SWINE INFLUENZA (PIG FLU)

Hargabka Xun ee Swine Flu la yidhaahdo iyo Adiga
Warbixin loogu talagalay dadka ku nool Gobolka San Diego

Waa maxay Hargabka xun ee la yidhaahdo swine flu?

Swine Influenza (swine flu) waa cudur neefasashada ee doofaarada kaas oo uu sababo nooca A ee faayraska hargabka. Hargabka xun ee swine flu wuxuu ku faafaa kuna dhacaa doofaarada. Caadi ahaan, swine flu dadka kuma dhaco, laakiin jeermiskaas cudurka dhaliya dadka wuu ku dhici karaa. Badanaaba waxaa swine flu qaada dadka ku nool meesha ay doofaaradu joogaan. Hase ahaatee, waxaa kale oo macquul ah in hargabka xun ee swine flu dadku is qaadsiiyaan ama isu gudbiyaan.

Miyuu hargabka xun ee swine flu ku dhacay dadka ku nool Gobolka San Diego ?

Dabayaaqadii bishii Maarso iyo bilowgii bishii Abriil 2009, waxaa markii koowaad hargabka xun ee swine flu lagu arkay Koonfurta Kaalifooriya iyo agagaarka San Antonio, Tekisas. Wakhtigan aan hada joogno, waxaa la soo sheegay in dad ku nool Gobolka San Diego uu hargabka xun ee swine flu ku dhacay. Xarunta Xakameynta Cudurada (CDC) iyo ha'ayadaha dawlad-goboleedka ee caafimaadku waxay si wada jir ah uga wada shaqeynayaan si arrintan ay baadhitaan ugu sameyn lahaayeen.

Miyaa la kala qaadaa faayraska hargabka xun ee swine flu?

Xarunta Xakameynta Cudurada (CDC) waxay sheegeysaa in fayaska la is qaadsiiyo, ayna dadku is qaadsiin karaan. Hase ahaatee, wakhtigan hada la joogo, lama oga sida sahlan ee faayraskan ay dadku isu qaadsiiyeen.

Maxay yihiin calaamadaha iyo astaamaha hargabka xun ee swine flu ee dadka ku dhaca?

Astaamaha hargabka xun ee swine flu ee dadka ugudhaca wuxuu la mid yahay astaamaha hargabka xun ee caadi ahaah dadka ku dhaca, waxaana ka mid ah qandho, qufac, cune xanuun, jidh xanuun, madax xanuun, dhaxan iyo daal. Waxaa la soo weriyey in hargabka xun ee swine flu uu dadka qaarkood ku keeno shuban iyo mentag. Waayadii hore, xanuun aad khatar u ah (cudurka sambabada ku dhaca ee neefta xanniba ee loo yeqaano pneumonia iyo neefsasho la'aanta) iyo dhimasho ayaa la soo sheegay in jeermiska cudurka swine flu xambaarsan uu dadka u keeno. Sida xilliga hargabka xun oo kale, swine flu wuxuu keenaa xaalado caafimaad xumo oo aad khatar u ah.

Sidee buu khatar u yahay jeermiska cudurka ee swine flu?
Sida xilliga hargabka xun, swine flu dadka ku dhaca wuu ka heerar kala duwan yahay mid sahlan iyo mid khatar ah ayuu u kala baxaa. Intii u dhexeysay sannadkii 2005 ilaa iyo Janaayo 2009, wuxuu hargabka xun ee swine flu la yidhaahdo ku dhacay 12 qof oo dalka Maraykanka ku nool, kaas oo aan keenin wax dhimasho ah. Hase ahaatee, jeermiska cudurka swine flu wuxuu noqon karaa mid khatar ah. Bishii Sebtember 1988, ayaa qof dumar ah uur leh, kuna nool gobolka Wisconsin horeyna uu caafimaadkeedu u wanaagsanaa ayaa waxaa isbitaalka loo seexiyey cudurka sambabada ku dhaca ee neefta xanniba ee loo yeqaano pneumonia, kaas oo ay ka qaaday jeermiska cudurka la yidhaahdo swine flu, 8 maalmood kedibna wey dhimatay. Sannadkii 1976 ayaa cudurka swine flu wuxuu ku faafey Fort Dix, New Jersey, kaas oo in ka badan 200 oo kiis oo xanuun khatar leh u keenay dad badan, kedibna hal qof ayaa u dhintay.

Sidee baad ku qaadi kartaa swine flu?
Laba siyaabood ayaad swine flu ku qaadi kartaa:

- Doofaar qaba jeermiska cudurka ama be'eyada ay ka buuxdo faayraska swine flu.
- Qof qaba swine flu marka aad la kulantid. Waxaa kale oo la caddeeyey inay dadku swine flu isu gudbin karaan, sida xilliga hargabka xun la isugu gudbiyo si la mid ah. Hargabka waxay badanaaba dadku isu qaadsii karaan marka ay qof jeermiska cudurka qaba uu ku qufaco ama ku hindhiso qof kale.

Miyey jiraan dawooyin lagu daweyn karo swine flu?
Haa. Xarunta Xakameynta Cudurada (CDC) waxay ku talineyaa in la isticmaalo dawooyinka oseltamivir ama zanamivir si loo daweeyo ama looga hortego jeemiska cudurka ee fayraska swine flu. Dawooyinka ka hortega faayraska (Antiviral drugs) waa kuwo uu dhakhtar qoro si ay ula dagaalanto in faayraska hargabka xun uu jidhka ku faafo. Noocyada dawooyinkaasna waa kiniiniyo, sharoobo ama walax sanka laga jiido. Haddii aad xanuunsato, dawooyinka ka hortega faayraska (Antiviral drugs) xanuunka wey kaa yareyn karaan, kedibna si dakhso ah ayaad u bogsaneysaa. Waxay kale oo ka hortegeyaan khatarta xun ee hargabku keeni karo. Dawooyinka ka hortega faayraska (Antiviral drugs) waxay u fiican tahay haddii qaadashadooda la bilaabo kedib marka la xanuunsado (2 maalmood gudahood marka astaamahooda la isku arko).

Qofku ilaa intee marka uu qabo swine flu ayuu dadka kale qaadsiin karaa?
Dadka qaba jeermiska cudurka ee faayraska hargabka swine waa in loo qaataa inay cudurka dadka kale qaadsiin karaan laga bilaab 7 maalmood kedib marka ay xanuunsado. Carruurta, khaas ahaan carruurta yar yar, muddo inta ka dheer ayey ku qaadsiin karaan.

Sidee baan isaga ilaalin karaa inuusan cudurkaasu igu dhicin?
Ilaa iyo hada lama hayo talaal lagaga hortegi karo cudurka swine flu. Waxaa jira talaabooyin maalin kasta la qaadi karo si aad isaga ilaalisid inuu faafo

jeermiska keenaya xanuunka neefsashada sida hargabka oo kale. Si aad caafimaadkaaga u ilaalisid waa inaad talaabooyinka soo socda maalin kasta sameysaa:

- Marka aad qufacaysid ama aad hindhisooneysid waa inaad sankaaga iyo afkaagaba warqad khafiif ah ku dabooshaa. Iska tuur warqada khafiifka ah marka aad isticmaashid kedib.
- Inta badan waxaad gacmahaaga ku meydhaa saabuun iyo biyo, khaas ahaan, marka aad qufacdo ama aad hindhisto kedib. Waxaa kale oo wanaagsan walxaha gacmaha lagu nadiifiyo ee alkoolada leh.
- Waxaad isku deydaa inaad ka fogaatid qofka xanuunsaneya.
- Haddii uu hargab kugu dhaco, Xarunta Xakameynta Cudurada (CDC) waxay kugula talineysaa inaad guriga isak joogtid oo aadan shaqo iyo dugsi toona tegin, isla mar ahaantaasna, aad dadka ka fogaatid si aadan jeermiska u qaadsiinin. Waxaad iska ilaalisaa taabashada indhahaaga, naskaaga iyo afkaaga. Sidaas ayey jeermisku ku faafaan.

Maxaan smeyn karaa haddii aan xanuunsado?

Haddii aad ku nooshahay Gobolka San Diego oo uu cudurka hargabku kugu dhaco, kaas oo leh astaamaha ay ka mid yihiin qandho, jidh xanuun, duuf sanka ka soo dareera, cune xanuun, yalaalugo, ama mentag ama shuban, waa inaad la xidhiidhaa ha'ayada caafimaadkaaga daryeesha, khaas ahaan haddii aad astaamahaas aad uga walbahaarsan tahay. ha'ayada caafimaadkaaga daryeesha, ayaa go'aan ka gaadhi doonta haddii loo baahan yahay in hargabka lagaa baadho ama in lagaa daweeyo.

Haddii aad xanuunsato, waa inaad guriga iska joogtaa, isla mar ahaan taasna, inta macquulka ah iska ilaalisaa inaadan cudurkan dadka kale qaadsiinin.

Haddii aad xanuunsato oo aad isku aragtid mid ka mid ah calaamadahan soo socda, waa inaad raadsataa daryeel caafimaad oo deg deg ah.

Carruurtu claamadaha ay daryeel cafimaad oo deg deg ah ku raadsan karaan waxaa ka mid ah:

- Inaad si deg deg ah u neefsatid ama ay neeftu ku dhibto
- Midabka jidhkaaga ama hargaaga oo buluug isu beddela
- Aad dareere (biyo) kugu filan cabi weydo
- Aad toosi weydo ama aad dadka dhex geli weydo
- Marka jidhka ilmaha uu cuncuneyo oo uusan rabin in la qabto
- Marka astaamaha hargabka xun laga yaraha roonaado, laakiin ay qandho iyo qufac xun kugu soo noqoto
- Qandho busbus leh

Dadka waa weyn, claamadaha ay daryeel cafimaad oo deg deg ah ku raadsan karaan waxaa ka mid ah:

- Neefsashada oo dhibta ama neefsashada oo ku yaraata
- Xanuun ama cadaadis ku yimaada shafka iyo caloosha

- Dawakhaad kadis ah
- Jaah wareer
- Si xun oo isdaba joog ah u mentegid

Miyaan hargabka swine ka qaadi karaa cunitaanka ama diyaarinta hilibka doofaarka?
Maya. Faayrasyada cudurka swine cuntada la cuo kuma faafo. Cunitaaanka aad cuntid hilibka doofaarka ama walx laga sameeyey doofaarka laguma qaadi karo hargabka swine. Cunitaanka hilibka doofaarka oo si wacan loo kariyey waxba lagama qaado.

Wixii warbixin dheeraad ah oo ku saabsan hargabka swine flu waxaadka heli kartaa www.cdc.gov/flu/swine, ama adiga oo waca 1-800-CDC-INFO.