Herbeska genitaalka, yacni herbeksa xubnaha taranka, hagitaanka bukaanka

- Herbeska xubnaha taranka waxaa keena fayruska Herpes simplex (HSV).
- Fayrusyadu waa labo nooc: Fayruska Herpes simplex 2 waa kan sababa caabuqa herbes ee soo jireenka ah ee ku dhaca soonaha xubnaha taranka, fayruska Herpes simplex 1 wuxuu sababaa herbeska bishimaha ee caadiga ah, yacni nabarrada bishimaha. Si kastaba ha ahaatee, labada nooc ee fayrusku waxay ka soo muuqan karaan soonaha xubnaha taranka ama bishimaha.
- Calaamadaha, hababka loo kala qaado iyo daaweyntuba noocyada fayrusku waa iskumid.
- Qiyaastii 20% dadka Finnishka ah waxaa ku dhacay cudurka HSV-2, laakiin qayb yar oo kamid ah ayaa calaamadaha lagu arkaa.

Qaadista

- Fayrusku wuxuu galaa maqaarka ama xuubka qofka ee xuubka ama jirka oo si toos ah isu taabta
    - galmada siilka ama futada
    - galmada afka
    - gacmaha, marka gacanta lagu taabto soonaha maqaarka ama xuubka ee ay ku yaalaan bocoollada herbeska kaddibna la taabto maqaarka ama xuubka.
- Qofka aan calaamadaha cudurka lahayn xittaa wuxuu sii daayaa fayruska, sidaas darteed ayuu herbes looga qaadi kartaa, inkastoo aanu qofku wax calaamad cudur ah lahan.

Calaamadaha

- Calaamadaha ugu horreeya ayaa waxay soo bixi karaan qiyaastii todobaad gudihiis marka uu qofku cudurka qaado ama wakhti dheer kaddib marka uu qaaday.
- Soonaha xubnaha taranka ayaa waxaa lagu arkaa cuncun, belbel iyo nabarro damqanaya, kuwaas oo si fudud boog u noqda. Waxaa kale oo lagu caddayn karaa qanjirada limf ee gumaarka oo weynaada islamarkaasna damqada. Xanfafka waxaa la arki marka la kaadinayo.
- Ka sokow xubnaha taranka, caabuqyada HSV waxay ku badan yihiin soonaha futada iuo barida.
- Marka caabuqa hore la qaado ayaa waxaa inta badan soo baxa calaamadaha guud sida xummad iyo madax xanuun. Calaamadaha hore waxay baa'ayaan iyadoo aan la daaweyn 2-3 todobaad. Waxaa sidoo kale caabuqa hore la xiriiri kara caabuqa marinka ilma-galeenka ama malawadka.

- Qaadista cudurka kaddib wuxuu fayruska herbes galaa neerfaha gangeliya halkaas ayuu si rasmi ah u degaa. Markale ayuu soo kici karaa, laakiin inta badan calaamadihiisu waa ku khafiif ah waxayna qaataan 2-7 maalmood.

Baaritaanka iyo daaweynta

- Baaritaannada helitaanka herbeska xubnaha taranka inta badan waa la yaqaan. Caabuqa herbes waxaa lagu caddayn karaa saami laga qaado nabarka cusub.
- Marka lagu jiro qaadista hore ee cudurka, waa in sidoo kale meesha laga saaro cudurada kale ee galmada, sidaas darteed ayeey u wanaagsantahay in baaritaanka rugta caafimaadka la aado.
- Marka aan maqaarka ama xuubka lagu arag wax isbeddel ah, si kalsooni leh looma caddayn karo cudurka herbes ee xubnaha taranka ku dhaca.
- Daawooyinka fayrusku waxay yareeyaan calaamadaha cudurka waxayna gaabiyaan wakhtiga jirrada.
    - Farmashiyaha waxaa laga helaa daawada fayruska asikloviiri ee la isku daryeelo oo aanan dhakhtar qorayn. Cabirka laga qaadanayo waa on dadka waaweyn 200 mg shan jeer maalintii (qiyaastii afartii saacadoodba mar) muddo shan maalmood ah. Daaweynta waa in la billaabaa inta lagu jiro marxaladda hore.
    - Daawada fayruska ee la qaadanayo labo mar afar iyo labaatankii saac, waxay u baahantahay warqadda daawada ee dhakhtarka.
    - Marka uu herbeska xubnaha taranku soo noqnoqdo, waxaa wanaagsan in dhakhtarka horay looga sii codsado, si daawada loo soo qaato lana billaabo sida ugu dhakhsaha badan islamarka ay calaamadu soo billowdaan.
    - Herbeska daran ee inta badan soo noqnoqda waxaa loo isticmaali karaa daawada kahortagga ee wakhtiga dheer socota.
- Inkastoo laga daaweeyo, fayruska herbes wuxuu si joogto ah ugu nagaadaa xubnaha noolaha.
- Waa in xiriiirada aan joogtada ahayn loo isticmaalaa kondhom/difaaca galmada afka si looga hortago qaadista cudurka.
- Kondhomka iyo difaaca galmada afku waxay si weyn u yareeyaan qaadista cudurka herbes, laakiin difaac buuxa.
- Kondhomka/difaaca galmada afka oo la iska dhaafo marka lagu jiro xiriirka joogtada ah waa go’aan ka dhexeeya lamaanaha.

- Waa muhiim in **rugta daryeelka hooyada uurka leh** loo sheego herbeska xubnaha taranka ee hooyada uurka leh iyo waalidka kale. Xittaa waxaa wanaagsan, in marka ay hooyada dhallaysa ay dhalmada u imaanayso ay shaqaalaha u sheegto haddii ay isku aragtay intii ay uurka lahayd herbeska xubnaha taranka.
    - Ilmaha dhallaanka ah wuxuu hooyada ka qaadi kartaa cudurka marka ay dhalayso, cudurkaas oo uga soo muuqanaya caabuq jirka sare ah, caabuqa habdhiska dareenwadaha dhexe ama caabuqa xubnaha badan ku dhaca ee soo

batay. Halista qaadista cudurka ee herbeska soo cusboonaada waa boqolkiiba shan, laakiin si cad ayuu uga weyn yahay marka lagu jiro qaadista kowaad ee hooyada.

- Waa muhiim in rugta daryeelka hooyada uurka ay ogaataa caabuqa herbeska xunnaha taranka, qiimeynta daaweynta iyo habka dhalmada darteed.
- Daawooyinka herbeska waxaa sidoo kale la isticmaali kartaa wakhtiga uurka.
- Haddii marka aad uurka leedahay ay marka ugu horreysa kaa soo baxaan nabarada herbes ka sokow nabaradana ay jiraan calaamadaha guud, sida xummad iyo madax xanuun, waa in aad la xiriirtaa rugta caafimaadka ama heeganka isbitaalka dhalmada (linkiga bogagga internetka ee HUS: https://www.hus.fi/potilaalle/hoidot-ja-tutkimukset/raskaana-olevien-ja-synnyttajien-paivystys) ama caawimaadda heeganka, tel. 116117 si aad u heshay hagitaan dheeraad ah. Haddii loo baahdo, waxaa caabuqa soo noqda daawo looga helayaa rugta caafimaadka. Haddii loo baahdo, daawada kahortagga waxaa billaabaysaa rugta daryeelka hooyada iyo dhallaanka.

Toinen linja 4 A
Andra linjen 4 A

PL / PB / P.O. Box 6000
00099 MAGAALADA HELSINKI
00099 HELSINGFORS STAD
FI-00099 CITY OF HELSINKI

Telefoon / Tel.
09 310 5015

Fakis / Fax.
09 310 42504

www.hel.fi/sote
www.hel.fi/sote/sv
www.hel.fi/sote/en