

Su'aalaha Inta Badan la is Weydiiyo ee Ku Saabsan Fayraska Corona

Faafitaanka cudurka neefsashada ee ka dhasha coronavirus-ka cusub, oo loo yaqaan COVID-19, waa wax sababa walaac laakiin ma aha argagax. UVM Health Network waxay la shaqeysaa Vermont State Health Department iyo New York State Department of Health si ay iskugu dubbaridaan dadaalada u diyaargarowga ku saleysan tilmaamaha laga helo Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Mudnaanteena ugu sareysa ayaa weli ah in dhammaan bukaannadeenna ay helaan daryeel caafimaad oo tayo leh.

Hoos waxaad ka heli doontaa macluumaad dheeri ah oo ku saabsan sida looga hortago faafitaanka korona fayras iyo tillaabooyinka la qaadayo haddii adiga ama qof aad jeceshahay uu la kulmo astaamaha cudurka.

XASUUSNOW! Haddii aad qabtid qandho, qufac iyo / ama neefta oo ku qabata, haddii ay suurtagal tahay, wac xafiiska daryeelkaaga koowaad marka hore si aad ula hadasho daryeel-bixiyaha.

Daryeelka gurigu wuxuu noqon karaa ikhtiyaarka ugu fiican ee xubnaha bulshada inteeda badan markay xanuunsadaan.

WAA MAXAY FAYRASKA CORONA?

Sida laga soo xigtay World Health Organization (WHO): Fayrasyada corona (Coronaviruses) waa qoys ballaaran oo fayras ah oo sababi kara infekshannada neef-mareenka ee ku dhaca aadanaha, oo ay ka mid yihiin hargabyada caadiga ah illaa cudurrada aadka u daran sida Cudurka neef-mareenka ee Bariga Dhexe (MERS) iyo Xanuunka daran ee neef-mareenka (SARS). COVID-19 waa cudur la is qaadsiiyo ee uu sababay fayraska corona ee goor dhow la ogaadey. Fayraskan iyo cudurkan cusub ayaan la aqoon kahor intuuusan cudurku ka dillaacin Wuhan, Shiinaha, bishii Diseembar 2019.

WAA MAXAY ASTAAMAHA CUDURKA, SIDEENA LOOGU BARBARDHIGI KARAA HARGABKA AMA IFILADA?

Astaamuhu waa qufac, qandho iyo neefsashada oo kugu adkaata. Astaamuhu waxay la mid yihiin hargabka, in kasta oo aan aaminsanahay in kuwani loo arko inay ka daran yihiin hargabka.

Haddii aad qabtid qandho, qufac iyo / ama neefta oo ku qabata, haddii ay suurtagal tahay, wac xafiiska daryeelkaaga koowaad marka hore si aad ula hadasho daryeel-bixiyaha.

SIDEE LA ISKU QAADSIYAA?

COVID-19 wuxuu ku faafaa dhibco ku jira hawada, sidaas darteedna qufaca iyo hindhisada waxay cudurka ku faafin kartaa dadka u dhow. Waxay u badan tahay inay sidoo kale ku faafto dhibicda oo

fuusha sagxadaha sheeyada. Waqtiga isa-soo muujinta cudurka ayaa loo maleynayaa inuu yahay 14 maalmood, si kastaba ha noqotee tani way is beddali kartaa maaddaama inbadan oo ku saabsan fayriska la sii fahmi doono.

SIDEEN UGA HORTAGI KARAA?

Ficillada ka-hortagga aasaasiga ah waa kuwa ay tahay in aan mar walba isticmaalno:

Si joogto ah u nadiifi gacmahaaga - isticmaal gacmo nadiifiye alkolo leh oo gacmahaaga dhaq ka hor intaadan wax cunin. Ha taaban wejigaaga. Ka fogow meelaha dadku ku badan yihiin. Ha u safrin wadamada CDC ay muujisay in cudurku uu ku baahay oo halista cudurkuna ku badan yahay. Ka fogaanshaha bulshada ayaa noqon doonta mid aad u muhiimsan - iskuulladayada, shirarka iyo howlaha kale ee abaabulan ayaa u baahan doona inay tixgeliyaan arrinta si ku salaysan kiisba-kiis.

Haddii aad xannuunsato, guriga joog. Gacmahaaga nadiifi Dhaq sagxadaha sare ee maalin kasta la isticmaalo. Haddii aad joogtay meel fayruusku ku faafayo, wac takhtarkaaga daryeelka aasaasiga ah si aad talo u hesho. Ha tagin Goobta Gargaarka Degdega ah ama Waaxda Xaaladaha Degdega ah marka laga reebo haddii neefta aysan kugu xirmaynin, ama haddii aad u baahan tahay caawimaad caafimaad oo deg deg ah.

Ogow waxaad samayn karto si aad uga fogaato Coronavirus-19. FIIDIYOW

WAXAAN GOOR DHOW KA SOO LAABTAY SAFAR, HADDANA WAXAAN QABAA HARGAB. MIYAAN U IMAADAA BAARITAAN?

Waxa ugu horreeya ee ay tahay inaad sameyso waa inaad wacdid xafiiska dakhtarkaaga oo aad u sharraxdo astaamahaaga. Waxaa jira hargab iyo ifilo aad u badan, oo astaamuhuna waa isku wada mid. Marabno inaad aado Waaxda Xaaladaha Degdega ama Goobta Daryeelka Degdega ah haddii aan loo baahnayn.

WAXAAN QABAA HARGAB IYO QANDHO. MAXAAN SAMEEYAA?

Haddii aad xannuunsato, guriga joog, ku dadaal taxaddar nadaafadeed, oo dabool afkaaga iyo sankaaga markii aad qufacayso ama hindhiseyso.

Wac xafiiska dhakhtarkaaga oo u sharax astaamahaaga. Waxay awoodi doonaan inay kugula taliyaan tillaabooyinka xiga.

SIDEE LAGU OOGAADA IN QOFKA UU BAARITAAN U BAAHAN YAHAY?

Haatan, waxaa jira shuruudo cayiman oo ay soo dejiyeen Vermont State Health Department, New York State Department of Health iyo CDC si loo sameeyo baaritaanka. Si kastaba ha noqotee, intuu waqtigu sii socodo, baaritanka wuxuu noqon karaa mid soo noqnoqda oo joogto ah.

DAAWO MIYUU LEEYAHAY?

Waqtigaan la joogo ma jirto daweyn la xaqiijiyay oo la yaqaano. Waxa jira daawooyin hadda daraasad ay ku socto. Si kastaba ha noqotee, xaaladaha aadka u daran, bukaanada waxay heli karaan daryeel taageero (sida. Oksijiin, dheecaannada IV, iwm), haddii loo baahdo.

MA U DIYAAR GAREYSAN NAHAY?

UVM Health Network ahmiyadeeda ugu saraysa ayaa ah inay daryeel tayo leh siiso bukaanada iyadoo goobto shaqo amaan uga dhigeysa shaqaalaha. Borotokoollada jawaab-celinta ayaa la soo saaray iyada oo loo marayo khibradaha muhiimka ah ee hay'adda u leedahay xaaladaha caafimaad ee la midka ah. Kooxda isku dhafka ah ayaa isku dubbaridaysa u diyaar garowga iyo dejinta qorshayaasha hadba sidii macluumaad dheeri ah uga soo baxo adduunka oo dhan. Kooxda waxaa ay isugu jiraan bixiyeyaal daryeel caafimaad oo heegan ah, hoggaan sare, meelaynta bukaanada, maareynta sahayda, nadaafadda warshadaha, tababarayaasha shaqaalaha, xirfadleyda u diyaargarowga xaaladaha degdegga ah, maaraynta xarumaha, farmashiyaha, isgaarsiinta, ka hortagga caabuqa iyo cudurada faafa. UVM Health Network waxay sii wadaysaa inay la sii socoto tallooyinka cusub ee CDC, Vermont State Health Department iyo New York State Department of Health.

ILLAA IYO INTEE AYAY TAHAY INAAN KA WALWALO?

In kasta oo astaamuhu u dhexeeyaan kuwo dabacsan ilaa kuwo aad u daran (ee dadka qaba xaalado caafimaad oo horay u soo jirey), dadka intooda badan waxay qabaan xanuun xagga neefsashada ah oo dhexdhexaad ah. Waa muhiim in la xasuusto inay gobolka ka jiraan dhowr fayras kale oo neefsashada la xiriira oo uu kamid yahay hargabka. Weli kama daahin inaad qaadato tallaalka hargabka!