

Bakteeriyyada Dhuun xanuunka (Bakteeriyaalka)

Strep Throat (Bacterial) (Somali)

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

- Bakteeriyyada Dhuun xanuunku wuxuu ku faafi karaa dadka kale. Waa cudur faafa.
 - Jeermisku dhuun xanuunka keena wuxuu ku dhex jiraa sanka iyo dhuunta. Marka qofka caabuqa qaba uu qufaco, hindhis. 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.
- Bakteeriyyada Dhuun xanuunka waa ay fududahay in la daaweyyo.
 - Bakteeriyyada aan la daaweyn waxay waxyeelo u geysan kartaa jirka. Haddii jirka ka falceliyo bakteeriyya, wuxuu u hogaamin karaa cudur la yiraahdo qandhada bararka. Xanuunka laga qaado bakteeriyyada 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 dhaqsiyaha badan si aad waxyeelo oga ilaalso jirka.**
- Dadka laga helo bakteeriyyada 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 bakteeriyyada hiddo sidaha ah, dhakhtar ama daryeeli bixiye caafimaad ayaa daaweyn doona cudurkiisa sida fayraska.
 - Waxay u badan tahay inay qaadi doonaan cudur xun ama ay bakteeriyyada ku faafin karaan dadka kale.
 - Waxay mar walba qabi doonaan bakteeriyyada dhuunta xataa marka ay qaataan daawada anti-bayootiga ah. Carruurta ugu badan sida 1 kamid ah 5 tii carruur ayaa “qaba bakteeriyyada dhaxalka ah.”

Aastaamaha

Canuga qaba bakteeriyyada 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 bakteeriyyaha)
- Calool xanuunka, cunista liidato, lalabo, ama matagida, gaar ahaan carruurta yaryar
- Qandho
- Qanjirada qoorta bararsan, adag
- Dhibaatada liqitaanka
- Madax xanuun, wareer
- Jiifida si ka badan caadi ahaanta

Cudur aqoonsashada

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

- Waxaa jira 2 baaritaan oo lagu oggaado bakteeriyyada dhuunta. Labada baaritaanba waxaa loo adeegsadaa isla nooca suufka muunada. Dhaqtarka ama bixiyaha daryeelka caafimaad ayaa ku burashayyo 1 ama 2 jeer suufka muunada gadaasha dhuunta. Canugaaga waxaa laga yaabaa inuu hungooda waxyar.
 - Baaritaanka bakteeriyyaha dhuunta degdega ah (baaritaanka antiijinka degdega ah) – Waxay qaadataa illaa 30 daqiiqo si loo helo natijjooyinka baaritaanka bakteeriyyaha dhuunta ee degdega ah. Waad joogeysaa illaa aad ka helayso natijjooyinka.
 - 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 ogyesiyo natijjooyinka.
- Baaritaanka dhuunta ee muujiya bakteeriyyada ama baaritaanka dhuunta ee cudurka sheega waxay la micno tahay in cunugaagu qabo bakteeriyyada dhuunta ee ay sababtay bakteeriyyada halista ah.

Ku daaweynta Qalajiyaha

- Haddii canugaaga uu qabo baaritaanka dhuunta ee laga helay, waxay bilaabayaan qaadashada daawada qalajiyaha islamarkiiba oo afka aa cirbad ahaan.
- 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.

- Canugaaga waa inuu u qaataa dhammaan daawooyinka sida loogu qoray isaga oo aan joojin, xittaa haddii ay bilaabaan inay fiicnaan dareemaan (Sawirka 1).
Joojinta daawada waqtii 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 waxyelo caafimaad sida shuban ama nabaro.
- Canugaagu waa inuu bilaabaa dareemida caafimaad muddo 1 illaa 2 maalmood ah.

Sida loo Daryeelo Canugaaga

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

- Sii dareere badan sida biyaha, Pedialyte®, juuska tufaaca la qasay, ama jalaato. Sii tiro yar oo biyo ah inta badan (Sawirka 2).
- Sii cuntooyinka jilicsan ee sahlan in la liqo, sida juuska tufaaxa, baradho la shiiday, mishaarida kulul ama ukun. Canugaaga laga yaabaa inuuusan 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 1 sano. Carruurta qaarkood, waxaa dejin kara qabowga 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.



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



Sawirka 2 Sii canugaaga biyo badan si uu in badan u caboo, badanaa.

- Qandhada ama xanuunka dhuunta, usii acetaminophen (Tylenol®) ama ibuprofen (Advil® ama Motrin®) sida laguu tilmaamay. Aqri summada lagu ogaanayo garoojada saxda ah ee canugaaga. Ha siin aspirin ama waxyaabaha wata aspirin.

Sida loo Ilaaliyo Dadka Kale

- Ka fogeey canugaaga dadka kale oo 12 saacadood kadib markii ay bilaabaan qalajiyaha.
- Gacmo dhaqashada wanaagsan **aad** ayay muhiim u tahay! Nadiifi gacmahaaga iyo gacmaha cunugaaga badanaa idinkoo isticmaalaya ssaabuun iyo biyo. Dhaq 15 illaa 20 ilbiriqsi, ama waqtiga ay qaadato in la heeso “Farxad 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. Ismari gacmaha illaa ay ka qalalaan. Ha daboosho canugaaga afkiisa markii ay qufacayaan ama hindhisayaan. Iska tuur istiraashooyinka islamarkaasba.
- Ha wadaagin koobabka cabitaanka ama maacuunta cunista.
- Haddii uu qof ku jiro qoyska ku dhaco dhuun xanuun, waa inuu ka baaraa dhuunta dhaqtarkooda ama bixiyaha daryeelkooda caafimaadka.
- U sheeg kalkalisada iyo macalinka cunugaaga haddii uu qabo bakteeriyyada 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.
- Uu qabo dhuun xanuun socdaa wax ka badan 3 maalmood, bilowdid dhareerid, aadan hadli karin, ama codka noqdo mid liito.
- Uusan cuni karin ama cabi karin ama muujiyo aastaamaha inuu fuuqbaxay (fuuqbixida). Aastaamaha fuuqbixida:
 - Uusan kaadin (kaadinta).
 - Kaadiyo kaadi madoow ah.
 - Dhallaanka cusub (0 illaa 4 bilood oo da'da ah) wuxuu leeyahay wax ka yar 6 xafaayad oo qoyan maalintiiba.
 - Aan ilin ka imaanaynин markuu oynayo.

- Canuga (4 bilood ama ka weyn) wuxuu leeyahay wax ka yar 3 xafaayad qoyan maalintii ama kaadiyaa wax ka yar 3 jeer maalintiiba.
- Af qalalan ama dhagdhag ah.
- Neefsiga adag ama degdega ah.
- Ku adag kacitaanka (itaal daran), u dhaqmaa mid jahwareersan ama uusan garaneyn waxa ay sameynayaan.
- Dareemo qandho (hoos fiiri). Iisticmaal cabiraha dhijitaalka oo wada dhaq isticmaal walba kadib.

Da'da	Wac haddii heerkulka jirta uu yahay ama aad dareento qandho
Carruurta ka yar 3 billood	<ul style="list-style-type: none"> – 100.4° Fahrenheit (F) ama 38° Celsius (C) ama in kasii badan
Carruurta ka wayn 3 billood	<ul style="list-style-type: none"> – 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 daaweyay si loo xakameeyo qandhada, laakiin aysan shaqeeyn
Da' kasta - Wac haddii aad dareento qandho iyo:	
<ul style="list-style-type: none"> – Haddii ilmuuhu qabo nabaro aan caadi ahayn. – Joogay meel aad u kulul, sida gaari aad u kulul. 	<ul style="list-style-type: none"> – Haddii uu u muuqdo inuu xanuunsan yahay, caajir, ama dareemaayo dawakhsanaan. – 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.
<ul style="list-style-type: none"> – Uu qabo qoor adag, madax xanuun daran, dhuun xanuun aad ah, calool xanuun daran, matagid, ama shuban. 	<ul style="list-style-type: none"> – 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.