Ilmahaaga dhallaanka ah ka difaac faayraska RS iyo xiiqdheerta

Carruurta dhallaanka ah si halis ah ayay ugu bukoon karaan faayrasyada qaarkood iyo baakteeriyada. Carruurta kuwooda aadka ugu yar ayaa badanaa si dheeraad ah ugu nugul. Waa kuwan dhowr talooyin ah oo ah sida ilmahaaga looga difaacayo caabuqyada marinka neefta ee ku faafa dhanka hawada.

La kulan dadka caafimaad qaba oo keliya

Dadka la kulmaya ilmaha dhallaanka ah waa in ay caafimaad qabaan. Iskailaali inaad la kulantid dad ka baxsan qoyska oo leh qufac ama diif. Waxaa sidoo kale muhiim ah in dhammaan dadka gacanta ku haya iyo kuwa la kulmaya ilmaha ay aad u ilaaliyaan nadaafadda gacmaha, micnihii inay gacmaha ku dhaqaan saabuun iyo biyo ama isticmaalaan dareeraha gacmaha ee infakshanyada ka hortaga (alkoosha gacmaha).

Haddii ay suurtagal tahay, ka ilaali in ilmuhu wakhti dheer joogo meelo dhisme gudihiis ah oo ciriiri ah halkaas oo ay dad badan ku kulmayaan inta lagu jiro xilliga deyrta iyo jiilaalka. Xilliyadaas ayaa badanaaba faafitaan weyn oo faayraska ahi ka dhacaa gudaha bulshada.

Naas nuuji haddii ay suurtagal tahay, sababtoo ah naas nuujintu waxay yaraysaa khatarta dhinaca caabuqyada marinnada neefta. Iska ilaali in ilmaha ay dhib ka soo gaarto qiiqa tobaakada.

Walaalaha waaweyn ee da'da dugsiga barbaarinta ayaa badanaaba ah kuwa ay ka timaado faafinta caabuqa neef-mareenka sare ee dhallaanka. Sidaa darteed waxaa fiican in ay iyagu gacmaha dhaqaan marka ay guriga soo gaaraan ee ka yimaadaan dugsiga barbaarinta.

Naftaada iyo ilmahaaga ka ilaali xiiqdheerta

Baakteeriyada xiiqdheerta waxay badanaaba faaftaa xilliga ugu dambeeya ee wakhtiga xagaaga iyo deyrta si halis ay ayay ugu bukoon karaan carruurta dhallaanka. Qufac wakhti dheer socda, dhibaato neefsashada ah oo halis ah iyo ku adkaanshaha in wax la cuno waxay keeni kartaa in ilmuhu u baahdo in lagu daryeelo isbitaal.

Haddii aad uur leedahay waxaa lagugula talinayaa inaad iska talaasho xiiqdheerta iyadoo aan loo eegayn xilliga ay tahay ee sanadka, waa si naftaada iyo ilmaha dhallaanka ahba looga difaaco cudurkan. Marka ilmuhu jiro 3 bilood ayaa xarunta caafimaadka carruurta ay ku casuuntaa talaalka ka hortagga xiiqdheerta.

Ka ilaali dhallaankaaga faayraska RSV

Faayraska RSV wuxuu badanaaba faafaa xilliga deyrta iyo jiilaalka oo wuxuu keeni karaa in ilmaha ay ku adkaato neefsashada, xummad/qandho iyo ku adkaanshaha in la awoodo wax cunis. Sidaa darteed dhallaan badan ayaa u baahda daryeel isbitaal si looga caawiyo neefsiga iyo cunto qaadashada.

Weli ma jiro talaal ka hortagga faayraska RS oo loogu talogalay carruurta. Laakiinse waxaa jira laba qaab oo difaac loo siin karo ilmaha dhawaan dhashay: talaal la qaato xilliga uurka ama in unugyada difaaca la siiyo ilmaha. Qaabkaas ayaa loo gudbiyaa difaac ah ka hortagga faayraska RS oo waara qiyaastii 6 bilood.

Inta lagu jiro xilliga 2025/2026 dhammaan carruurta dhalatay laga bilaabo 10 Sebtembar 2025 waxaa lagu casuumi doonaa daryeel ka hortag lehna unugyada difaaca ee monokolonala xilliga ummulidda.

Talaalyada xarunta caafimaadka carruurta waa kuwo qofku iskii u doorto waana bilaash.

Carruurta oo dhan waxaa lagu casuumaa difaaca ka hortagga dhowr cudur oo halis ah iyadoo loo marayo talaalada dhanka xarunta caafimaadka carruurta. Talaalada ku jira barnaamijka talaalka carruurta ee Iswiidhan waa kuwo qofku iskii u doorto waana bilaash. Talaalka ugu horeeyaa wuxuu bixiyaa difaaca ka hortagga calool xanuunka oo waxaa la bixiyaa isagoo ah dhibco afka lagu shubo marka ilmuhu yahay 6 toddobaad.

Si ilmahaagu u caafimaad qabo waxaa muhiim ah in la raaco talooyinka hoos ku qoran, xitaa haddii ilmuhu qaatay talaalka.

Ka ilaali dhallaankaaga (ilmaha ka yar 1 sano) caabuqa

- La kulan oo keliya dadka caafimaadka qaba.
- Dhammaan dadka la kulmaya ilmaha waa in ay gacmaha ku dhaqaan saabuun iyo biyo ama isticmaalaan dareeraha gacmaha ee infakshanyada ka hortaga.
- Ka taxaddar in ilmuhu wakhti dheer joogo meelo dhisme gudihiis ah ay dad badan ku kulmayaan inta lagu jiro xilliga deyrta iyo jiilaalka.
- Ilmahaaga talaal oo sii talaalyada ay idinku casuumayaan XCC.

Miyaad haysaa su'aalo?

Waxaad mar walba ku soo dhawaataa in aad la xiriirto xarunta caafimaadka caruurta, marka ilmuhu dhaso ama rugtaada daryeelka hooyada, adigaaga uurka leh haddii aad hayso su'aalo.

Skydda ditt spädbarn mot rs-virus och kikhosta (Somali)
Folkhälsomyndigheten 2025. Artikel 25090-7
www.folkhalsomyndigheten.se