

Ku socota waaidiinta carruurta xannaano-maalmeedka iyo dugsilleyda

Waxa la sameynayo, marka uu caabuqa habdhiska neefmareenku ku dhoco cunugga

Hay'adda caafimaadka iyo nololwanaaggu waxay cusboonaysiisay tilmaanbixinta ah, waxa la sameynayo marka uu caabuqa habdhiska neefmareenka cunugga ku dhoco.

Marka uu mas'uulka cunuggu ogaado, in uu cunuggu qabo calaamado u eg kuwa fayruska korona, cunuggu ma aadi karo dugsiga ama barbaarin-horaadka.

Cunugga waa in baaritaan la geeyaa, haddii uu waalidka ama xirfadlayaasha caafimaadku ku qiyaaseen in uu qabo calaamadaha ku habboon caabuqa fayruska korona. Calaamadaha cudurka fayruska korona lagu yaqaan waa tusaale ahaan xummad, qufac, madax xanuun, lablabo, shuban, murqa xanuun, dhuun xanuun, hargab, neefta oo adkaata iyo dareenka urta ama dhadhanka oo luma.

Waxaa muhiimad gaar ah leh in xittaa cunugga qabo calaamado fudud si degdeg ah baaritaanka loo geeyo, haddii isaga ama qof kale oo qoyska ka tirsan uu u dagmay dhacdo fayruska korona ah oo la xaqiijiyay ama uu u safray dibadda 14ki maalmood ee la soo dhaafay.

Calaamadaha qafiifka ah ee cunugga kayar da'da dugsiga waxaa iyadoo aan la baarin dhowr maalmood lagula socon karaa guriga. Calaamadaha cunugga waa kuwa qafiif ah, haddii uu firfircoon yahay in uu dheelana uu awoodo, inkastoo uu qabo duray, qufac iyo xummad. Si kastaba ha ahaatee haddii uu cunuggu leeyahay calaamado cudur ma aadi karo xannaano-maalmeedka.

Haddii inta lala socdo ay calaamaduhu gebi ahaanba meesha ka baxaan, looma baahna in baaritaan la geeyo, waxaana barbaarin-horaadka lagu laaban karaa ugu yaraan hal maalin oo calaamado la'aan ah kaddib. Haddii ay calaamaduhu sii socdaan, waxaa wanaagsan in laga gungaaro in ay yihiin caabuqa korona iyo in kale.

Carruuta jirta da'da dugsilleydu waxay jirraadan wax kayar carruurta yaryar, sidaas darteed ayeey u badan tahay in ay qaadaan caabuqa fayruska korona. Baaritaanka in la sameeyo mar walba waa muhiim, haddii uu cunugga jira da'da dugsigu ama da'yarku uu qabo calaamado ku habboon fayruska korona.

Haddii uu cunuggu qabo hargab xasaasiyad leh, marmar uu hindhisayo ama uu sankiisu dareerayo marka uu bannaanka aado, laakiin ay calaamadahaas dhammaanayaan marka uu gudaha ku jiro, cunuggu wuu aadi karaa dugsiga ama barbaarin-horaadka, haddii ay xaaladdiisa guud ay caadi tahay calaamado caabuqna aanu lahayn.

Haddii ay natijada baaritaanku tahay negatíf, cunuggu wuu ku laaban karaa dugsiga ama barbaarin-horaadka, haddii uu soo bogsoonao, xittaa haddii aanay calaamaduhu gebi ahaanba ka baabi'in.

Haddii baaritaanka la qaado, laakiin ay helitaanka natijadu dib u dhacayso, dugsiga ama barbaarin-horaadka ugu yaraan hal maalin oo calaamad la'aan ah kaddib, haddii la ogyahay in

cunuggu aanu u dagmin kiiska fayruska korona ah oo la xaqiijiyay, qof qoyska kamid ahna aanu dibadda u safrin 14kii maalmood ee la soo dhaafay.

Haddii carruurta iyo dadka waaweyn ee isku qoyska ah ay isku wakhti jirradeen natiijada baaritaanka qofka weynna uu negatíf yahay, looma baahna in cunugga la baaro. Haddii ay carruurta oo kaliya leeyihiin calaamadaha, hal cunug oo kaliya in la baaro ayaa ku filan. Si kasta ha ahaatee waa in dhallinyarada iyo dadka waaweyn ee qaba calaamadaha cudurka ay markasta aadaan baaritaanka, haddii xittaa ay natiijada baaritaanka cunuggu tahay negatíf.

Haddii calaamadaha habdhiska neef-mareenku ay daba-dheeraadaan, looma baahna in baaritaanka lagu celceliyo, haddii muuqaalka calaamaduhu uu isku mid yahay.

Dugsiga ama barbaarín-horaadku ma dalban karaan caddaynta natiijada negatífka ah.

Isha warka: th.fi 11.9.2020

Rugta talabixinta fayruska korona, tel. 09 310 10024, waxay shaqeysaa maalin kasta 8 - 18 saac.