيك لە نىوان مندالاندا وەكو خوشك و برا يان پەيوەندى لە نىوان مندالانى دەرمو دەبېتە ھۆي مەترسەيەكى زۆر لەسەر ئەگەرى توشبوون

قاپرۆسەكە لە پەيوەندى نزيكى نىوان مرقەدا توشى نەخوشى دەكات.

Viruset sprids via nära kontakt



Undvik närkontakt med smittade



چۆن مندالەكەت لە توشبوون دەپارېزى:

- وريابە لە پاكو خاوينى دەستەكانت بشۆ بە سابوون بەكار ھېنانى كھولى دەست وە سېرىنى چلم وە خاوينكر دنەھەي رووكەشى دەم و چاو كە دەبېتە ھۆي گواستتەھەي
- وريابە كە كۆرپە ساواكەت پەيوەندى راستەوخو كەسنىكى توشبوو بە نیشانەكانى ھەلامەت نەبېت
- ئەگەر مندالەكەت خوشك و براى گەورەترى ھەيە لە خۆي ئەوا دوور بكمونە لە پەيوەندى سەردانكر دنى ھاوړېكانى بۆ مألەھە
- ئەگەر مندالەكەت لە چوار مانگ بچوكرت بېت و وە خوشك و براكانى كە لەخۆي گەورەترن كە دەچن بۆ دايانگا ، زۆر ژيرانە دەبېت ئەمە مندالانەي كە دەچنە دايانگا بۆ ماوہى چەند حەفتەيەك لە مألەھە بەمېننەھە بۆ كەمكر دنەھەي توشبوونى خوشك و برا وە مندالە بچووكەكە بە قاپرۆسى ئار ئېس
- ھەولبەدە خۆت سنوردار بكة لە بېنېنى كەسانى تر وە دوور كەوتتەھەي لە كۆبوونەھە خيزانېكان لە چ منال چ گەورە بۆنەھەي كۆرپەكەت پېارېزى كە خوار چوار مانگ تەمەنېەتى لە ئەگەرى توشبون
- ژينگەيەكى بى دووكەلدار بۆ كۆرپەكەت دا بېن بكة
- بېش شېردانى مندالەكەت دەستەكانت زوو زوو بشۆ

چى بكرېت باشە ئەگەر مندالەكەت نەخوش كەوېت:

- پېندانى شېرى دا يېك زوو زوو وە بە كاتىكى كەمتر يان ئەمەتا شېردان بە بوتلى شېر بە برىكى كەمتر.
- شېر لە جارەن بەلام زوو زوو بديت بە كۆرپەكە.
- بەكار ھېنانى نامېرى چلم خاوينكر دنەھە وە ، بەكار ھېنانى خويواوك {NaCl} بۆ ئەھەي رېگى بكرېت لە گېرانى لووتى كۆرپەكە.
- پەيوەندى بە نەخوشخانە بكة لە حالەتېكدا ئەگەر مندالەكەت نەتوانېت شېرى دا يېك بخوات يان توشى كېشەي ھەناسەدان بېت.
- ھەمېشە پەيوەندى بكة بە ژمارەي {1117} بۆ رېنمايى وەرگرتن.
- پەيوەندى بكة بە ژمارەي {112} لە حالەتې مەتر سېدار وەك تەنگەنەفەسى.
- وە پېويستە وريابېت چاودېرى زياتر بكةي ئەگەر مندالەكەت پېشو مەختە لە دا يېك بوو بېت يان نەخوشى مەتر سېدارى دل و سېيەكانى ھەبېت.