

## كاتىك مندالەكە نەخۆشە – زانىيارى بۆ باوان När barnet är sjukt – föräldrainformation

مندالى بچكۆلە زور بەي جاران نەخۆشەن. لە تەمەنى ۰ – ۴ سالىدا دەگرن. مندالەكە بە رىژەيەكى ناوهندىيە لە سالىدا توشى ۶ – ۸ چلكردن لەر يەكەكانى ھەناسەداندا دەبىت. چلكردنەكان (لېيىسكردنەكان) وا دەكەن كە مندالەكە بەرگەگرى لەشى دروست بكات. بۆلەبوونەي چلكردن ناكريت بەتەواوي لە ناو گروپى مندالدا خۆي لېيەدوور بگيرىت، بەلام دەكرىت سنووردار بكرىت. وەك باوان دەبىت مەرف ئەمەدەكارى ئەوي ھەبىت كە چەند جار يەك لە وەرژەكەدا لە مەلەو لەگەل مندالەكەيدا بىت، ئەمە بۆ ئەوي چلكردنەكان سارىژ بىنەو و بۆ ئەوي مەترسىيە تەشەنەكردنى بۆ مندالانى تر كەمبىتەو.

دۆخى گشتى مندالەكە، يەوەكو بلېين، ئەوي كە يەكلایى دەكاتەو كە نايا مندالەكە لە پىشخویندنگە بىت، ئەويە كە مندالەكە چەند تەوانا بونى بۆ چالاكەيەكان لە پىشخویندنگە ھەيە. لەوانەيە مەرف وەك باوانىك لە مەلەو ھەست نەكات كە مندالەكە پتەوي ديارە، بەلام لەناو مندالانى تردا لە پىشخویندنگە كە كارمەندان ھەست ئەكەن نايا مندالەكە وەك بارى ئاسايى بەشداری ئەكات. ئەگەر مندالەكە زۆر ماندووبىت، نەخوات/نەخەيەت، تەوانستىيە ھۆشدانى نەبىت يان ئەگەر بە شۆبەيەكى تر نىشانى بەت كە تاقەتى نىيە لەگەلدا بىت، ئەوا گرنگە كە بەزوتەرين كات باوانى بىن و بۆ مەلەوي بىنەو. كارمەندان شارەزان لەودا كە بىيەن مندالەكە لە ژینگەي پىشخویندنگە چۆن دەگوزەرىت. جا لە كاتى دوو دلېيوىن دەربارەي دۆخى گشتى مندالەكە، ھەلسەنگەندى كارمەندانە كە يەكلایى كەم مەويە. ئەگەر مەرف وەك باوانىك نادانايە لەوي كە نايا مندالەكە دەتوانىت لە پىشخویندنگە بىت، دەتوانىت تەلەفون بۆ پىشخویندنگە بكات. بۆ نامۆزگارى دەرمانىيە تەلەفون بۆ ناوهندىيە تەندروستى يان. 1177 بەكە.

### رېيازەكانى ئەوي كە كەي مندالەكە نەچى بۆ پىشخویندنگە و لەمەلەو بەمىتەو:

- لە تەمەندا. لایەنى كەم لە ۲۴ كازىردا بى تا بىت (بەي ئەوي دەرمانى تا داگرتى درابىت) ئەمە پىش ئەوي بچىتەو پىشخویندنگەكە.

- لە ماندووبىدا. لەمەلەو لەگەل مندالەكەدا بەمىنەو كە كاتىك كە ئەو تاقەتى بە چالاكەيە ئاسايەكانى پىشخویندنگە نەخۆشە، بۆ نمونە كاتىك كە مندالەكە لەبەر كۆكە نەيتوانىو بەخەيەت.

- لە سەكچووندا و/یان رشانەودا. لەمەلەو بەمىنەو ئەو تا ئەو كاتەي كە مندالەكە نە رشانەو نە سەكچوونى وەك ناو روونى لە ۴۸ كازىردا نەبووبىت و ئاسايانە خۆراك بخواست.

- لەكاتى بوونى نەخۆشى پەتا بۆ نمونە ناگرە (ئىبىتېگۆ)، لەمەلەو بەمىنەو ئەو تاوەكو برىنەكان وشك دەبنەو.

- لە چارەكارى بە ئەنتىبىيوتىك (پەنسلین). لەمەلەو بەمىنەو ئەو تاوەكو دۆخى گشتى، تا و شتى تر باش دەبىت و ھەر و ھاش كە چارەكارىيەكە لایەنى كەم دوو شەوورژ بەردەوام بووبىت. ئەنتىبىيوتىك و دەرمانى تری كاتىي لەلایەن باوانەو ئەدرىت.

رۆتینە نەگۆرەكان وەك خۆراكواردن، خەوتنى رىكوپىك، بنەمايەكە بۆ ئەوي كە مندال تەندروست بىت. چالاكى جەستەي، خۆشترە لەدەر مەي مەلەو بىت، ھەم خۆشە و ھەم بۆ لەشساخى مندالەكە باشە. بەتانى بچكۆلە و ئازەلى نەرمى لەئامىزان و شتى لە بابەتە كە بۆ پىشخویندنگە دەھىرەن دەبىت بۆ شۆشتن لەبار بىن.

پاكرى دەست و پۆمىن / كۆكىن بە بەرى ئانىشكدا لە ناو ئەو نامۆزگار يانەدان كە لە پىشخویندنگە ھەن. كارمەندانى پىشخویندنگە و پتەيەكى تەوايان لەسەر دۆخى چلكردن لەناو مندالەكاندا ھەيە و دەتوانن يەكلایى بەكەمەو كە كەي رۆتینەكانى پاكرى پر اگرتن پتەيەت دەكات توند بكرىنەو.

### بۆ زانىيارى پتە

- بۆ نمونە، مەرف چۆن بكات ئەگەر مندالەكە نازارى گەرووى يان گوئى ھەبىت، بروانە: [www.1177.se](http://www.1177.se)
- پتە تووكى لىژنەي كۆمەلایەتى، پەتا لە پىشخویندنگەدا بروانە: [www.folkhalsomyndigheten.se](http://www.folkhalsomyndigheten.se)

زانىيارىيەكەم وەرگرت: رىكەوتى.....:واژووكردن .....