Egedal Kommune

# Goorma ayuu ilmuhu fiyowyahay/bukaa?

**Hvornår er barnet rask/syg?**
**Somalisk**

# Ku socata waalidka

Waanu ognahay in marka ilmahu bukoodaan, ay tahay culays la soo gudboonaaday labadaba ilmaha iyo waalidkaba, waxaana la ogyahay in 40% maqnaashaha shaqada ee waalidka, inay sabab u tahay ilmahooda yaryar oo jirada.

Marka ilmahu ay bukoodaan waxaa soo baxa su'aalo iyo shaki badan oo la xidhiidha goorta uu ilmahu caafimaad qab noqonayo, oo uu dib u imaan karo xarunta caruurta(xanaanada/meesha lagu hayo), iyo goorta uu ilmaha jiran yahay, oo ay tahay in aqalka lagu hayo. Siddaa daraadeed, waxaan samaynay talooyinkan, oo ah talooyinka ay hay'ada caafimaadka ku soo bandhigayso talooyinka ku aadan cudurada gudba ee caruurta iyo da'yarta.

Ujeedkuna waa in xoga la saaro caafimaadka iyo barbaarinta caruurta xarumaha

- Si loo xadido is qaadsiinta cudurada gudba xarumaha caruurta
- In loo sahlo labduba shaqaalaha iyo waalidka, in ay raacaan talooyinkan la xidhiidha, goorta uu ilmahu imaan karo xarunta.

**Talooyinka waxaa laga heli karaa halkan:** [https://sundhedsstyrelsen.dk/da/sygdom-og-behandling/smitsomme-sygdomme/~/media/FC52A31AC07E484793B3EE2E5950A9A5.ashx](https://sundhedsstyrelsen.dk/da/sygdom-og-behandling/smitsomme-sygdomme/~/media/FC52A31AC07E484793B3EE2E5950A9A5.ashx)

# Goorma ayuu ilmahaagu imaan karaa xarunta?

Caruurtu si aad ah ayay isku qaadsiiyaan cudurada xarumaha dhexdooda. Si loo xadida isqaadsiinta cudurada xarumaha dhexdooda, waxaa muhiim ah in aan la keenin caruurta bukta. Caruurta way adag tahay in la ogaado, goorta ay caafimaad qabaan ama ay jiran yihiin.

**Ilmahu waa uu caafimaad qabaa**

- Marka xalada guud ee ilmaha ay caadi tahay
- Marka ilmahu uu ka qayb qaadan karo nashaadyada kala duwan, sidda caadiga ah. Ilmahu tusaale ahaan, waa inuu awood u leeyahay inuu banaanka ku cayaaro, oo uu aadi garo rixladaha
- Ilmahu waa inuusan qandhanayn
- Arimaha la soo sheegay oo dhan waa in laga helaa ilmaha, si loo yareeyo khatarta isqaadsiinta cudurada,

**Ilmahu waa bukaa**

- Haddii xaalada guud ee ilmaha is bedasho, tusaale ahaan haddii ilmaha uu noqdo mid caajisan, hooyada ku dhagan, aan daganayn ama ooyaya
- Marka aanu ilmahu ka qayb qaadan karin nashaadyada kal duwan, siddii caadiga ahaan jirtay.
- Haddii ay ilmaha ka muuqdaan calaamado tilmaamayo jiro, sidda qandho oo kale.
- Arimaha la soo sheegay oo dhan waa in laga helaa ilmaha, si loo yareeyo khatarta isqaadsiinta cudurada

Haddii ilmo la keeno xarunta isaga oo aan caafimaad qabin, maadaama uu difaaca jirkiisa yar yahay, waxaa imaan karta khatarta ah in ilmaha xaaladiisa ay sii xumaato ama uu cudur kale qaado.

Haddii ilmahu uu bukoodo, waxaa la idinkula talinayaa inuu joogo guriga maalin dheeri ah, inta uu si fiican ooga caafimaadayo.

# Cudurada la isqaadsiiyo

**Cudurada ugu badan ee la isqaadsiiyo waa:**

- Hargabka
- Qandhada aan sabab cad lahayn
- Caabuqa dhegaha
- Boorankiitada
- Caabuqa sanbabada
- Børnesygdomme (busbuska, cudurada injira, qandhada saddexda beri, qandhada cas, cudurada gacmaha, lugaha iyo afka)
- Shubanka
- Furuuraca maqaarka
- Indho xanuunka(daafka, ilayska oo dhiba oo xaalada guud ee ilmaha lug ku yeelata)

Marka ilmahu **shuban** ku dhaco, waxaa la keeni karaa xarunta, kolka saxaradiisu ay caadi ku soo noqoto.

Marka ilmaha uu ku dhaco **busbus**, waxaaa ilmaha la keeni xarunta(walow ay u socota daawaynta), kolka baxdinada ay qalalaan oo ay bogsoodaan.

Marka ilmaha uu ku dhaco **caabuqa indhaha adag**, waxaa ilmaha la keeni karaa xarunta, marka ugu yaraan la daaweeyo ilmaha 2 maalin, oo ay ka dhamaato daafka iyo iftiinka dhibayay ama marka xaaladiisa guud caadi ku soo noqoto. Marka ilmaha uu ku dhaco caabuqa sahlan ee indhaha, sida indhaha oo yara guduudta, waa la keeni karaa ilmaha xarunta.

Qaanuunka ugu wayn, waa in aan la keenin xarunta ilmo buka, ilmaha qaba cudur la isqaadsiin karana, waxaa la keeni karaa xarunta, marka uu ka caafimaado cudurka haya.

## Waa la keeni karaa xarunta haba jirto khatarta isqaadsiinta

Marka uu qabo ilmaha cudurada qaar waa la keeni karaa xarunta, inkastoo ay jirto khatarta is qaadsiinta cuduradan(laakiin waa marka uu dhakhtarka ogalaado in la gayn karo xarunta) Cuduradan tusaale ahaan waxaa ka mid ah

- Cudurada maqaarka
- Gacmaha, lugaha iyo cudurada afka
- Hargabka
- Gooryaan calooleedka(waa la isku gudbiyaa ilaa laga daweeyo)
- Baxdinada biyaha leh

INkastoo ay jirto khatarta is qaadsiisnta, laakiin weli waxaa muhiinm ah in ilmaha uu caafimaad qabo, oo xaaladiisa guud ay fiican tahay marka la keenayo xarunta

Xaaladaha qaar ilmaha waa la keeni karaa, marka daawada lo bilaabo Cuduradan tusaale ahaan waxaa ka mid ah

- Injirta
- Cadhada

Haddii lagu arko ilmaha cuduradan inta ay joogaan xarunta, waa in lala socodsiiyo waalidka marka uu qaadanayo ilmaha.

## Haddii laga shakiyo in ilmahu uu caaafimaad qabo ama buko

- Waalidku waa inay la xidhiidhaan dhakhtarkooda
- Kormeeraha caafimaad iyo shaqaalaha xarunta lama xidhiidhi karaan dhakhtarka, hadaysan ogalaansho ka haysan waalidka
- Marka ay jirto calaamadaha cudurada waawayn ee la isqaadsiiyo waxaa go'aanka qaadanaya dhakhtarka way(tusaale ahaan cudurka qoorgooyaha oo kale)

# Isu gudbinta warbixinta la xidhiidha xaalada cudurka

- Maamulka xarunta waxaa waajib ku ah in ay la socodsiiyaan cudurada la isqaadsiiya waalidka ilmaha
- Haddii ay dhacdo in la arko calaamadaha xaalad cudur wayn sida, qoorgooyaha oo kale, maamulka waa inay u sheegaan waalidka, ka dib marka ay la tashadaan dhakhtarka
- Maamulka xarunta ayaa la socodsiinaya, waalidka in ay u soo gudbiyaan warbixinta cudurka caruurooda, iyo haddii ay jirto qiimayn caafimaad oo dhakhtar sameeyay

# Waajibka shaqaalaha

Haddii uu ilmo buko, ama looga shakiyo jiro raad ku leh xaaladiisa guud ee caafimaad, waajibka saaran shaqaalaha waa inay la xidhiidhaan waalidka, iyagoo ku wargelinaya in ilmaha guriga loo qaado.

Waa in ilmaha daawada lagu siiyaa guriga Haddii ay jirto cudur joogta aha ama mudo dheer qaadanay, waxaa lagama maarmaan ah in la siiyo ilmaha daawada marar badan maalinkii

Daawa ku siinta ilmaha ee xarumaha caruurta iyo iskuulada, waxaad ka akhrisan kartaa boogan:
https://www.retsinformation.dk/Forms/R0710.aspx?id=133849)

# Faydhawrka

Kormeerka caafimaadku waxay la sameeyaan maamulka xarunta, inay qiimeeyaan xaalada faydhowr ee xarunta

Maamulka xarunta waxay waxay baraan shaqaalahooda arimaha aasaaska u ah faydhowrka, waxaa la baraa faydhawrka guud, faydhawrka caabuqa iyo faydhawrka guud ee xarunta

**Haddii ay badan tahay jirada xarunta**

Waxaa xooga la saarayaa cudurada aadka la isu qaadsiiyo, tusaale ahaan sida shubanka ama busbuska.

Maamulka xaruntana wuxuu wadashaqayn kala samaynaya shuruudaha faydhawrka xarunta, kormeerka caafimaadka ee la shaqeeya xarunta

# Waajibka waalidka

Si loo xadido faafida isqaadsiinta cudurada ee xarunta, waxaa muhiim ah in aan la keenin caruur bukta xarunta

**Waalidku waa inay:**

- Guriga ku haystaan caruurta bukta
- Waa inay ixtiraamaan qiimaynta shaqaalaha ee ah in ilmahu uu buko, oo ay jirta khatarta isqaadsiinta, marka ay la soo xiriiraan waalidka.
- In ay la socdaan talooyinka ay soo saarto hay'ada caafimaadka
- Inay la socodsiiyaan waxa ka qaldan ilmaha
- Inay la socdaan wargelinada la xidhiidha cudurada la isqaadssiyo, iyo qawaaniinta guud ee xaaladha gaarka ah
- Si aad u yaraysaan iska qaadida cudurada, dhaq gacmaha ilmahaaga maarkaad u timaado ee aad kaxaynayso

Arag buugan yar "Caafimaadka wuuxuu ku jiraa gacmahaada" iyo filinkan "HYGSI" halkan:
Sundhedstjenesten-egedal.dk

Wargelintan waxaa la sameeyay oktoobar 2016

**Egedal Kamuune**
Dronning Dagmars Vej 200
3650 Ølstykke
Tel: 7259 6000
kommune@egekom.dk
egedalkommune.dk