

FAYRASKA MARINKA NEEFSASAHA (RSV)



WAA MAXAY RSV?

Fayraska caabuqa ee neef mareenka, ama RSV waa fayraska guud ee neefsashada ee sababaya astaamaha hargabka oo kale ah.

ASTAAMAHA

Astaamaha RSV waxay samaysmaa 4-6 maalmood ka dib marka la qaado, oo badanka carruurta iyo dadka waa wayn, **waxay shabahdaa hargab** - tan badanka waxaa ku jira:



- Qufac
- San duuf leh
- Xumada
- Waayida
- Abateedka
- Xanuunka Jidka
- Dareemida Daal
- Cod xiiq leg
- Hindhiso



KA ILAALI NAFTAADA RSV

- Waxaa jira tallaabooyin muhiim ah oo qof kastaa uu qaadi karo si uu u caawiyo ka ilaalinta faafifa RSV iyo fayrasyada kale ee neefsashada, ay ku jiraan:
 - Ku dabooshaa qufacaaga iyo hindhisada tiisjka ama gacanta shaadhkaaga, may gacmahaaga
 - Ku dhaq gacmahaaga inta badan saabuun iyo biyo ugu yaraan 20 ilbidhiqsi
 - Iska ilaali taabashada kuw akale, sida dhunkashada, gacan qaadista, iyo ku wadaagida koobabka iyo weelka wax lagula cuno
 - Nadiifi oogooyinka inta badan la taabto sida albaabka halka la qabsado iyo qalabyada moobilka
 - Ku nadiifi boombalooyinka la wadaago maalin kasta gudaha mashiinka dhaqida suxuunta ama saabuun iyo biyo kulul si la isaga ilaaliyo sun kasta.

GOORMA DHAKHTAR LOO YEEDHAYAA?

- Nasiib wanaag, badanka dadku waxay ka bogsadaan caabuqa RSV iskooda; si kastaba aha haatee, wac dhakhyarkaaga toos **ama raadso daryeelka gurmada haddii qofku uu qabo astaamaha soo socda oo kasta:**
 - Qandho badan, joogto ah (101.3 F [38.5 C] ama ka badan).
 - Dhibta neefsashada, sida gaaban, degdeg, iyo neefta gaaban ama dib u noqod, halka xabadku goto oo calooshu ballaadhato neefsasho kasta.
 - Calaamadaha fuuq baxa
 - Diidista kalkaalinta ama dhalo ku quudinta.
 - Cadho iyo dhaqaaq la'aan aan caadi ahayn
 - Hareeraha dibnaha iyo faraha caaradooda oo buluug noqda