Conjunctivitis

Daaf

Somali

Daafku waa infakshanka indhaha oo caadi ah, gaar ahaan carruurta ka yar shan sano jirka. Waa caabuq (barar iyo guduudasho) daafku kaas oo ku dhaca xuubka cad oo daboolaya qeybta cad ee indhaha iyo gudaha daboolka indhaha. Marmarka qaarkood daafka waxaa loogu yeeraa ‘isha cas’, sababtoo ah indhaha waxay u e’g yihiin casaan ama gaduud.

Daaweyntu waxay ku xiran tahay nooca xanuunka loo yaqaan daafka ee ku dhacay ilmahaaga. Daafku wuxuu noqon karaa cudur faafa ama xaalad xasaasiyadeed. Daafka faafaa waa infakshan aad laysku qaadsiiyo.

Astaamaha iyo calaamadaha daafka

Haddii ilmahaagu qabo xanuunka ‘daafka’, waxay yeelan karaan:

- isha guduudan ama casaanka ah (ama labada indhodba)
- gaduudka ka dambeeya daboolka isha
- bararka daboolka indhaha, oo ka dhigaya inay u muuqdaan kuwa bararsan
- ilmo xad-dhaaf ah
- dheecaan isugu jira cagaar iyo huruud oo isha ka soo baxa marka ilmuhu hurdo, oo keenaya baqbaqa ku wareegsan daboolka indhaha
- nacaybka nalalka dhalaalaya (nacaybka - ifka)
- dareen cuncun (sida ciid isha ku jirta)
- cuncunka indhaha iyo marmaridda isha.

Calaamaduhu badanaa waxay ku dhacaan 24 illaa 72 saacadood markay noqdaan infekshan, waxayna socon karaan laba maalmood ilaa saddex toddobaad.

Maxaa keena daafka?

Daafka faafa

Daafka waxaa sababi kara caabuq (fayrus ama bakteeriya), kaas oo aad u faafa. Ilmahaagu wuxuu qabi karaa daafka faafa haddii ay la soo taabtaan:

- dheecaanka ka soo baxa indhaha, sanka ama dhuunta qofka cudurka qaba taasoo ah taabasho, qufac ama hindhiso
- faraha faddaraysan ama walxaha
- biyaha wasakheysan ama shukumaannada wasakhaysan marka la dabaalanayo.

Qofka qaba infekshinka daafka ayaa sii wadi doona faafinta illaa iyo inta uu dhacaanku ka soo baxaya isha.

Haddii ilmahaagu uu qabo daafka faafa, ha u ogolaan inay la wadaagaan dhibcaha indhaha, tiishuuga, waxyalaha la ismariyo, shukumaanada ama barkimaha dadka kale. Carruurta qabta daafka faafa waa in guriga lagu hayaa oo laga joojiya xanaanada caruurta, kindhaha ama dugsiga illaa iyo inta dheecaanka ka imaanaya indhaha uu joogsanay. Hubi inaad si joogta ah u dhaqdo gacmaha si aad uga hortagto in infakshanku uu ku faafo dadka kale.

Xasaasiyadda daafka

Daafka waxaa sidoo kale sababi kara xasaasiyad. Xasaasiyadda “allergic” maaha mid la isqaadsiiyo. Waxay u badan tahay carruurta leh taariikhda xasaasiyad kale. Ilmahaaga ayaa badanaa muujiya calaamadaha kale ee sanboorka ah haddii daafku yahay mid ka dhashay xasaasiyad. Calaamadaha waxaa ka mid ah cuncun ama duuf sanka iyo hindhisada, iyo indhaha oo cuncun iyo biyo leh. Carruurta qabta daafka xasaasiyadeed ayaa had iyo goorba indhahooda marmara.

Daryeelka guriga ah

Haddii calaamaduhu ay yihiin kuwo sahlan, nadiifinta khafiifka ah ee indhaha lagu nadiifiyo suufka la dhexgaliyey biyo diirran ayaa laga yaabaa inay ka caawiso ilmahaaga inuu ku roonaado.

- U-nadiifi hal jiho oo keliya, adoo isha dibada uga soo nadiifinaya (dhinaca sanka) ee isha. Tani waxay ka hortagaysaa isha kale inay qaadsiiso haddii hal il ay xanuunsanayd.
- Iska tuur marada suufka mar kasta si looga hortago dib u soo-fadarowga.

Ha isku dayin inaad ku nadiifiso gudaha daboolka indhahaaga sababtoo ah taasi waxay u keeni kartaa waxyeello xuubka isha. Dhibcaha indhaha oo wax saliideeya sida 'ilmo macmal ah' ayaa laga yaabaa inay siiyaan xoogaa gargaar ah.

Indho xanuun, bararsanaan iyo indha-cuncun uu sababo daafka xasaasiyadda ah waxaa laga yaabaa in lagu daweeyo antihistamines. Kala hadal dhaqtarkaaga ama farmashiistaha wax ku saabsan isticmaalka antihistamine ee ilmahaaga.

Waxaa laga yaabaa inaad maqashay in caanaha naaska loo isticmaali karo indhaha ilmaha haddii ay yihiin kuwo ciriiri ama isku dhegdhegaya. Caanaha naasku ma daaweyn karaan daafka mana jirto wax faa'iido ah in lagu isticmaalo indhaha ilmahaaga, hase ahaatee maaha wax waxyeello ma leh. Caanaha Foormaladu waa in aan marnaba la isticmaalin.

Goorta la arkayo dhaqtarka

La xiriir dhaqtarka haddii daafka ilmahaagu uusan kusoo fiicnayn laba maalmood kadib, ama haddii ilmahaagu leeyahay mid ka mid ah waxyaalahan soo socda:

- xanuun daran
- dhibaatooyinka xagga aragtida/aragga indhaha
- bararka oo kordhay, guduudasho iyo jilicsanaanta daboolka indhaha iyo agagaarka indhaha
- guud ahaan waa mid aan fiicnayn oo qandho leh
- bar caddaan joogto ah oo ku taal isha cad ('daaqadda' bannaan ee isha hore).

Dhaqtarku wuxuu qeexi doonaa nooca daafka ee ilmahaaga, waxaana laga yaabaa inuu kugula taliyo daaweynta dhibcaha antibiyootiga ee bakteeriyada daafka. Daaweyntu waa in lagu sameeyaa labada indhoodba, xitaa haddii hal il ay u muuqato in cudurka hayo. Ku sii wad isticmaalka dhibcaha ilaa laba maalmood ka dib marka dheecaanku joogsado.

Qodobbada muhiimka ah ee in la xusuusto ah

- Daafka wuxuu noqon karaa cudur faafa ama xaallad xasaasiyadeed. Haddii uu faafo, badanaa waa la is qaadsiiyaa.
- Ilmaha qaba daafka faafa wuu qaadsiin karaa ilaa inta uu joogsanayo dheecaanka ka imaanaya indhaha.
- Carruurta qabta daafka faafa waa in lagu hayaa guriga lagana joojiyaa xannaanada ilmaha, kindhaha ama dugsiga.

Macluumaad dheeraad ah

- U tag dhaqtarkaaga, Kalkaalisada Caafimaadka Hooyada iyo Ilmaha ama farmashiistahaaga.
- Warbixinta Caafimaadka Ilmaha: Xummad carruurta (rch.org.au/kidsinfo/fact_sheets/Fever_in_children)

Waxaa soo diyaariyay The Royal Children's Hospital isagoo taageero ka helaya Dawlad-goboleedka Victoria Government rch.org.au/kidsinfo

Dib-u-eegidda 2018

Kids Health Info waxaa taageera The Royal Children's Hospital Foundation. Si aad ugu deeqdo, ka eeg rchfoundation.org.au

Afeefta

Macluumaadkani maaha inuu beddelo wada hadalka dhaqtarkaaga ama xirfadlaha daryeelka caafimaadka. RCH wuxuu sameeyey dadaal macquul ah si loo hubiyo in macluumaadkani uu sax yahay wakhtiga daabacaadda. RCH kama ahan mas'uul wixii khalad ah, isfaham la'aan, ama guusha daaweyn kasta oo lagu xusay qoraalladan. Macluumaadkan si joogto ah ayaa loo cusboonaysiiyaa. Had iyo jeer hubi oo hubi in aad haysato macluumaadkii ugu dambeeyey.