



NATIONWIDE CHILDREN'S
When your child needs a hospital, everything matters.

Helping Hand™

Health Education for Patients and Families

Nabarada laga qaado xafaayada Diaper Rash (Somali)

Mur-muruxa laga qaado xafaayada waa eray lagu qeexo mur-muruxa cassaanka ah ee maqaarka oo kasoo baxa dabada ilmaha gaar ahaan aagga xafaayada lagu xiro. Maqaarka wuxuu yeelan karaa ama waxaa laga yabaa inuusan yeelan nabar mana ahan inuu yeesho bar go'an oo muuqata si loogu waco nabarka ay xafaayadu keentay.

Mur-muruxa laga qaado xafaayada waxaa caadiyan sababa in maqaarka in muddo ah aan laga dhaqin kaadida iyo saxarada (xaarka ama saxarada) muddo dheer. Qoyaanku wuxuu xasaasiyad ku keenaa maqaarka markaas kadibna maqaarku wuxuu bilaabaa inuu yeesho nabaro.

Maqaarka waxaa soo gaara waxyeelo marka uu ku xoqmo xafaayada. Kiimikada kujirta kaadida iyo saxarada ayaa sidoo kale waxyeelo dheeraad ah gaarsiin karta maqaarka waxayna sababo kartaa nabaro. Maqaarka yeesha xasaasiyada wuxuu halis ugu jiraa inuu ku dhaco caabuuq.

Waxyaabaha kale ee sababa mur-muruxa xafaayada waxaa kamid ah:

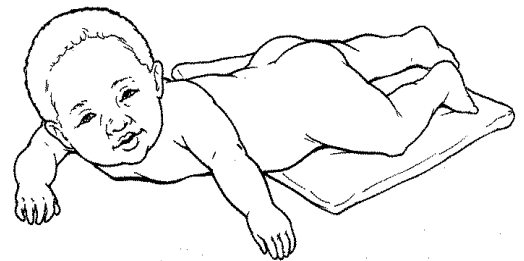
- Bilaabida cunida cuntada adag
- Saxarada joogtada ah ama shubanka
- Haddii xafaayadu aad ugu dhegan tahay ilmaha
- Falcelinta xasaasiyada laga qaado xafaayada, suufka lagu masaxo ilmaha, ama kareemada xafaayada
- Daawada qalajiyaha ah ama daawooyinka kale ee cusub ee ilmaha ama haddii hooyada naaska nuujineysa ay qaadanayso

Sida looga hortago mur-muruxa laga qaado xafaayada

Si looga hortago mur-muruxa laga qaado xafaayada, nadiifi maqaarka cunugaaga kadibna u qalaji sida ugu macquulsan.

Mar kasta ood badesho xafaayada cunugaaga:

- Dabada cunugaaga qaybta hore ilaa qaybta danbe ku nadiifi suufka ilmaha laga masaxo a, a biyo diiran iyo maro jileec ah. Iska ilaali inaad isticmaasho suufka ilmaha lagu tirtiro ee leh aalkahoolka ama carafta.
- Hubi inaad nadiifiso meelaha lablaaban ee maqaarka cunugaaga.
- Haddii ay macquul tahay, u oggoloow maqaarku inuu qalalo inta aadan u gelin xafaayada (Sawirka 1 aad).



Sawirka 1 aad U oggoloow in cunugaagu ciyaaro asagoon xirneyn xafaayad si maqaarka si buuxda ugu qalalo.

- U mari maqaarka korkiisa kareenka adag ee lagu gado dukaamada, sida kareemka jilicsan (Vaseline®) ama kareemka leh zinc oxide sida Desitin®, Triple Paste®, A+D®, ama Balmex®.
- Si jilicsan ugu xir xafaayada cusub.

Sida loo daaweeyo mur-muruxa laga qaado xafaayada

Mur-muruxa xafaayada waxay buskoon karaa muddo 2 illaa 3 maalmood gudahood ah.

Waxaa jira dhowr wax ood sameyn karto si aad u daaweyso.

- Badel xafaayada sida ugu dhaqsiha badan marka cunugaagu xaaro ama kaadiyo. Sidoo kale waxaad badeli kartaa xafaayada hal mar inta habbeenkii lagu jiro.
- Biyo raaci dabada ilmaha kadib mar kasta ood ka badesho xafaayad. Si aayar ah u nadiifi aagga xafaayada adoo adeegsanaaya biyo diiran iyo maro jilicsan (Sawirka 2 aad).
- Iskuday inaad iska ilaaliso suufka ilmaha lagu tirtiro, gaar ahaan kuwa leh aalkahoolka, carafta.
- Isticmaal saabuun khafiif ah iyo biyo oo kaliya haddii saxarada aysan si sahlan u imaanin.
- Iska ilaali inaad gacanta ku tirtirto ama aad xoqdo. Waxyeelo saa'id ah ayay maqaarka u geysan karaan.
- Haddii nabaradu yihiin kuwo aad u daran, isticmaal dhalo biyo ah si aad ugu nadiifiso ood ilmaha ugu biyo raaciso adoon xogin. Ama waxaad dabada ilmahaaga ku qoyn kartaa biyaha tuubada oo diiran mar kasta oo aad xafaayada ka badelayso.
- Qalaji maqaarka. U oggoloow in aaggu si buuxa u qalalo.
- Isticmaal kareemada adag ee laga soo gato dukaamada ama kareemka zinc oxide. Kareemyadaan looma baahno in si buuxdo loo dhaqo mar kasta oo la badelaayo xaafayada.
- Ha isticmaalin kareemyada leh kiimikada, buddada ama boodharka ilmaha si aad u mariso dabada ilmahaaga.
- U oggoloow in ilmahaaga haku ciyaaro ama hurdo gaaban seexdo asagoon qabin xaafayada. Hawadu waxay ka caawisaa ilmaha inay qalalaan ayna buskoodaan nabaradu.
- Korka xafaayada haku dhejin buume ama maro balaastig ah.
- Dabci xafaayada si aysan u xoqin maqaarka in aad u badan.



Sawirka 2 aad Si wanaagsan ugu dhaq ilmaha biyo iyo maro jilicsan. Iskuday inaad isticmaalin suufka ilmaha saxarada looga masaxo. Iska ilaali inaad xoqdo.

Goorta ay tahay in la waco dhakhtarka

Wac dhakhtarka ilmahaaga haddii:

- Nabaradu yihiin kuwo xanuun badan, oo aan baabi'in ama aan kasoo reyn 3 maalmood kadib, ama soo bata.
- Maqaarku bilaabo inuu yeesho finan ama nabaro cassaan ah oo kuuskuusan, gaar ahaan haddii cunugaagu cunayay daawada qalajiyaha ah.
- Aad ku aragto dheecaan jaale ah ama cagaar ah oo kuyaala aaga mur-muruxa.
- Qandhada cunugaaga ka badan tahay 100.4° Fahrenheit (F) ama 38° Celsius (C), uuna leedahay nabaro.