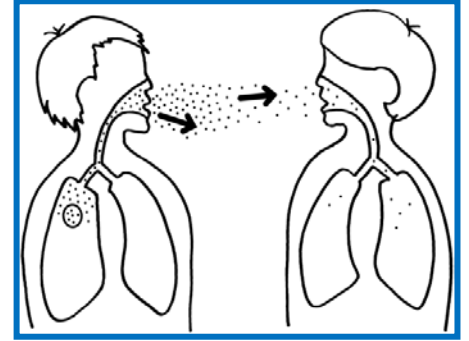


Takoorka Guriga ee Qaaxada (TB)

Waxaad qabtaa cudurka TB-da firfircoon ee sambabada ama hunguriga. Waxaad u gudbin kartaa jeermiska TB-da dadka kale adigoo u marinaya marka aad qufacdo, hindhisto, hadasho, qososho, ama heesto.

TB kuma faafto wadaagidda qaaddooyinka, ama fargeetada, saxanada, koobabka, dharka, marada sariirta, faanijarka, musqusha, ama isgacan qaadidda.



Takoorka Guriga

Kalkaaliyahaaga Caafimaadka Dadweynuhu waxa uu ku faray inaad joogto guriga inta aad cudurka qabto. Tan waxa la yidhaa takoorka guriga. Takoorka gurigu waxa uu muhiim u yahay in la joogiyo fiditaanka TB-da oo laga ilaaliyo dadka kale. Takoorka gurigu sidoo kale waxa uu jidhkaaga siinayaa waqti daawadu si ay u shaqayso sidaa darted cudurka ma qabaysid.

Kalkaaliyahaaga Caafimaadka Dadweynuhu waxa uu si joogta ah u eegi doonaa sida aad tahay. Waxa lagu waydiin doonaa inaad bixiso candhuuf tijabo ah si loo go'aamiyo marka cudurka aanad qabin. Marka candhuufta aanay ku jirin jeermisyada TB, kalkaaliyahaagu waxa uu kuu sheegi doonaa in aad joojin karto takoorkaaga guriga oo aad ku soo noqoto hawlahaaga joogtada ah.

Ilaali qoyskaaga iyo dadka kale

- ✓ Joog guriga. Inta aad ku jirto takoorka guriga, waa inaanad tagin shaqo, dugsi ama goobaha cibaadada.
- ✓ Kaliya dadka hore kuula noola markii lagaa helay TB da ayaa kula noolaan kara inta aad cudurka qabto.
- ✓ Carruurka ka yar 5 sanno jir ee kula nool adigu waa inay qaataan daawada ka hortaga TB ilaa ay helayaan baaritankooda maqaarka ee ugu dambeeya ee TB-da. Waxa laga yaabaa jirkoodu inaanu lahayn awood uu iskaga difaaco jeemiska TB da wali. Dawadu waxya ka difaacaysaa inay jiradaan.
- ✓ Fur daaqadahaaga. Tani waxay caawin doontaa inuu ka baxo jeemiska TB gurigaaga..
- ✓ Marka aad qufacdo ama hindhisto, ku dabool afkaaga iyo sankha harqad ama gacanta.



- ✗ **Ha** ku martigaadin booqdayaasha gurigaaga ama ha booqan dadka kale.
- ✗ **Ha** tagin goobaha dadweynaha (tusaale ahan: shaqada, dugsiga, maktabadaha, goobo cibaado xarumaha bulshada, maqaayadaha, dukaanada kafeega, filimaanta, dukaanka cuntada, xarumaha dukaamaysiga).
- ✗ **Ha** isticmaalin gaadiidka dadweynaha (tusaale ahan: basaska, subwayada, tareenada, diyaaradaha, iyo doomaha).



Talaabooyinka Takoorka Guriga

- ✓ **Samee** inaad la xidhiidho qoyska iyo saaxibada – adigoo isticmaalya telefoonka ama kombiyuutar si aad ula hadasho dadka. Tani waxay caawin kartaa cidlo la'aanta.
- ✓ **Samee** inaad waydiiisato xubanaha guriga ama saaxiibadu si ay kuugu keenaan raashinka ama cuntada adiga.
- ✓ **Samee** inaad dibada u baxdo ee baalakoona, daarada, ama socod gaaban. Dad badan ayaa dareema ladnaan marka ay dibada uga baxaan guriga waqti gaaban. Marka aad banaanka u baxdo uma baahnid inaad xidhato waji dabool, laakiin dadka kale ka fogow.
- ✓ **Samee** inaad xidhato waji dabool marka aad arkayso Bixiyahaaga Daryeel Caafimada ama aad qaadanayso baadhitaanda TB-da. Haddii aad u qaadato tagsi ballantaada, xiro waji daboolka oo fur daaqadaha. Xasuusnow inaanad qaaday gaadiidka dadweynaha marka aad cudurka qabto.
- ✓ **Samee** inaad dib waqti ugu qabato wixii ballamo kale ah taariikh kale marka cuudrku kaa baxo.
- ✓ **Samee** inaad ugu sheegto si dhaqso ah ambalaaska iyo shaqaalaha qolka xaladda degdega in aad qabto TB haddii aad qabto xalad caafimaad oo degdega oo aad u baahantahay inaad tagto cusbitaalka.

Waydiiso Kalkaalisadaada Caafimaadka Dadweynaha ama adeegaha DOT haddii aad u baahantahay caawimada wax kasta oo xagga sare ku yaal.

Dhererka Waqtiga Takoorka Guriga

Dhererka waqtiga takoorka guriga wuu kala duwanyahay qof kasta. Kalkaalisadaada Caafimaadka Dadweynaha ayaa kuu sheegi doonta marka takoorkaaga guriga aan loo baahanayn oo aad sii wadi karto hawlahaagii joogtada ahaa.

Guud ahaan, tani waxay ku salaysantahay natiijooyinka candhuuftaada, qaadashda daawada TB-da 2 toddobad ama ka badan, oo la daremo ladnaan.

Xataa markaad ladnaato, waa muhiim inaad sii wado qaadashada dawada TB-da sida uu ku faray Bixiyahaaga Daryeel Caafimaad. Tani waxay dili doontaa jeermiska oo way dawaynaysaa TB-daada!

Haddii aad qabto wax su'aalo ah ama tabashooyin ku saabsan taakoorka guriga, fadlan la hadal Kalkaalisadaada Caafimaadka Dadweynaha ama adeegaha DOT.