



St. James-Assiniboia School Division

Great Schools for Growing and Learning

SOMALI

December 8, 2022

Dhamaan Waalidiinta iyo Daryeelayaasha Caruurta:

Horaanta isbuucaan waxaa shir isugu yimid madaxa caafimaadka Maanitoba Dr. Brent Roussin, iyo Dr. Elisabete Doyle oo ah madaxa isbitaalka caruurta HSC's Children's Hospital. Shirkaas oo lagu qabtay town hall, kaas oo looga hadlay korarka caruurta qabta cudurka RSV ama influenza (**waa fayras ku dhaca neef mareenka oo leh hargab iyo qufac**), Waxaan halkaan kuugu soo gudbinaynaa soojeedin ay soo gudbiyeen qaar kamid ah qubaro cafimaad si ay kaaga caawiyaan hadii ay jiraan caruur kaa xanuunsan xiligaan qaboobaha ah.

<https://www.youtube.com/watch?v=7dn8kr4mC3E>

Sideen u ilaalin karaa caruurteyda xili hargabeedkaan?

Dr. Roussin: Waxaa jira talaabooyin farabadan oo aan qaadi karno oo aan ku difaaci karno nafteena. Waxaad hubin kartaa in talaalku yihiin kuwo casri ah, joog guriga markaad xanuunsan tahay, dhaq gacmahaaga, oo ku dadaal nadaafada (marka aad qufacayso ama hindhiseyso suxulka saar afkaaga), waxaadna xiran kartaa mask marka aad joogto goobaha bulshadu isugu timaado.

Goorma ayay tahay in caruurteyda la tallaalo?

Dr. Roussin: Dadku waa inay iska tallaalaan (Covid 19 ama Hargabka) sida ugu dhakhsiyaha badan, haddii ay xanuunsan yihiina waa inay sugaan inta ay ka bogsanayaan ka dibna kala hadalaan dhaqtarkooda qaaska ah talabada ku haboon oo ay qaadayaan.

Goorma ayay tahay in ilmahaygu ka joogaan iskuulka ama xannaanada oo ay guriga joogaan?

Dr. Roussin: Caruurta waa in ay guriga joogaan isla marka ay ka soo muuqdaan calaamadaha xanuunka. Haddii uu yahay hargabka ku dhaca neefmareenka kaas oo aan laheyn daawo rasmi ah sidaas darteed waa in ay caruurta joogaan gurigooda maalmo inta ay ka dhamaanayaan calaamadaha xanuunka sida qandhada iyo gabi ahaanba calaamadaha kale.

Gaar ahaan COVID, dadku waa inay sugaan ugu yaraan shan maalin ka dib marka laga helo cudurka ama bilawga calaamadaha ka hor intaysan ku laabanin iskuulada ama xannaanada caruurta.

Goorma ayay tahay inaa isbitaalka geeyo caruurta?

Dr. Doyle: Mar kasta oo aad aragto ilmahaaga oo ay ku adag tahay neefsashada ama naqaska ku dhaganyahay taas oo macnaheedu noqon karo in duleelka sanku xiranyahay ama aanan ka neefsan Karin taasi waa sabab loo aado waaxda gargaarka degdegga (emergesiga) si ay kuu caawiyaan.

Intaa waxaa dheer, haddii aysan caruurtaada wax cabin ama aysan ku filneyn waxa ay cabeen, haddii ay hurdaan oo aanay soo toosin iyo haddii ilmo ka yar saddex bilood ku aragto qandho, kuwaasu waa sababaha loo aado gargaarka degdegga (emergesiga).

Maxaan sameeyaa hadaan caruurteyda ku arko qandho?

Dr. Doyle: Waxaa jira sababa fara badan oo aad kula tacaali kartid qandhada sida inaad siiso qansho jabiye una shido qaboojiye hadii uusan canuga ka yareen sedex bil ee uu yahay dhalaan markaas dhashay intaas uma baahna in aad u tagto gargaarka dagdaga ah (emergesiga).

Waxaa laga yaabaa inay adag tahay in la helo daawada carruurta ee qandha jabinta sababo la xiriiro arimaha suuq kenista. Waalidiintu waa in la kaashadaan farmashiistaha si uu uga caawiyo taynolka iyo iborofinka dadka waaweyn si loogu qiyaaso in ay caruurta qaadan karaan oo qiyaastooda ah.

Haddii aad qabto su'aalo ku saabsan caafimaadka ilmahaaga waxaad ka heli kartaa macluumaad dheeraad ah website-ka Sharedhealth: <https://sharedhealthmb.ca/patient-care/where-to-go/children-and-teens/> ama waxaad wici kartaa Health Links 204 -788-8200.

Waxaan rajeyneynaa inaad heshay macluumaadkaan oo ah mid waxtar leh waxaana u rajeyneynaa adiga iyo qoyskaaga caafimaad wanaagsan xiligaan qaboobaha.

SJASD would like to thank Winnipeg One School Division for providing permission to reproduce this Town Hall synopsis in multiple languages: <https://www.winnipegsd.ca/page/24061/flu-season>.