

Hargabka cusub ee A(H1N1) waa hargab ku faafaya hadda dunida oo dhan. Waxa uu kaga duwan yahay hargabkani hargabka waqtiilaha ah in uu si gaar ah ugu dhacayo dadka daáda yar. Dad badan oo si xun ugu bukooday ma ay qabin cudurro kale oo qarsoon.

Sidaas daraadeed lama saadaalin karo oo lama sheegi karo cidda si halis ah ugu bukoon karta cudurkan. Sidaa daradeed ayay muhiim u tahay in laga hortago fidista amma faafka hargabkan. Qayb ahaan qofku isaga ayaa is badbaadin kara hadduu is tallaalo, qayb ahaanna waxa uu badbaadin karaa dadka ka tirsan dadka halista ku jira amma kuwa aan is tallaali karayn sababo kale duwan awgood.

Dadka badankiisa hargabkani khatar kuma aha laakiin waxa uu yahay hargab dhib keeni kara oo laga bogsado dhowr cisho ka dib. Xummad, qufac. cumoxanuun, cabbudh sanko ah, jidhka oo qofka xanuuna iyo madaxxanuun ayaa ka mid ah calaamadaaha caadiga ah ee lagu garto hargabkan.

Si looga hortago in si xun loogu bukoodo hargabkan cusub

- > Faraxalo amm gacmaha dhaqo marar badan
- > Ku qufac xusulka laabkiisa
- > Guriga joog haddii aad bukooto



Ka akhri macluumaad dheeraad ah www.krisinformation.se amma www.1177.se. Waxa kale ood soo garaaci kartaa telefoonkan 1177 amma 020-20 20 00.

Macluumaad iyo talo- bixin laguugu talo galay haddaad uur leedahay

Sidaas daraadeed ayaa waxa laguugu deeqayaa in lagaa tallaalo hargabka cusub ee A(H1N1)

Dumarka uurka leh oo dhan waxa la siinyaa fursad ay kaga mid noqonayaan dadka ugu horreeya ee laga tallaalo hargabkan maadaama ay halis dheeraad ah ugu jiraan inay qaadaan cudurkan halistaas oo oo ka badan tan dumarka aan uurka lahayn. Tallaalku uma laha khatar amm wax dhib ah oo la ogyahay ilmaha caloosha ku jira amma qofka dumarka ah ee urka leh waqtia ay uurka leedahay. Sidaa dareed ayaa hooyada la tallaali karayaa waqtiga ay ilmaha caloosha ku siddo oo dhan iyada oo hooyadu is tallaali kaarto xataa iyada oo naaska jaqsiinaysa ilmaha.

Carruurta ka yar lix bilood laguma talinayo immika in la tallaalo. Carruurta da'adan ah, lama hayo macluumaad ku saabsan tallaalka laga tallaalo hargabka waqtiilaha ah. Cilm-ibaadhis kilnik ah oo lagu samaynayo tallaalkan cudurkan faafaya ayaa la samayan doonaa si loo ogaado dooska la siinayo carruurta iyo jawaabta difaacaba.

Talooyin faahfaahsan oo ku saabsan iska tallaalka hargabkan waxad ka heli kartaa hay'adda dawooyinka boggeeda www.lakemedelsverket.se.

Sidan ayay u saamoobaysaa uurleydu

Ma jiraan wax sheegaya in dumarka uurka lihi ku sugan yihiin khatar ka weyn tan ay ku sugan yihiin dumarka aan uurka lahayni in ay qaadaan hargabkan. Dadka badankiisa hargabkani waxa uu u yahay cudur sahlan, laakiin uurku waxa uu keenayaa awoodda difaaca jidhka oo hoos u dhacda si loo dhimo in jidhku ilmaha uurka ku jira u arko shay qariib ah oo uu isku deyayo jidhku inuu iska soo saaro.

Wararka ka imanaya waddammada kale waxa ay sheegayaan in gaar ahaan waqtiga dambe ee uurka (saddex qaybood waqtiga uurka qaybta dambe) dumarka u bokooda hargabkani H1N1 ay u baahdeen in lagu daweeyo dhakhtar. Sababtu waxa weeyi iyada oo sambabada oo ku yaal xabadku ay sii yaraanayaan marba marka uu uurku sii socdo ee ay "caloosha" uurleydu sii waynaato.

Sidee uyuu u saamoobayaa ilmaha caloosha ku jiraa haddii ay hooyadu bukooto?

Waa shay aan caadi ahayn in fiirus u gudbo ilmaha caloosha ku jira wax sheegayaa ma jiro in fiiruska hargabku wax u dhimayo ilmahaas. Laakiin waxa dhici karaysa in in riyakshanka difaaca hooyada ee uu sababay fiiruska hargabku uu u keeno ilmaha caloosha ku jira istres amma kurbo siyaado ah.

Waxa sidaa daraadeed lagula talinayaa uurleyda leh xummad sare oo ku qaadday cummaddaas sababo kale duwan awgood, sababahaas oo uu ka mid yahay hargabkan cusubi, in ay qaataan dawada xummadda jabisa oo ay ku jirto maaddada paracetamol (sida Alvedon amma Panodil) si loo yareeyo saamaynta ilmaha uurka ku jira.

Hooyadu ma nuujin kartaa naaska ilmaha haddii ay qaaddo hargabka cusub?

Haa, caanaha naasku ma gudbiyaan fiiruska hargabka. Wax difaac ah oo ay caanuhu samaynaayan ma jiraan, gaar ahaan hargabka, laakiin waxa jira faa'iidooyin badan oo ay leeyihiin caanaha naasku. Waxa muhiim ah in la badbaadiyo ilmaha amma cunugga hadda dhashay oo ay is tallaalaan hooyada iyo ehelka ku dhow ilmuhu, iyo waliba in nadaafadda aad loogu dadaalo oo la hubiyo in aan ilmaha dhashay la qabadiin hargabka ka imanaya hindhisada iyo qufaca hooyada.



Tallaalku ammaan ma yahay?

Tallaalka la iska tallaalayo hargabka cusub ee A(H1N1) waxa uu la nooc yahay kan la iskaga tallaalo hargabka waqtiilaha ah waxana loo hubiyey isla sida tallaalkaas loo hubiyey. Tallaalku waa amaan waxana uu siiyaa difaac wanaagsan.

Hooyadu tallaalka uguma gudbisno ilmaha caloosha ku jira madheerta, laakiin waxa uu talaalku siin karaa waxoogaa difaac ah ilmaha hadda dhashay iyada oo difaaca jidhku u sii marayo ilmaha madheerta.

Ka fikir...

...inaad adigu haddii aad tahay qof weyn aad ka qayb qaadanayso ka hortagga faafinta cudurkan adiga oo is tallaalaya. Waxad sidaa dareed ka caawinaysaa in aad difaacdo carruurta aanay suurogal ahayn in la tallaalo .