

JOOJIYO FAAFIDA



BOSTON
PUBLIC
HEALTH
COMMISSION



Ka hortagga jirooyinka neefsashada waa la mid. Si looga caawiyo ka hortagga caabuqyada:

LA SOCOD TALLAALKA COVID-19 IYO HARGABKA.



GURIGA JOOGA MARKA AAD JIRO DAREENTO.

WAYDII ADEEG
BIXIYAHAAGA
DARYEELKA
CAAFIMAADKA
WAX KU SAABSAN
BAARITAANKA IYO
IKHTIYAARAHA
DAAWAYNTA.



KU CELCELI SIXADA GACANTA EE SAXDA AH.

KU DHAQ
GACMAHA INTA
BADAN SAABUUN
IYO BIYO UGU
YARAAN 20
ILBIDHIQSI.



NADIIFI OO JEERMISKA KA DINL "TAABASHO SARE" OOGOYINKA INTA BADAN.

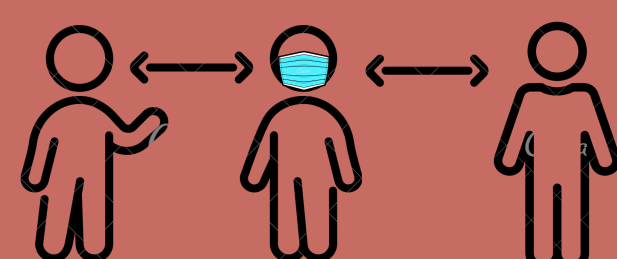


DABOOL SANKAAGA IYO AFKA.

ISICMAAL TIISHKA
MARKA AAD
QUFACAYSO AMA
HINDHISAYSO.



KA FEKER XIDHASHDA
MAASKARAHA SI WANAAGSAN
KUU LEEG MEELAHA GUDAHA
AH EE CIDHIIDHIGA AH.



FAYRASKA MARINKA NEEFSASAHA (RSV)



WAA MAXAY RSV?

Fayraska caabuqa ee neef mareenka, ama RSV waa fayraska guud ee neefsashada ee sababaya astaamaha hargabka oo kale ah.

ASTAAMAHA

Astaamaha RSV waxay samaysmaa 4-6 maalmood ka dib marka la qaado, oo badanka carruurta iyo dadka waa wayn, **waxay shabahdaa hargab** - tan badanka waxaa ku jira:



- Qufac
- San duuf leh
- Xumada
- Waayida
- Abateedka
- Xanuunka Jidka
- Dareemida Daal
- Cod xiiq leg
- Hindhiso



KA ILAALI NAFTAADA RSV

- Waxaa jira tallaabooyin muhiim ah oo qof kastaa uu qaadi karo si uu u caawiyo ka ilaalinta faafifa RSV iyo fayrasyada kale ee neefsashada, ay ku jiraan:
 - Ku dabooshaa qufacaaga iyo hindhisada tiisjka ama gacanta shaadhkaaga, may gacmahaaga
 - Ku dhaq gacmahaaga inta badan saabuun iyo biyo ugu yaraan 20 ilbidhiqsi
 - Iska ilaali taabashada kuw akale, sida dhunkashada, gacan qaadista, iyo ku wadaagida koobabka iyo weelka wax lagula cuno
 - Nadiifi oogoooyinka inta badan la taabto sida albaabka halka la qabsado iyo qalabyada moobilka
 - Ku nadiifi boombalooyinka la wadaago maalin kasta gudaha mashiinka dhaqida suxuunta ama saabuun iyo biyo kulul si la isaga ilaaliyo sun kasta.

GOORMA DHAKHTAR LOO YEEDHAYAA?

- Nasiib wanaag, badanka dadku waxay ka bogsadaan caabuqa RSV iskooda; si kastaba aha haatee, wac dhakhyarkaaga toos **ama raadso daryeelka gurmada haddii qofku uu qabo astaamaha soo socda oo kasta:**
 - Qandho badan, joogto ah (101.3 F [38.5 C] ama ka badan).
 - Dhibta neefsashada, sida gaaban, degdeg, iyo neefta gaaban ama dib u noqod, halka xabadku goto oo calooshu ballaadhato neefsasho kasta.
 - Calaamadaha fuuq baxa
 - Diidista kalkaalnta ama dhalo ku quudinta.
 - Cadho iyo dhaqaaq la'aan aan caadi ahayn
 - Hareeraha dibnaha iyo faraha caaradooda oo buluug noqda

Waxa aad Ubaahantahay inaad Ogaato:

FAYRASKA MARINKA NEEFSASHADA (RSV)

Waa maxay RSV?

- Fayraska caabuqa ee neef mareenka, ama RSV waa fayraska guud ee neefsashada ee sababaya astaamaha hargabka oo kale ah.
- Marka qof kasta uu qaadi karo RSV, waa sababta ugu badan ee caabuqyada neefsashada hoose, sida bararka sambabka iyo oof wareenka, carruurt aka yar 1 sano jir.
- Dadku caadi ahaan faafin karaan 3 ilaa 8 maalmood oo waxay noqon karaan kuwa faafinaya maalin ama labba ka hor inta aanay bilaabin muujinta calaamadaha jirada.

Waa maxay astaamaha RSV?

Badanka dadka qaba RSV waxaa ku dhaca astaamaha 4-6 maalmood ka dib marka ay ku dhacaan. Astaamaha badanka carruurta iyo dadka waa wayn **waxay shabahaan hargab** oo badanka guud ahaaneed waxaa ku jira:

- Qufac
- Xumada
- Xanuunka Jidka
- Cod xiiq leg
- San duuf leh
- Waayida Abateedka
- Dareemida Daal
- Hindhiso

Goorma dhakhtar loo yeedhayaa?

Nasiib wanaag, badanka dadku waxay ka bogsadaan RSV caabuqa ah iskeedo. Astaamaha RSV caadi ahaan waa markoodii ugu xumayd maalmaha 3 ilaa 5 jirooyinka. Toos u wac dhakhtarkaaga ama **raadi daryeelka gurmada ah haddii adiga ailmahaagu uu qabo wax astaamaha soo socda ah:**

- Qandho badan, joogto ah (101.3 F [38.5 C] ama ka badan).
- Dhibta neefsashada, sida gaaban, degdeg, iyo neefta gaaban ama dib u noqod, halka xabadku goto oo calooshu ballaadhato neefsasho kasta
- Calaamadaha fuuq baxa
- Cadho iyo dhaqaaq la'aan aan caadi ahayn
- Diidista kalkaalnta ama dhalo ku quudinta
- Hareeraha dibnaha iyo faraha caaradooda oo buluug noqda



Sidee RSV looga hortaggi karaa?

Waxaa jira tallaabooyin muhiim ah oo qof kastaa uu qaadi karo si uu u caawiyo **ka ilaalinta faafifa RSV iyo fayrasyada kale ee neefsashada**, ay ku jiraan:

- Ku dabooshaa qufacaaga iyo hindhisada tiisjka ama gacanta shaadhkaaga, may gacmahaaga
- Ku dhaq gacmahaaga inta badan saabuun iyo biyo ugu yaraan 20 ilbidhiqsi
- Iska ilaali taabashada kuw akale, sida dhunkashada, gacan qaadista, iyo ku wadaagida koobabka iyo weelka wax lagula cuno
- Nadiifi oogooyinka inta badan la taabto sida albaabka halka la qabsado iyo qalabyada moobilka
- Ku nadiifi boombalooyinka la wadaago maalin kasta gudaha mashiinka dhaqida suxuunta ama saabuun iyo biyo kulul si la isaga ilaaliyo sun kasta

Goorma ayay dadku ku noqon karaan shaqada/dugsiga?

Dadka waa wayn iyo carruurta lagu aqoonsaday RSV waa inay guriga joogaan ilaa ugu yaraan **24 saacadood ka dib marka qandhaddo ay qarsoonto iyagoon isticmaalin dawo**. Si kastababa ha ahaatee, haddii xarumaha daryeelka carruurta ama xarumo kale ay hayaan wadar jirooyinka, waxay waydiin karaan dadka inay sii joogaan wakhti dheer guryaha (5+ maalmood ka dib jirada).

Su'aalaha dheeraadka ah, walaacyada, ama hagitaanka soo wac BPHC's Infectious Disease Bureau lambarka 617-534-5611.