

Xanuunka jidiinka (Ont i halsen)

Infekshada jidiinka ku dhaca badankood iyagaa iskood ugu bogsada toddobaad gudihiis, xanuunkaas firus ama bakteeriya ha sababtee. Adiga iyo ilmahaaga ma idinku dhacay jidiin-xanuun iyo xummad aan lahayn qufac, xabeeb ama dhiif? Waxay markaa noqon kartaa cudurka cucumaha ama qumanka ku dhaca oo uu keeno infakshan uu sababay bakteeriyo, gaar ahaan nooca bakteeriyada ka mid ah oo loo yaqaan streptokocker.

Talooyin iyo macluumaad ku saabsan xanuunka jidiinka oo ay sababtay cudurka cumaha

In lagu daaweeyo antibiyootiko iyo in kale?

Haddii uu kugu dhaco xanuunka cumaha oo fudud dhaqso ugu ma bogsaneyso qaadashada anantibiyootikada. Haddiise dhuunta ama jidiinku aad kuu xanuunayo wuxuu dhakhtarku kugu sameynayaa baaritaan degdeg ah. Haddii baaritaankaasi muujiyo in ay dhuunta kaa gashay bakteeriyada streptokocker, waxaa lagugu la talinayaa in aad qaadato antibiyootiko. Haddii ay sidaas la garto, waxaa waqtiga xanuunka iska dhimaya 2 ilaa 3 maalmood. Kadib marka aad qaadato antibiyootikada 2 ilaa 3 maalmood ma qaadsiiyeyso cudurka dadka kale.

Qofka qaba bakteeriyada streptokocker lama daaweynayo

Waxaa caadi ah in carruurta ay dhuunta ka gasho bakteeriyada streptokocker iyagoo aan kala kulmin wax dhibaato ah. Ma jirto sabab ilmaha loogu sameeyo baaritaan degdeg ah mar haddii aysan ka muuqan in uu qabo cudurka cunaha. Waayadii hore waxaa dhici jirtey in cudurka cunuhu sababo xumad lafaha ah ama kelyaha oo barara. Laakiin maanta Sverige waa dhif iyo naadir in laga helo cilladahaas dheeraadka ah. Sidaas awgeed, ma habboona in antibiyootiko la siiyo dadka qaba stretokocker oo aan dhibaato ku qabin.

Talooyin wanaagsan

- Waxaa yareeya cabbitaanka iyo nacnac kulaylka.
- Waxaa la qaadan karaa kiniiniga xanuunka sida paracetamol ama ibuprofen).
- In la nasto marka xummad la qabo.
- In gacmaha badanaaba la dhaqo ama mayro si looga hortago in dadka kale la qaadsiiyo.

In fiiro gaar ah loo yeesho

Dhakhtarka dib ula xiriir haddii aad ka sii darto ama aad ku ladnaan weydo 3 ilaa 4 maalmood gudahood. Waxaad kaloo dhakhtarka la xirii-reysaa haddii ay ku dhibeyso in aad afka kala qaaddo ama wax la laqdo. Waxaana sabab u noqon kara in cunuhu ku bararo – qumamka oo malaxi ku samaysanto.

Daaweynta antibiyootikada marka loo baahdo oo qura

Waxaa muhiim ah in aan antibiyootikada isticmaalno oo qura marka ay waxtar dhab ah samayneyso. Waa in aan aamminnaa difaaca jirka iyo in aan jirka waqti u siinno sidii uu bogsiin lahaa infakshanada caadiga ah. Xummaddu mar walba uma baahna in ay noqoto waxyeelo ee waxay qayb ka noqon kartaa difaaca jirka.

- Antibiyootikadu waxba kama tarto infakshanada fiiriska.
- Antibiyootikadu ma soo gaabiso waqtiga cudurka ka dhasha infakshanada fudud ee bakteeriyada.
- Antibiyootikada waxaa weheliya waxyeelooyin ay ka mid yihiin shuban iyo cuncun ama xajiin.
- Isticmaalka faraha badan ee antibiyootikadu wuxuu keenaa in bakteeriyadu noqoto mid adkaysi badan (resistent).

Haddii aan yaraynno isticmaalka aan loo baahnayn ee antibiyootikada, waxaan ka hortegeynnaa in bakteeriyadu noqoto mid adkaysi badan. Markaas waxaan fursad u heleynaa daaweynta infakshanada halista ah ee hadda iyo mustaqbalkaba. Waxaan dhammaanteed caafimaadkeenna ku kordhin karnaa annagoo cunna cunto wanaagsan, dhaqdhaqaaqa badina iyo gacmaha oo aan inta badan mayrna.

Xanuunka infakshanka dhegaha (Öroninflammation)

Infakshanka dhegaha ee carruurta (marmarna dadka waaweyn) caadi ayuu ugu dhacaa, mana aha infakshan khatar ah. Infakshanku inta badan isaga ayaa iska bogsooda iyadoo aan loo isticmaalin antibiyootiko. Waxaa muddo afar iyo labaat tan saac gudahood loo baahnaan karaa kiniiniga xanuunjebiya, iyadoo aan loo eegin in antibiyootiko la qaato iyo in kale.

Talooyin iyo macluumaad ku saabsan infakshanka dhegaha

In lagu daaweeyo antibiyootiko iyo in kale?

Infakshanka dhegaha oo sahal ahi iskood ayey carruurta uga bogsootaa iyadoo aan la siin antibiyootiko. Badanaana waa carruurta da'doodu u dhexeyso hal sannad ilaa labo iyo toban sano. Laakiin haddii cunuggaagu jiro hal sano ama labo iyo toban sano ka weyn yahay oo uu ku dhaco infakshanka dhegahu, waxaa la siinayaa antibiyootiko. Xataa infakshanka laba wejilaha ah ee dhegaha oo ku dhaca carruurta ka yar labo sano iyo infakshanka dhegaha oo dillaaciya durbaanka dhegaha waxaa lagu daaweeyaa antibiyootiko. Mararka qaarkood wuxuu dhakhtarku qoraa warqad mar dambe lagu qaato daawo, haddii ilmuhu uu kaga soo ladnaan waayo maalin ama labo maalmood gudahood.

Dib ula soo xiriir

- Haddii dhegaha dibeddoodu bararto ama casaato amase dhegtu soo taagmato
- Haddii xanuunku ka soo daro oo ay weheliso xummad sare, kaar dheeraad ah ama xaaladda guud oo isbeddesha.
- Haddii dhegta dhacaan ka yimaado (amase u soo qaad warqaddii dhakhtarku qoray oo sii antibiyootiko).
- Haddii ay jiraan xaalado kale oo ka sii daray, sida xanuun, dhacaan soo daata ama wareer dheelliga ka dhumiya.

Talooyin wanaagsan

- Waxaa ilmaha la siinayaa daawada xanuunka dejisa, sida paracetamol. Waase haddii loo baahdo. Haddii ilmuhu ka weyn yahay 6 bilood, waxaa kaloo la siin karaa ibuprofen.
- Madaxa ilmaha kor u tiiri adigoo hoosta ka dhigaaya barkimooyin dheeraad ah ama kor u qaadaya sariirta madaxeeda.
- Ilmaha waa in xanuunka iyo xummaddu ka joogsadeen maalin iyo habeen ka hor inta uusan tegin xannaanada carruurta ama dugsiga.

Sii dabagal

Ilmaha uu hal dheg kaga dhacay infakshanku uma baahna in la sii dabagalo xanuunkiisa. Carruurta ka yar afar sano, waa in lagu baaro xarunta caafimaadka haddii uu dhacay:

- Infakshan dhegaha oo labawejile ah.
- Kaga dhaco infakshan hal dheg, tan kalena uu dhacaan ka soo daato bannaanka durbaanka dhegta.

Waxaa caadiyan dhaca in maqalku isu dhimo si kumeelgaar ah marka infakshan ku dhaco dhegaha. Sidaas awgeed, waxaa muhiim ah in carruurta jirta afar sano iyo wixii ka weyn iyo dadka waaweyn oo xanuun kaga dhacay labada dhegood lagu sameeyo baaritaan bal maqalku weli liito saddex bilood kadib. La xiriir dhakhtarka mar walba oo aad dareento ama ka shakisan tahay in ilmahaagu uusan si fiican wax u maqlin. Taas oo aan ku xirnayn haddii infakshanka dhegahu ku dhacay iyo haddii kale.

Daaweynta antibiyooti- kada marka loo baahdo oo qura

Waxaa muhiim ah in aan antibiyootikada isticmaalno oo qura marka ay waxtar dhab ah samayneyso. Waa in aan aamminnaa difaaca jirka iyo in aan jirka waqti u siinno sidii uu bogsiin lahaa infakshanada caadiga ah. Xummaddu mar walba uma baahna in ay noqoto waxyeelo ee waxay qayb ka noqon kartaa difaaca jirka.

- Antibiyootikadu waxba kama tarto infakshanada fiiruska.
- Antibiyootikadu ma soo gaabiso waqtiga cudurka ka dhasha infakshanada fudud ee bakteeriyada.
- Antibiyootikada waxaa weheliya waxyeelooyin ay ka mid yihiin shuban iyo cuncun ama xajiin.
- Isticmaalka faraha badan ee antibiyootikadu wuxuu keenaa in bakteeriyadu noqoto mid adkaysi badan (resistenta).

Haddii aan yaraynno isticmaalka aan loo baahnayn ee antibiyootikada, waxaan ka hortegeynnaa in bakteeriyadu noqoto mid adkaysi badan. Markaas waxaan fursad u heleynaa daaweynta infakshanada halista ah ee hadda iyo mustaqbalkaba. Waxaan dhammaanteed caafimaadkeenna ku kordhin karnaa annagoo cunna cunto wanaagsan, dhaqdhaqaaqa badina iyo gacmaha oo aan inta badan mayrna.

Xanuun ku dhaca neefmareenka (Luftrörskatarr)

Marka infakshanka ku dhaco neefmareenka, waxaa barara ama cuncun yeesha mareenada neefta. Dhibaataada ugu darani waa qufaca oo socda ilaa saddex toddobaad. Waxaad adiga ama cunuggaagu isku arki kartaa xummad, dhuun-xanuun iyo diif. Infakshanka mareenada neefta waxaa sababa fiirus. Badanaana isagaa infakshankaasi iskii isaga baaba'a.

Talooyin iyo macluumaad ku saabsan infakshanka mareenada neefta

In lagu daaweeyo antibiyootiko iyo in kale?

Infakshanka ku dhaca mareenada neefta looma baahna in lagu daaweeyo antibiyootiko, haddii qofku uu sidiisa kale uga caafimaadqabo sambabada. Xataa haddii infakshanka neef-mareenada uu keenay bakteeriyo, antibiyootikadu dhaqso kuuma caafimaadineyso. Dadka la og yahay in ay cudur ka qabaan sambabada waxaa mararka qaarkood la siiyaa antibiyootiko looga daaweeyo infakshanka neef-mareenada.

Qufacu waa difaac

Qufaca uu keeno infakshanka neef-mareenadu waa mid dhib badan, laakiin wuxuu qayb ka yahay difaaca jirka. Xaakada neef-mareenadu waxay difaacdaa jirka iyadoo soo ururineysa habaaska, bakteeriyada iyo fiiruska aan gudaha u neefsanno. Marka aan qufacno waxaan dibedda u soo tufnaa xaakadaas. Sidaas ayaan jirka uga saarnaa waxyaalo uusan u baahnayn. Haddii kale waxaa dhici lahayd in ay ku kaydsamaan sambabada oo ay sababaan infakshano hor leh. In qufacu raago waxaa ugu wacan in cuncunka neef-mareenadu uu tartiib u soo bogsanayo.

Talooyin wanaagsan

- Cabbitaanku wuxuu badanaaba qaboojiyaa jidiinka, yareeyaana qufaca. Laakiin saamynta daawada qufacu ay ku leedahay qufaca aad ayey u yar tahay.
- Daawada xanuunka iyo xummaddu (sida paratamol ama ibuprofen) waxay dejiyaan xummadda, dhuun-xanuunka iyo laabta oo xanuunta.
- Haddii ilmuhu uu aad u qufacayo habeenkii, waxaa yaraata hurdadiisa. Haddaba la joog ilmaha guriga si uu u nasto.
- Sigaar-cabbiddu waa ay uga sii dartaa oo wuxuu kordhiyaa khatarta in xanuunku soo noqnoqdo.
- Ku qufac oo ku hindhis laabka gacanta ama waraaqda diifka, gacmahana inta badan dhaq ama mayr si looga hortago in dadka kale la qaadsiiyo.

In fiiro gaar ah loo yeesho

Badanaa waxay qaadataa 2 ilaa 3 toddobaad inta aad gebi ahaanba ka caafimaadeyso. Haddii aad caafimaad qabto qufaca ka sokow, markaas uma baahnid in aad welwesho. Haddiise aad bilowdo in aad dhiig qufacdo ama aad dareento in neeftu kugu dhegeyso, la xiriir rugta daryeelka caafimaadka aad ka tirsan tahay. Haddii qufacu kaa joogsan waayo 4 ilaa 5 toddobaad kadib, ama uu qufac waqti dheer kugu soo noqnoqdo sannadkii marar badan, la xiriir rugta daryeelka caafimaadka.

Daaweynta antibiyootikada marka loo baahdo oo qura

Waxaa muhiim ah in aan antibiyootikada isticmaalno oo qura marka ay waxtar dhab ah samayneyso. Waa in aan aamminnaa difaaca jirka iyo in aan jirka waqti u siinno sidii uu bogsiin lahaa infakshanada caadiga ah. Xummaddu mar walba uma baahna in ay noqoto waxyeelo ee waxay qayb ka noqon kartaa difaaca jirka.

- Antibiyootikadu waxba kama tarto infakshanada fiiruska.
- Antibiyootikadu ma soo gaabiso waqtiga cudurka ka dhasha infakshanada fudud ee bakteeriyada.
- Antibiyootikada waxaa weheliya waxyeelooyin ay ka mid yihiin shuban iyo cuncun ama xajiin.
- Isticmaalka faraha badan ee antibiyootikadu wuxuu keenaa in bakteeriyadu noqoto mid adkaysi badan (resistent).

Haddii aan yaraynno isticmaalka aan loo baahnayn ee antibiyootikada, waxaan ka hortegeynnaa in bakteeriyadu noqoto mid adkaysi badan. Markaas waxaan fursad u heleynaa daaweynta infakshanada halista ah ee hadda iyo mustaqbalkaba. Waxaan dhammaanteed caafimaadkeenna ku kordhin karnaa annagoo cunna cunto wanaagsan, dhaqdhaqaaqa badina iyo gacmaha oo aan inta badan mayrna.

Sanqada oo xanuunta (Ont i bihálorna)

Marka qofka hargab ku dhaco, waxaa barara xuubabka sanko iyo sanqada. Waxaadna adiga ama carruurta heshaan xaako iyo sanqada oo idin xanuuna. Carruurta ugu yaryar wuxuu hargabku ku dhacaa 8 ilaa 12 goor sannadkii. Dadka waaweynna wuxuu ku dhacaa hargabku 2 ilaa 3 goor sannadkii ama ka badan haddii ay la nool yihiin carruur. Antibiyootikadu waxba kama tarto hargabka ama durayga.

Infakshanka sanqada waxaa badanaaba sababa fiirus ama bakteeriyo, laakiin waxaa kaloo sababi kara waxyaalo kale oo ka mid yihiin xasaasiyadda (allergija). Infakshanada badankood iyagaa iskood isaga bogsooda.

Talooyin iyo macluumaad ku saabsan xanuunka sanqada

Carruurta

Infakshanada carruurta ku dhaca waxay qayb muhiim ah ka yihiin dhismaha difaaca jirka. Sidaas awgeed ayuu hargabku badanaaba ugu dhacaa carruurta oo ay u yeeshaan diif midab leh, taas oo ay haya waqti dheer. Daawada antibiyootiko waxba kama tarto xanuunka noocaan ah. Carruurta diifku ka soo daato waqti dheer waxaa sabab u noqon kara iyadoo waxyaalo dibedda ka yimid sida kuul ama wax kale ay isku gudbaan sanko.

Dadka waaweyn

Antibiyootikadu badanaaba waxba kama tarto infakshanka sanqada aan sidaas u darnayn. Dadka waaweyn oo uu toban maalmood ka badan hayo hargab uu weheliyo diif midab leh, dhafoor xanuun iyo ilko xanuun, waxaa wax tari kara antibiyootiko. Taasi waxay khuseysaa haddii dhakhtarku uu baaritaan sanko uga dhex helo diif xujmad weyn iyo haddii dhibaataadu tahay mid hal weji leh.

Infakshanka daran ee sanqada oo lagu ogaado raajada ama qalabka lagu eego jirka gudhiisa, waxaa waqtiga bogsashada laga dhimi karaa 4 ilaa 5 maalmood. Dhibaataada xanuunku waxay badanaa socota waqti dheer, 2 ilaa 3 toddobaad, haddii antibiyootiko laga daaweeyo ama haddii kale.

Talooyin wanaagsan

- Sanko oo lagu nadiifiyo biyo diirran ama biyo cusbo leh waxay yareysaa xanuunka.
- Haddii sanko aad u xiran yahay waxaa lagu isticmaali karaa daawada sanko lagu buufiyo oo bararka dejisa, waase in la isticmaalo ugu badnaan toban maalmood.
- Daawada xanuunka dejisa haddii loo baahdo, sida paracetamol ama ibuprofen.
- Daawada sanko lagu buufiyo oo kortison ku jiro waxay wax u tari kartaa dadka waaweyn, gaar ahaan marka allergija la qabo ama sanko xasaasi noqdo.
- Barkimooyin dheeraad ah oo madaxa la hoosgeliyo marka la jiiifo.

In fiiro gaar ah loo yeesho

Carruurta: Doono gargaar caafimaad degdeg ah haddii la qabo xummad sarreysa, daal iyo barar iyo casaan lagu arko sanqada ama indhaha dushooda.

Dadka waaweyn: Xanuun waqti dheer (3–4 toddobaad ama ka badan), xanuun xooggan, wejiga oo barara ama xummad sarreysa waxay astaan u yihiin in aad u baahan tahay gargaar caafimaad oo degdeg ah.

Daaweynta antibiyootikada marka loo baahdo oo qura

Waxaa muhiim ah in aan antibiyootikada isticmaalno oo qura marka ay waxtar dhab ah samayneyso. Waa in aan aamminnaa difaaca jirka iyo in aan jirka waqti u siinno sidii uu bogsiiin lahaa infakshanada caadiga ah. Xummaddu mar walba uma baahna in ay noqoto waxyeelo ee waxay qayb ka noqon kartaa difaaca jirka.

- Antibiyootikadu waxba kama tarto infakshanada fiiriska.
- Antibiyootikadu ma soo gaabiso waqtiga cudurka ka dhasha infakshanada fudud ee bakteeriyada.
- Antibiyootikada waxaa weheliya waxyeelooyin ay ka mid yihiin shuban iyo cuncun ama xajiin.
- Isticmaalka faraha badan ee antibiyootikadu wuxuu keenaa in bakteeriyadu noqoto mid adkaysi badan (resistent).

Haddii aan yaraynno isticmaalka aan loo baahnayn ee antibiyootikada, waxaan ka hortegeynnaa in bakteeriyadu noqoto mid adkaysi badan. Markaas waxaan fursad u heleynnaa daaweynta infakshanada halista ah ee hadda iyo mustaqbalkaba. Waxaan dhammaanteed caafimaadkeenna ku kordhin karnaa annagoo cunna cunto wanaagsan, dhaqdhaqaaqa badina iyo gacmaha oo aan inta badan mayrna.

Svinkoppor ama Impetigo (Svinkoppor)

Svinkoppor waxa weeye infakshan la is qaadsiiyo oo badanaaba ku dhaca maqaarka carruurta gaartay da'da dugsiyada barbaarinta. Nooca svinkoppor oo ugu caansan wuxuu maqaarka ka soo saara finan wata malax huruud ah. Waxaana sababa bakteeriyada loo yaqaan stafylokocker iyo streptokocker.

Svinkoppor ama impetigo wuxuu badanaaba ka muuqda wejiga, laakiin waxaa laga heli karaa jirka oo dhan. Bakteeriyadu waxay si fudud ugu dhegtaa maqaarka qoyan oo bararsan. Sababtaas ayuu svinkoppor ugu dhacaa carruurta qabta cambaarta. Haddaba si maqaarka carruurtaasi u noqdo mid jilicsan oo fayow, waxaa muhiim ah in lagu dhaasho ama subko kareem maqaarka jilciya iyo kiriim kortison leh.

Talooyin iyo macluumaad ku saabsan svinkoppor ama impetigo

Daryeelka inbeddelada yaryar ee maqaarka

Isbeddelada yaryar ee maqaarku iskood ayey u bogsadaan iyadoo la adeegsanayo saabuun iyo biyo. Finanka qoy oo si fiican u mayr subaxdii iyo habeenkii ilaa inta ay finanku ka baaba'ayaan. Waxaa kaloo wax ka tari karaa haddii lala isticmaalo kiimikada klorhexidin (klorhexidinlösning) oo bakteeriyada ka hortaga. Daawada klorhexidin waxaa warqad dhakhtar la'aan lagu iibiyaa farmashiyaha, waxaana la isticmaali karaa hal toddobaad.

Antibiyootikada loo isticmaalo isbeddelada maqaarka ee waaweyn ama nabarrada bogsan waayey

Haddii ay nabarradu bogsan waayaan toddobaa, ka kadib ama ay sii fidaan, waa in aad la xiriirtaa rugta daryeelka caafimaadka. Waayo waxaa loo baahnaan karaa kareemka antibiyootiko ah oo la mariyo maalintii sadex goor muddo shan maalmood ah.

Haddii isbeddel baahsani ku dhacay maqaarka cunuggaaga ama cudurka svinkoppor ka sii daray, waxaa loo baahan karaa antibiyootiko dareere ama kiniini ah.

Ka hortag in dadka kale la qaadsiiyo

Waxaa svinkoppor lagu kala qaadaa jirka dadka oo istaabta ama uu jirka taabto alaab uu afka geliyey ilmo qaba svinkoppor.

- Carruurta iyo waalidkuba waa in badanaaba mayraan gacmaha. Waxaa lagu talinayaa in la isticmaal sabuun dareere ah iyo tirtirayaasha hal mar la isticmaalo ama shukumaan qofku iska leeyahay. Istickmaal alkolada gacmaha lagu mayro.
- Ha la iska ilaaliyo in nabarrada la taataabto.
- Haddii ay suurtagal tahay ha lagu duubo faashad daldalool leh.
- Carruurta ha laga jaro ciddiyaha.
- Badanaaba beddel dharka iyo harqadaha.
- Ha laga carruurta qoriga cadayga iyo rabadhka (napp) ilmuhu nuugaan.
- Ha la mayro alaabta carruurta ku cayaarto oo ha la nadiifiyo gacanqabsiga ilmuhu taabtay.

Carruurta dhigata dugsiyada barbaarinta waa in ay guriga joogaan ilaa inta nabarradu gebi ahaanba ka qallalayaan. Carruurta waaweyn oo fahansan muhiimadda in gacmaha la mayro waa tegi karaan dugsiga.

Daaweynta antibiyootikada marka loo baahdo oo qura

Waxaa muhiim ah in aan antibiyootikada isticmaalno oo qura marka ay waxtar dhab ah samayneyso. Waa in aan aamminnaa difaaca jirka iyo in aan jirka waqti u siinno sidii uu bogsiiin lahaa infakshanada caadiga ah. Xummaddu mar walba uma baahna in ay noqoto waxyeelo ee waxay qayb ka noqon kartaa difaaca jirka.

- Antibiyootikadu waxba kama tarto infakshanada fiiruska.
- Antibiyootikadu ma soo gaabiso waqtiga cudurka ka dhasha infakshanada fudud ee bakteeriyada.
- Antibiyootikada waxaa weheliya waxyeelooyin ay ka mid yihiin shuban iyo cuncun ama xajiin.
- Istickmaalka faraha badan ee antibiyootikadu wuxuu keenaa in bakteeriyadu noqoto mid adkaysi badan (resistent).

Haddii aan yaraynno isticmaalka aan loo baahnayn ee antibiyootikada, waxaan ka hortegeynnaa in bakteeriyadu noqoto mid adkaysi badan. Markaas waxaan fursad u heleynaa daaweynta infakshanada halista ah ee hadda iyo mustaqbalkaba. Waxaan dhammaanteed caafimaadkeenna ku kordhin karnaa annagoo cunna cunto wanaagsan, dhaqdhaqaaqa badina iyo gacmaha oo aan inta badan mayrna.