

## Bakteeriyada Dhuun xanuunka (Bakteeriyaaalka) Strep Throat (Bacterial) (Somali)

Waxaa jiro labo jeermis oo kala duwan oo sababa dhuun xanuunka - fayrasyada iyo bakteeriyada. Marka dhuun xanuunku uu si degdeg ah ku billoowdo, waxaa laga yaabaa inuu sababay bakteeriyada *streptococci* (strep-tuh-**kaak**-sai), ama strep. Bakteeriyada Dhuun xanuunku wuxuu ku badan yahay da'da dugsiga, laakin qof walba wuu qaadi karaa.

- Bakteeriyada Dhuun xanuunku wuxuu ku faafi karaa dadka kale. Waa cudur faafa.
  - Jeermisku dhuun xanuunka keena wuxuu ku dhex jiraa sanko iyo dhuunta. Marka qofka caabuqa qaba uu qufaco, hindhiso, ama hadlo, jeermisku hawada ayuu galaa. Markaas kadib wuxuu neefta u raaci doonaa dadka kale.
  - Jeermisyadu sidoo kale waxay ku dul dhici karaan alaabaha qofka ayaa qaadi kara marka uu taabto alaabtaas.
- Bakteeriyada Dhuun xanuunka waa ay fududahay in la daaweeyo.
  - Bakteeriyada aan la daaweyn waxay waxyeelo u geysan kartaa jirka. Haddii jirku dagaal kala hortago bakteeriyada, waxay keeni kartaa cudur loo yaqaan xanuunka laga qaado bakteeriyada dhuunta. Xanuunka laga qaado bakteeriyada dhuunta wuxuu sababi karaa xanuun badan iyo bararka kala-goysyada, nooc gaar ah ee nabraha, waxyeelada kalyaha, ama waxyeelada wadnaha ah.
  - **Billoow daawada anti-bayootiga ah sida ugu dhaqsiiyaha badan si aad waxyeelo oga ilaaliso jirka.**
- Dadka laga helo bakteeriyada dhuunta laakiin aan muujin astaamaha waxaa loo yaqaan dadka qaba cudurka hiddaha ah. Hiddo sidayaasha cudurka:
  - Badanaa ma qaataan daawada anti-bayootiga ah. Haddii cunugaagu qabo dhuun xanuun aadna ogtahay inuu qabo bakteeriyada hiddo sida ah, dhakhtar ama daryeel bixiye caafimaad ayaa daaweyn doona cudurkiisa sida fayraska.

- Waxay u badan tahay inay qaadi doonaan cudur xun ama ay bakteeriyada ku faafin karaan dadka kale.
- Waxay mar walba qabi doonaan bakteeriyada dhuunta xataa marka ay qaataan daawada anti-bayootiga ah. Carruurta ugu badan sida 1 kamid ah 5 tii carruur ayaa “qaba bakteeriyada dhaxalka ah.”

## Aastaamaha

Canuga qaba bakteeriyada dhuunta wuxuu lahaan karaa aastaamaha qaar kamid ah:

- Dhuun gaduudan, xanuun ah
- Baro cad ee gadaasha dhuunta, qanjirada, ama carabka
- Carabka gaduud cadaanka ah
- Baro yaryar oo kuyaala qaybta kore ee afka
- Nabaro gaduudan, sida maruubka jirka (jirada bakteeriyaha)
- Calool xanuun, oomateed la'aan, lalabo ama matag, gaar ahaan carruurtaada yaryar
- Qandho
- Qanjirada qoorta bararsan, adag
- Dhibaataada liqitaanka
- Madax xanuun, wareer
- Jiifida si ka badan caadi ahaanta

## Ogaanshaha Cudurka

Dhakhtarka ama daryeel bixiyaha caafimaad ayaa qiimeyn ku sameyn doona cunugaaga, wuxuuna waydiin doonaa astaamaha iyo calaamadaha, iyo baaritaanka bakteeriyada.

- Waxaa jira 2 baaritaan oo lagu oggaado bakteeriyada dhuunta. Labada baaritaanba waxaa loo adeegsadaa isla nooca suufka muunada. Dhaqtarka ama bixiyaha daryeelka caafimaad ayaa ku buraashayo 1 ama 2 jeer suufka muunada gadaasha dhuunta. Canugaaga waxaa laga yaabaa inuu hungooda waxyar.
  - Baaritaanka bakteeriyaha dhuunta degdega ah (baaritaanka antijiinka degdega ah). Waxay qaadataa illaa 30 daqiiqo si loo helo natiijooyinka baaritaanka bakteeriyaha dhuunta ee degdega ah. Waad joogeysaa illaa aad ka helayso natiijooyinka.
  - Baaritaanka dhuunta – Mararka qaar baaritaankaan oo kaliya ayaa la sameeyaa. Suufka muunada ah waxaa loo diraa sheybaarka si baaritaan loogu sameeyo. Waxay qaadataa 1 illaa 2 maalmood inaad ku heshid baaritaanada. Sheybaarka ayaa ogeysiinaayo dhaqtarka canugaaga ama bixiyaha daryeelka caafimaadka, kaas oo kadib ku ogyesiiyo natiijooyinka.
- Baaritaanka dhuunta ee muujiya bakteeriyada ama baaritaanka dhuunta ee cudurka sheega waxay la micno tahay in cunugaagu qabo bakteeriyada dhuunta ee ay sababtay bakteeriyada halista ah.

## Daaweynta la adeegsado anti-bayootiga

- Haddii cunugaagu helo natiiyo muujinaysa inuu qabo bakteeriyada, wuxuu bilaabi doonaa inuu cuno daawada anti-bayootiga ah isla markiiba, ee laga qaato afka ama lagu qaato cirbada.
- U sheeg dhakhtarka cunugaaga ama daryeel bixiyahaaga caafimaadka haddii cunugaagu xasaasiyad ku qabo maadada penicillin. Haddii uu ku qabo, wuxuu u baahan doonaa inuu qaato daawo qalaji oo kale.
- Cunugaagu waa inuu dhammaan daawooyinka u qaato sida loogu soo qoray, uusan joojin, xataa haddii uu bilaabo inuu dareemo caafimaad (Sawirka 1 aad). Joojinta daawada waqti hore, qaadashada cadad badan, ama ka boodida kuurooyin waxay sababi kartaa in daawada anti-bayootiga aysan waxba tarin. Waxtar la'aanta daawada waxaa loola jeedaa inay adkaan doonto in la dilo jeermiska. Mararka qaar caabuqa gabi ahaanba lama daaweyn karo.
- Daawada anti-bayootiga ah waxay keeni kartaa waxyeelo caafimaad sida shuban ama nabaro.
- Canugaagu waa inuu bilaabaa dareemida caafimaad muddo 1 illaa 2 maalmood ah.



**Sawirka 1 aad** Waa muhiim in dhammaan daawooyinka loo qaato sida loo soo qoray, ayadoon aan la joojin, xataa haddii cunugaagu dareemo caafimaad.

## Sida loo Daryeelo Canugaaga

Waxaa jira waxyaabo aad ka caawin karto cunugaaga si uu caafimaad u dareemo.

- Sii cabitaano badan, sida biyo, Pedialyte<sup>®</sup>, cabitaanka tufaaxa, ama jalaato. Sii tiro yar oo biyo ah inta badan (Sawirka 2 aad).
- Sii cuntooyinka jilicsan ee sahlan in la liqo, sida juuska tufaaxa, baradho la shiiday, mishaarida kulul ama ukun. Canugaaga laga yaabaa inuusan raboon inuu cunno kuwa badan ee waxyeeladeeda la liqayo.
- So loo nafisiyo dhuun xanuunka, sii:
  - Carruurta **da'doodu ka wayn tahay 1**, sii cabitaan diiran sida biyo shaax dabiici ah oo leh malab, ama cabitaanka tufaaxa. Ha siin malab carruurta da'doodu ka yar tahay



**Sawirka 2 aad** Sii canugaaga biyo badan si uu in badan u cabo, badanaa.

1 sano. Carruurta qaarkood, waxaa dejin kara qaboowga ama jalaatada.

- Carruurta **ka wayn 4 sano**, sii daawada dhuun xanuunka ama qufaca ama sii daawada lagu buufiyo dhuunta. Aqri summada lagu ogaanayo garoojada saxda ah ee canugaaga. Ha isticmaalin buufinada dhuunta ee wato benzocaine, sida midaan ay sababi karto falcelinta daawada.
- Carruurta **ka weyn da'da 6 sano ee awooda inay luqluqdaan ayagoon laqin**, isku darka  $\frac{1}{2}$  qaado oo cusbo ah oo ah 8 waqiyadood oo biyo qandac ah. U oggoloow inuu sameeyo cod uuna ku luqluqdo iskudarka 2 illaa 3 mar maalintii muddada dhowrka maalmood ee xigga ah. Ha u ogolaan in canugaaga liqo biyaha cusbada leh; hana iska tufo.
- Marka uu dareemaayo qandho ama dhuun xanuun, sii acetaminophen (sida Tylenol®) ama ibuprofen (Advil®, Motrin®) adoo u siinaya qaabka dhakhtarku kuugu soo qoray. Aqri summada lagu ogaanayo garoojada saxda ah ee canugaaga. Ha siin aspirin ama waxyaabaha wata aspirin.

## Sida Ioo Ilaaliyo Dadka Kale

- Ka illaali canugaaga dadka kale muddo dhan 12 saacadood kadib marka aad u billoowdo siinta anti-bayootiga.
- Gacmo dhiqista wanaagsan AAD bay muhiim u tahay. Nadiifi gacmahaaga iyo gacmaha cunugaaga badanaa idinkoo isticmaalaya ssaabuun iyo biyo. Dhaq gacmaha 15 illaa 20 ilbiriqsi, ama isla tirada waqtiga ay qaadata in lagu heeso heesta Dhalasho Wanaagsan. Haddii saabuun iyo biyo aan la heli karin, gacma nadiifiye aalkolo ka samaysan kaasoo ay kujirto ugu yaraan 60% aalkolo ah ayay tahay in la isticmaalo. Ismarmari gacmaha ilaa ay qalalaan daboolna afka cunugaaga marka uu qufacaayo ama hindhisaayo. Isla markiiba tuur xaashida.
- Ha wadaagin koobabka cabitaanka ama maacuunta cunista.
- Haddii qof ku jiro qoyska uu ku dhaco bakteeriyada dhuunta, waa inuu baaraa dhaqtarkooda ama bixiyaha daryeelka caafimaadka si ay u arkaan haddii ay qabaan bakteeriyaha dhuunta.
- U sheeg kalkaalisada iyo macalinka cunugaaga haddii uu qabo bakteeriyada dhuunta. Dugsigu wuxuu u baahan yahay inuu oggaado si ay waalidiinta kale u sheegaan inay ilmahooda ka fiiriyaan astaamaha.
- Canugaaga waa inuu joogaa guriga uusana aadin dugsiga ama xarunta daryeelka illaa uu ka qaato daawada anti-bayootiga ah muddo 12 saac iyo uusana laheyn qandho.

## Goorta ay tahay in la waco dhakhtarka ama Daryeel Bixiyaha Caafimaadka

Wac dhakhtarka cunugaaga ama daryeel bixiyahaaga caafimaadka haddii cunugaagu bilaabay inuu qaato daawada anti-bayootiga ah uuna:

- Yeesho nabaro ama shuban.
- Dareemo dhuun xanuun sii jirta muddo ka badan 3 maalmood.
- Cani karin cunto, waxna cabi karin, uuna muujinaayo astaamaha biyo la'aanta jirka (haddii jirkiisu muujiyo qalayl).
  - Saxaroon (kaadin) muddo 6 saac ah ama kasii badan. Kaadiyo kaadi madoow ah.
  - Qalalo afkiisa, noqda mid adag.
  - Uusan tamar lahayn (awoodi yari) ama uu hurdada kasoo kici waayo.
- Bilaabo dhareer, uusan hadli karin ama codkiisa jilco.
- Dareemo qandho (hoos fiiri).

Da'da	Wac haddii heerkulka jirta uu yahay ama aad dareento qandho
Carruurta ka yar 3 billood	– 100.4° Fahrenheit (F) ama 38° Celsius (C) ama in kasii badan
Carruurta ka wayn 3 billood	– 104° F (40° C) ama in kasii badan – Ka badan 102° F (38.9° C) muddo ka badan 2 maalmood ama haddii uu soo noqnoqdo – La daaweeyay si loo xakameeyo qandhada, laakiin aysan shaqeyn

Da' kasta - Wac haddii aad dareento qandho iyo:	
– Haddii ilmuhu qabo nabaro aan caadi ahayn.	– Haddii uu u muuqdo inuu xanuunsan yahay, caajir, ama dareemaayo dawakhsanaan
– Joogay meel aad u kulul, sida gaari aad u kulul.	– Haddii uusan wax cuneyn ama wax cabbeen uuna muujinaayo astaamaha in jirkiisu biyaha ku yar yihiin - afku qalalo ama adkaato, haddii uu muujiso indho taagni, kaadi madoow ah, xafaayad qalalan, ama haddii uusan kaadinba.
– Haddii qoortiisa adkaato, uu dareemo madax wareer xun, dhuun xanuun, calool xanuun, matag, ama shuban.	– Haddii uu qabo dhibaato la xariirta nidaamka difaaca jirka uuna u muuqdo inuu la xanuunsan rabo, cudurka saameeya unugyada dhiiga cas ama kansar, ama haddii uu qaato daawooyin la ciifiya nidaamka difaaca jirka.