Helping Hand™ Health Education for Patients and Families

Caabuqa Hawo Mareenka Yar (Bronchiolitis)

Bronchiolitis (Somali)

Caabuqa hawo mareenka yar (bronchiolitis) (bron-key-oh-LIE-tiss) waa caabuq ku dhaca nidaamka neef mareenka (marinada hawada) oo uu sababo fayras, oo caadiyan loo yaqaan RSV). Fayrasyada kale ee sababi kara waa hargabka, hargabka caadiga ah, human metapneumovirus iyo adenovirus. Fayrasyadaan waxay u faafaan si saaid ah. Qofka wuxuu fayraska ku qaadi karaa taabasho ama haddii uu neefsado hawo, dheecaan (dheecaano), duuf ama candhuufo kasoo baxda afka ama sanka qofka qaba caabuqa.

Caabuqa hawo mareenka yar wuxuu ku dhacaa hawo mareenka yar (bronchioles) oo ah laan ka baxda hawo mareenka wayn (bronchi) (Sawirka 1 aad). Caabuqa hawo mareenka yar wuxuu keenaa barar, ciriiri waxaana ka buuxsama qofka malax adkeynaysa neefsashada.

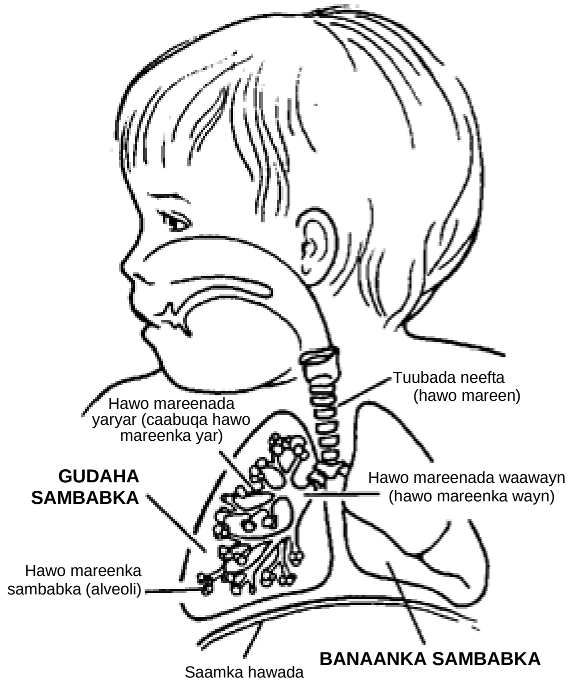
Caabuqa neef mareenka yar waxa uu inta badan ku dhacaa carruurta yaryar ee 2 da sano kayar, xiliyada dayrta iyo jiilaalka Wuxuu ilmaha ku dhici karaa wax ka badan hal mar halkii xiliba.

Astaamaha Hore ee caabuqa

- duuf iyo cabudh
- xumad
- qufac khafiif ah
- xanaaqi-og

Aastaamaha dambe

- neefsasho degdeg ah oo xiiq ah
- neefta oo qofka ku xiranta muddo dhan 15 illaa 20 ilbiriqsi ah ama in ka badan (neef xiran)
- maqaarka oo kor usoo qaadma gaar ahaan



Sawirka 1 Nidaamka neef mareenka ee ku dhexjira jirka.

©1985, Dib loo eegay 2022, Nationwide Children's Hospital
Sii Socda…

maqaarka u dhexeeya jeeraha iyo qoorta marka la neefsanaayo (neef qaadashada)

- isbadel ku yimaada midabka maqaarka - maqaarka oo noqda khaffiif, faraha, cidiyaha suulka, sanka, ama bishimada oo yeesha midab buluug ah
- madax ruxid
- qufac joogto ah (jira qiyaastii 3 illaa 4 todobaad)
- xiiqda iyo neefsashada dhib ah (waxay ka sii daraan 2 ilaa 3 maalmood, ka dibna waxay bilaabaan inay soo fiicnaadaan. Xiiqdu waxay jirtaa muddo dhan 7 maalmood.)
- rabitaanka cuntada hoos u dhaca
- ilmuhu aad uma ciyaaro wuxuuna u daalaa si fudud

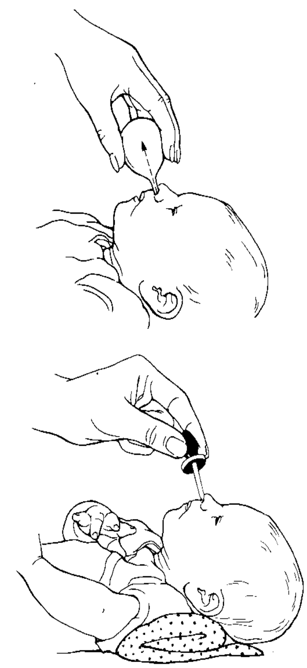
Ogaanshaha Xanuunka

Dakhtarka ilmahaaga wuxuu:

- qaadan doonaa taariikhda caafimaadka, wuxuuna ku sameyn doonaa baaritaan, asagoo dhageysanaaya xabadkiisa
- gudaha sanka kasoo qaadi doonaa muuno si uu oga baaro fayraska

Haddii cunugaagu aad u xanuunsan yahay, waxaa laga yaabaa in dakhtarkaagu:

- baaro heerka dhiiga ogsijiintiisa ayagoo ku baaraya qalabka ogsijiinta lagu baaro ee farta la gashto. Aaladaan bilaa xanuunka ah waxaa la geliyaa farta ama suulka ilmaha
- kuu diro baaritaan dhiig iyo raajitada xabadka



Sawirka 2 aad Isticmaal goojada Saline marka koowaad markaas kadib isticmaal.

Daaweynta guriga

Maadaama fayruska uu sababay caabuqa neef mareenka yar, waxaa fayraska hoos u dhigi kara daawooyinka qalajiyaha. Halkaan waxaad ka helaysaa waxyaabo kamid ah qaababka cunugaaga looga dhigo mid dareema deganaansho dheeraad ah:

- Marka uu qufacaayo iyo soo saaraayo xab (leeyahay cabur), isticmaal miskiga udgoon ee hawada lagu buufiyo. Hawada qoyan ayaa ka gacan ka geysan karta neefsasha waxayna yareyn kartaa qufaca. Ha ku ridin mashiin uumiyaha. Badel biyaha kujira maalin walba nadiifina mar kasta ood isticmaasho.
- Haddii sanka ay biyo ka imaanayaan, isticmaal biyo leh cusbo (daawada) sanka lagu dhibciyo si xabku u jilco. Markaas kadib soo nuug xabka adoo

Sawirka 3 aad Ha siinin asbariin. Akhri qoraalka ku qoran daawo kasta kahor intaan siin si aad u ogaato kuurada saxda ah ee loogu.

isticmaalaya aalada lagu soo nuugo sida NoseFrida® ama caaga ilmaha xabka looga soo saaro sanka (Sawirka 2 aad).

- Haddii ay dareemaayaan qandho, sii carruurta:
  - Ka wayn 2 billood, acetaminophen (Tylenol® ka carruurta ama ilmaha yaryarka ah).
  - Ka wayn 6 billood, acetaminophen ama ibuprofen (Motrin®, Advil® ka carruurta ama ilmaha yaryarka ah).
  - Ha siin asbiriin ama waxyaabaha wata asbiriinka ilmo kasta (Sawirka 3 aad).
  - Ilmaha kayar 4 sano ha siin daawooyinka hargabka iyo qufaca.
  - Carruurta ay da'doodu ka yar tahay hal sano ha siin malab.
- Sii cabitaano badan - adoo halkii marba siinaaya in yar oo joogto ah. Sidaan sidoo kale ku samee caanaha la qaso ama caanaha naaska.
  - Ilmaha kayar 12 billood ha siin cabitaanka khudaarta ama biyo. Ha siin adoon marka koowaad dakhtarka waydiin daawada Pedialyte®.
  - Carruurya **ka wayn 12 billood**, sii Pedialyte® iyo cabitaanada sida biyaha. Cabitaanadaan meesha kama saarayaan inay u baahdaan inay cunaan cuntooyinka caadiga ah. Ka yaree cabitaanada leh sonkorta badan ama cabitaanka khudaarta.
- Hubi heerkulka canugaaga adiga oo isticmaalayo saacada cabirka dhijitaalka. **Marnaba ha isticmaalin saacada cabirka meerkuriga.**
  - Cabirka laga qaado gumaarka (dabada cunuga) ayaa ah kan ugu saxan. Dookha xigga ee ugu fiican waa cabbirka heerkulka ee laga qaado qaybta kore ee wajiga (qaybta lagu sajuudo). Cabbirka heerkulka ee laga qaado (kilkisha) waxaa loo isticmaali karaa hubin degdeg ah laakiin ma ahan mid aad sax u ah. Ha isticmaalin cabbirka heerkulka ee afka laga qaado illaa inta cunugaaga ka gaaraayo 4 sano.
  - Dooro cabbirka heerkulka adoo ku saleynaayo da'da cunugaaga:
    - haddii uu ka yar yahay 3 billood jir: waxaa laga qaadaa cabbirka heerkulka ee laga qaado sajuuda ama dabada
    - haddii uu jiro 4 billood ama kasii wayn yahay: waxaa laga qaadaa cabbirka heerkulka ee laga qaado dabada, qaybta kore ee madaxa, ama aalad yar oo kilkisha la geliyo
    - carruurta ka wayn 6 billood: waxaa laga qaadaa cabbirka heerkulka ee laga qaado dabada, qaybta kore ee madaxa, dhegta, ama aalada yar ee kilkisha la geliyo
    - carruurta jira 4 sano ama kasii wayn: waxaa laga qaadaa cabbirka heerkulka ee laga qaado afka (afka), qaybta kore ee madaxa, dhegta, ama aalada yar ee kilkisha la geliyo
  - Hubi inaad u sheegto dhakhtarka cunugaaga nooca cabbirka ee aad isticmaashay.

Haddii Ilmahaaga la dhigo isbitaalka

Canugaaga waxaa laga yaabaa:

- in lagu xiro mashiin la socda garaaca wadnaha iyo heerka ogsijiinta
- inuu u baahdo ogsijiin. Tan waxa badanaa la bixiyaa iyada oo la isticmaalayo tuubo san (nasal cannula) (tuubada bacda iyo qaado yar oo sanka ku jirto) ama maaskolo. Akhri

digniinaha ku qoran bogga 4 aad
- in lagu xidho faleebo (IV) si loogu siiyo cabitaan iyo nafaqada qaar. Badanaa ilmaha qaba caabuqa hawo mareenka yar aad bay dhib ugu tahay inuu wax cuno waxna cabo
- inuu u baahdo in sanka laga geliyo aalada wax soo nuugta, NoseFrida, ama tuubo yar oo ku xiran mashiinka wax soo nuuga si loosoo saaro xabka
- in lagu daaweeyo goojada biyaha cusbada leh kahor inta aan la gelin aalada xabka soo nuugto si ay u jilciyaan xabka
- inuu u baahan yahay daaweyn qaas ah haddii uu ka yar yahay 3 billood, haddii uu qabo caabuq saa'id ah, taariikh xun oo la xariirta cudur wadne ama sambab

Digniin

- Alaalada daawada ee tuubada ah waxay ku duub-duumi kartaa qoorta cunugaaga. Arrintaan waxay keeni kartaa in cunugu xiiqo (dhuunto ciriiri noqoto) ama uu dhinto.
- HA OGA TAGIN tuubada daawada meel ilmaha yaryar ama carruurtu kasoo qaadan karaan ama gaari karaan.
- La hadal dhakhtarka cunuggaaga:
  - Haddii cunugaagu uu isku ceejiyo tuubada u xiran kahor.
  - Si aad u barato talaabooyinka aad qaadi karto si aad u caawiso aadna u hubiso in tuubadu aysan ku duumin qoorta cunugaagta, sida dhigida tuubada meel uusan gaarin cunuga inta ugu badan ee macquulka ah.
  - Walaacyo kale oo kasta ood ka qabi karto in ilmuhu isku ceejiyo aalada daawada ee tuubada ah.
- Haddii cunugaagu dhaawac ka qaado aalada daawada ee tuubada ah, fadlan caddeynta usoo gudbi FDA. Warbixintaadu waxay keeni kartaa xog gacan ka geysan karta in la hormariyo badqabka bukaanka. Webseedka lagu soo gudbiyo warbixinta waa: https://www.accessdata.fda.gov/scripts/medwatch/index.cfm?action=reporting.home.

Ka hortaga

Si looga kahortago in fayrasku gaaro dadka kale:

- Badanaa dhaq gacmahaaga, kahor inta aadan taaban cunugaaga iyo intaadan qaban cunto. Dhac gacmahaaga kadib marka aad hindhisto, qufacfo, aad adeegsato musqul ama aad ilmaha ka badesho xafaayada. U sheeg dadka kale inay isla sidaan sameeyaan.
- Ku hindhis ama ku qufac tiish ama gudaha shaatigaaga gacmo dheeraha ah, ama kasii jeenso dadka.
- Ilmaha yuusan qof la wadaaagin aalabaha gaar ah sida caaga ay afka gashtaan, shukumaanka, cadeyga, galaasyada wax lagu cabo, koobabka, dhalooyinka, fargeetooyinka ama qaadooyinka.
- Si joogto ah u dhaq boonbilayaasha iyo dharka cunugaaga.
- Ka ilaali cunugaaga dadka qaba hargabka. Dadkaan waxaa kujira wiilasha iyo gabdhaha walaalihiis ah.

- Ilmaha agtiisa sigaar haku cabin hana u oggolaan in dadka kale ilmaha agtiisa ku cabaan.
- Marka ilmuhu xanuunsan yahay ha u dirin goobta xanaanada ama iskuulka.

Goorta ay tahay inaad wacdo dhakhtarkaaga

Wac dakhtarka ilmahaaga haddii ilmahaagu:

- Kasii daro ama bilaabo xiiq kadib marka uu aado guriga kana tago isbitaalka.
- Xanuunsan yahay wax ka badan 2 maalmood, uuna wali awoodin inuu wax cuno.
- Ku adag tahay neefsashada ama uu u neefsanaayo si dhakhso leh.
- Leeyahay maqaar khafiif ah, haddii faraha, suulasha ama bishimaha isku badelaan buluug.
- Dareemaayo cabur marka uu neefsanaayo.
- Uusan seexan karin.
- Dareemaayo qandho:
  - Uuna ka yar yahay 3 billood uuna qabo heerkul gaaraya 100.4˚F (38˚C) ama kasii badan.
  - Uu ka wayn yahay 3 billood uuna dareemaayo heerkul:
    - gaaraya 104 ˚F (40 ˚C) ama kasii badan.
    - ka badan 102° F (38.9° C) muddo ka badan 2 maalmood ama haddii uu soo noqnoqdo.
    - la daaweeyay si loo xakameeyo, laakiin aan wali ka baabi'in.
- Da'a kasta oo uu jiraba, uu qabo qandho iyo:
  - uuna u muuqdo inuu aad u xanuunsan yahay, caajir dareemaayo, ama dawakhsanaan
  - 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
  - qoortiisana adkaato, uu dareemo madax wareer xun, dhuun xanuun, calool xanuun, matag, ama shuban
  - uuna qabo nabaro aan caadi ahayn
  - uuna kujiray meel aad u kulul, sida gaari aad u kulul
  - uuna 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
- Uusan dareemin deganaansho marka la hayo ama la quudiyo.

Wac 911 ama aad waaxda xaaladaha degdega ah haddii cunugaagu dhibaato ku qabo neefta, uu suuxo, ama uusan hurdada kasoo kici karin.