

Gawracato Croup (Somali)

Gawaratadu waa jirro uu keeno fayras kaas oo laga yaabo inuu ku bilaabmo hargab ahaan. Waxay ka dhigtaa tuubada hawo-mareenka (trachea) iyo sanduuqa codka (larynx) inay bararaan oo ay cariiri noqdaan. Tani waxay adkeyneysaa inay hawadu gaarto sambabada.

Gawracatadu waxay imaan kartaa wakhti kasta oo sanadka ah, laakiin waxay ku badan yahay dayrta iyo jiilaalka. Badanaa waxay saamaysaa carruurta da'doodu u dhaxayso 6 bilood ilaa 10 sano. Gawracatadu waa la kala qaadaa. Taas macnaheedu waa inay ku faafi karto dadka kale. Canuga wuxuu ku dhici karaa dhuun bararka ka badan hal jeer.

Waxaad Maqli Doontid Oo Aad Arki Doontid

Marka hore, ilmahaagu waxa laga yaabaa in uu sanku xirmo ama diif leeyahay iyo qandho hoose. Marka hawo-mareenka iyo larynx-ku bararaan oo ilmahaagu neefsado, waxaa laga yaabaa inaad:

- Maqasho qufac qafiif ah, cod xabeeb ah, oohin, neefsasho dhawaaq leh, ama dhawaaq dhuuban (stridor).
- Aragto iyaga oo dhaqso u neefsanaya ama xabadka oo isku godmaya. Godmiddu waa marka maqaarka qoorta ama feeraha cunugga oo gudaha gala marka uu neefsanayo.
- Aragto iyagoo baqaya ama xanaaqsan.

Waxa la Sameeyo

Ma jirto dawo lagu daweyo fayraska, laakiin waxaad samayn kartaa waxyaabo aad ilmahaaga kaga caawiso inuu si fudud u neefsado oo uu u dareemo nafis.

- Isdeji, oo isku day inaad dejiso ilmahaaga. Oohinta iyo walbahaarka waxay kicin karaan qufac.

- Sii ilmahaaga dareereyaal uu marar badan cabbo. Tani waxay kaa caawin doontaa inaysan ahaan kuwa fuuqbaxsan.
- Ha neefsadaan hawo qabow (ugu dhar-geli haddba cimilada siday tahay) ama hawo qoyan. La fadhiiso iyaga musqusha uumiga leh ama isticmaal hawo-qoys.
- Haku cabbin sigaar ama ha u ogolaan qof inuu sigaar ku cabbo agtooda.

Ku daawaynta Gawracatada Daawooyin

- Haddii ilmahaagu raaxo darro dareemayo ama qandho hayso, waxaad siin kartaa ibuprofen (Advil[®], Motrin[®]) ama acetaminophen (Tylenol[®]).
 - Sii qiyaasta dhakhtarkooda ama bixiyaha xanaanada caafimaadka u qoray ama akhri qoraalka si aad u ogaato qiyaasta (lasiinayo) saxda ah ee da'da ilmahaaga.
 - Ha siin ibuprofen carruurta ka yar 6 bilood.
 - Ha siin wax daawo ah oo ay ku jirto asbiriin.
- Ka fogow daawooyinka hargabka iyo qufaca ee aan la qorin. Ma caawiyaan oo waxay keeni karaan waxyeelo.
- Waligaa ha siin ilmahaaga daawada dadka waaweyn.
- Waxa laga yaabaa in ilmahaagu helo daawaynta isteerooth oo lala socdo dhawr saacadood. isteeroothyada waxay caawisaa dhimista bararka, taas oo fududaynaysa neefsashada.
- Maadaama gawracatadu ay tahay cudur fayras ah. Antibiyootigyadu (qalajiyeyaasha) ma caawin doonaan.

Goorta la Wacayo Dhakhtarka

Wac dhakhtarka ama bixiyaha daryeelka caafimaadka haddii ilmahaagu:

- Uu ka sii daro, aad u daalan yahay, ay adag tahay inuu tooso, ama u'egyahay mid aad u xanuunsan.
- Da'diisu ka yar tahay 12 toddobaad uu leedahay qandho ah 100.4° Fahrenheit (F) ama 38° Celsius (C) ama ka badan.
- U qufacayo si' aan joogsi lahayn, had iyo jeer uu leeyahay neefsasho dhawaaq leh marka uu yaalo, ama qufaco in ka badan 10 maalmood.
- Da'diisu ka yar tahay 1 sano oo uu leeyahay neefsasho dhawaaq leh ama gowrac ah, qufac qeylo dheer.
- Uusan neefsan karin ama uusan hadli karin sababtoo ah neefsashada oo ku adag.

- Uu qabo neefjiidis kadib neefsi walba oo xabadkiisa xanuunoayo.
- Uu dhareerayo oo uusan liqi karin candhuuftooda, dhib ku qabaan liqidda dareeraha, mana cabbi doonaan.
- Maqaarku uu yahay buluug agagaarka afka ama cidiyaha faraha markay qufacayaan.

Goorma ayay Tahay In La waco 911

Wac 911 ama u qaad ilmahaaga qaybta gargaarka degdega ah ee kuugu dhow haddii:

- Ay ku adag tahay inay neefsadaan, hadlaan, ama cabbaan.
- Ay bishimahoodu ama wajigoodu isu beddelo midab buluug ah.
- Ay dhareerayaan.