



Fayruska COVID-19

La cusboonaysiiyay June 26, 2020: wararka ayaa wali si xawli leh u soo kordhaya BPHC-na way cusboonaysiin doonaan wixii macluumaad ee cusub ee soo kordha .

Maxuu yahay Koronafayraska Cusub ee 2019?

Koronafayrus 2019 (SARS CoV-2, oo horey loogu yaqaanay 2019-nCoV) ayaa sababa cudurka hadda loo yaqaana COVID-19. Koronaviruses (CoV) waa qoys aad u tiro badan oo fayrasyo ah qaar aad u yar ayaa sababa infakshanka aadanaha iyo jirrooyin u dhexeeya hargabka caadiga ah iyo cudurada aadka u daran. sida Fayraska Neef-mareenka ee Bariga Dhexe (MERS-CoV) iyo fayraska Neef-mareenka daran (SARS-CoV) waa tusaalooyin kamid ah kor onaviruses kuwaas oo sababi kara cudur halis ah.

Sidee buu COVID-19 ku faafaa?

COVID-19 wuxuu ku faafaa qof ilaa qof. Wuxuu ku faafaa dhibcaha la socda neefsashada oo ka soo baxa markuu qofka cudurka qaba uu qufaco, hindhisho ama hadal. Dhibcahani waxay ku dhici karaan dad u dhaw (ujira 6 dhudhun). Waxaa kale oo suurta gal ah in qofku ku qaadi karo fayruska COVID-19 asagoo taabanaya sagxad wasakhaysan ama shey ka dibna ay taabtaan afkooda, sankooda, ama indhahooda.

Waa maxay calaamadaha iyo astaamaha fayruska COVID-19?

Astaamaha Covid-19 waxaa ka mid ah, lakiin aan ku koobneyn:

- Qandho
- Qufac
- Neefta oo kuga adkaata ama aadan neefsan karayn
- Daal
- Murqo anma jir xanuun
- Madax xanuun
- Dhadanka ama urinta oo kaa tagta
- Dhuun xanuun
- Sanka oo xirma ama duuf ka yimaado
- Lalabo ama matag
- Shuban

Xaaladu markey sii daranaato, infekshanku wuxuu sababi karaa boronkiito, oof wareenka, xanuun daran oo keena neefsashada ah oo dhib noqota, kelyaha oo shaqada daaya iyo xitaa dimasho.

Calaamadaha COVID-19 waxay la mid yihiin kuwa hargabka oo ay la socdaan muruq xanuun. Iyo calaamadaha neef mareenka

Yaa halis ugu jira dhibaatooyin daran oo ka yimaada fayruska COVID-19?

Dadka qaar waxay halis ugu jiraan inay aad ugu xanuunsadaan cudurkaan. Kuwaas waxaa ka mid ah.

- Dadka waayeelka ah
- Dadka qaba xaalado caafimaad oo daran oo ay ku jiraan lakiin aan ku koobneyn, cudurada kelyaha, cudurada sambabada, jir difaaca oo yiraada marka xubnaha jirka la badalo, cudurada wadnaha, sonkorowga, Cayilka, cudurka sickle cell.

Haddii aad khatar sare ugu sugan tahay inaad aad ugu xanuunsato fayruska COVID-19, waa inaad:

- Ka dhexbax dadka intaad kari kartid. Gurigaaga joog.
- Soo dhigataa agabyada, oo ay ku jiraan dawooyinka.
- Inaad maalin kasta ka taxadartaa sidaan dadka kale iyo adiga idiin dhaxayso fogaansho.
- Markaad u baxdid meelaha dadweynaha joogaan, ka fogoow dadka kale ee jiran, ha u dhawaan dadka (ugu yaraan 6 dhudhun) iyo dhaq gacmahaada had iyo jeer.
- Ka fogow meelaha dadka badan iskugu yimaadaan inta badan.
- Ka fogow safarka doonta iyo safarada hawada ee aan daruuriga ahayn.

Sidee looga hortegi karaa Fayruska COVID-19?

Wagtigan la joogo ma jirto wax tallaah ah oo looga hortago fayruska COVID-19. Habka ugu wanaagsan ee looga hortago infekshanku waa in laga fogaado inuu ku soo gaaro fayraska. BPHC had iyo jeer waxay ku talineysaa taxaddar joogta ah oo ka caawinaya ka hortaga faafitaanka fayrasyada neesashada, waxaana weeye:

- Ku dhaqida gacmahaaga badanaa saabuun iyo biyo ugu yaraan 20 ilbiriqsi.
- Adeegsiga waxyaabah ka samaysan alkolada loo isticmaalo ku xoqida gacmaha iyo jeelka.
- Ka fogow inaad ku taabato indhahaaga, sankaaga, iyo afkaaga adigoo oo dhaqin gacmahaaga.
- Ka fogaanshaha dadka jiran
- Joogista guriga markaad xanuunsan tahay.
- Daboolida qufacaaga ama hindhishadaada.
- Gacmahaaga dhaq ama nadiifi intaadan taaban wajigaaga.
- Ha la wadaagin cabitaannada, cuntada ama maacuunta wax lagu cuno.
- Nadiifinta iyo jeermiska ka dilista waxyaalaha la taabtay had iyo jeer.
- Isku day inaad u jirsatid dadka kale 6 dhudhun.
- Dabool wajigaaga(dabool afka iyo sankaba).

Hadii a aad dareento xanuun ah qandho, qufac, ama aad neefsashodu dhib kugu tahay, ama calaamadaha kale ee Covid-19 waa inaad:

• Isla markiiba waa inaad raadsataa daryeel caafimaad. Ka hor, inta adan aadin daryeel caafimaad ama qolka xaaladda degdega ah, hore u wac oo u sheeg safarkaagii ugu dambeeyay iyo astaamadahaaga.

Ka fogow inaad la samayso xiriir dadka kale.

- Aadan safrin intaad xanuunsan tahay.
- Ku dabool afkaaga iyo sankaaga warqad ama dharka gacantaada (ma ahan gacmahaaga) markaad qufacayso ama hindhishayso.
- Ku dhaqdaa gacmahaaga badanaa saabuun iyo biyo ugu yaraan 20 ilbiriqsi. Isticmaal gacma dhaq ka samaysan alkolada haddii saabuun iyo biyo aan la heli karin.

Shaqaalaha daryeelka caafimaadka oo xariir la samayey bukaanka ama shaqaalaha kalea ee caafimaadka iyo shaqaalaha difaaca hore (shaqaalaha amlalaaska, dab damiye, boliiska,) waxay u baahanyihiin in laga baaro Covid-19 mar alaale markay isku arkaan calaamadaha fayruska Covid-19. Dadka xiriir la yeeshay qof qaba Covid-19 iyagana waa inay iska baaraan Covid-19.

Ma safari karaa waqtigaan aan jirno?

Covid-19 meelkasta oo aduunka ayaa lagu sheegay marka lagu daro meelkasta oo ka tirsan US. Waxaa jira in laxadiday safarada aduunka inta badan. Ha safrin. Dib u dhiga hadii qorshahaagu ku jiray inaad safarto.

Sidee buu fayruska COVID-19 lagu ogaadaa?

Haddii aad leedahay astaamo lagu yaqaano fayraska COVID-19 ama aad iskaga shakiday inuu ku soo gaadhey Covid-19, dhakhtarkaaga ayaa kaa baari kara fayraska. Dhaqtaradu waa inay ka helaan dadkaad la kulantay iyo taariikhda caafimaadkaga oo faahfaahsan oo ay ku jirto qandho iyo xanuun xagga neefsashada ah.

Sidee baa caabuqa COVID-19 loo daaweeyaa?

Ma jirto dawo gaar ah oo kahortagaysa fayraska oo lagu daaweeyo infekshanka COVID-19. Dadka uu ku dhacay cudarka COVID-19 waa inay helaan taageero daryeel iyo caawimaad si loo yareeyo astaamaha. Dadka badankooda oo qaba Covid-19 oo aad u jiranayn una baahneyn in cisbitaalka la seexiyo gurigooda way joogi karaan. Dadka u malayaya inay la kulmeen qof qaba fayruska COVID-19 waa inay isla markiiba la xiriiraan dhakhtarkooda.

