

Xiliga talaalka

”Waa muhiim in aad is talaasho si aad adigu isku badbaadiso, badbaadi dadka kale hakina fiditaanka cudurka.”

Arne Runehagen, dhakhtarka difaacida cudurada faafa ee gobolka Kronoberg.

Gobolka Kronoberg waxa uu dhamaan ugu deeqayaa talaal **lacag la'aan ah** oo durayga cusub ee A(H1N1) ah. Si aad difaac buuxa u hesho **waxa aad u baahan tahay laba daws** oo ay ugu yaraan sadex asbuuc u kala dhaxeeyaan.

Kooxaha halista ah kow – kadibna da'da

Dadka qaba cudurada khatarta ah iyo dumarka uurka leh ayaa halis dheeraad ah ugu jira in ay qaadaan cudurkana halis galin karaa. Sidaas daraadeed ayaa iyaga loo hor siin doonaa talaalka, iyga iyo shaqaalaha caafimaadkaba.

Kadibna waxa la talaali doonaa da'walba hal mar. Laga bilaaba yaryarka maadaama ay iyagu ka halis badan yihiin dadka waaweyn.

Kala horeynta talaalka

Xiliga la filaayo in uu bilowdo

| | |
|---|--------------------------|
| Caafimaad ahaan kooxaha halista ugu jira ilaa 50 sano, dumarka uurka leh iyo shaqaalaha caafimaadka, dawska 1 | 15 oktoobar |
| Caafimaad ahaan kooxaha halista ugu jira ee 50 sano ka weyn Dawska 2 | 27 oktoobar noofambar |

Talaalka inta kale

| | |
|------------------------------|-------------------------|
| carruurta 3–12 sano | 24 noofambar |
| Intaa kadib da'walba hal mar | diisambar–febraayo 2010 |

Warbixin dheeraad ah oo taas ku sabsan waxa ka heli kartaa majaladda la yidhaa Det goda livet magasin, kaas oo sanduuqa boosta ka soo dhacaaya 7–8 noofambar, iyo www.ltkronoberg.se.

Soo bandhigida dawska 2 loo soo bandhigaayo bulshada waxa ay imaan doontaa sanadka cusub ka dib, kadib marka dhamaan dadka loo soo bandhigo dawska 1.

Caafimaad ahaan kooxaha halista ugujira

Dumarka uurka leh iyo dadka ka yar 6 bilood ee xidhiidh joogto ah dhakhtarka la leh sababtan awgeed:

- xanuunka Kala xidha sanbabka (KOL) ama cudurada kale ee sanbabka ku dhaca
- xiiqda (astma) sida joogtada ah loogu daaweeyo kortisonta la nuugo
- baruur aad u badan oo naafsashada saameysa
- xanuunka neerfaha muruqyada, tusaale ahaan sida cudurka MS ama ALS kuwaas oo neefsashada saameeya
- xanuunka wadnaha iyo xididada dhiiga, sida daciifka wadnaha, dubaaxinta xididada dhiiga, dubaxinta muruqyada wadnaha.
- difaaca jidhka oo hoos u dhacsan, sida qaadashada sunta unugyada oo socota ama cudurka HIV-ga
- cudurka beerka- ama kalyaha oo istaaga
- daaweynta insuliinta ee macaanka
- carruurta qabta CP/laxaad la'aan

Daaweynta guriga ee degmada

Hadii aad adigu haysato daawenta guriga ee degmada waxa talaalka lagu soo ban dhigi doonaa guriga.

Xiligan u qorsheysan in lafuro waa la badali karaa, warka socda waxa mar kasta laga heli karaa www.ltkronoberg.se. Kharashka safarka ee marka talaalka loo soo socda lama bixinaayo.

Waxa kale oo aad talaalka lagu siin karaa hadii aad si caadi ay u booqato tusaale ahaan rugta caafimaadka ama marka cusbitaal lagu dhigo.

Talaalada carruurta

- Carruurta laga bilaabo 6 bilood ilaa 3 sano ee ku jira kooxda halista ugu jirta ayaa lagu talaali doonaa xanaanada carruurta – iyo da'yarta ee Ljungby Lasarett iyo sidoo kale Centrallasarettet Växjö.
- Carruurta ka yar 3 sano ee aan ku jirin kooxaha khatarta u ah, lagulama talinaayo talaalid.
- Carruurta laga bilaabo sadex ilaa da'da dugsiga waxa lagu talaali hadii ay caadi u booqdaan xarunta xanaanada carruurta ama xarumaha talaalka.
- Carruurta iyo da'yarta da'da dugsiga ku jira waxa talaali waaxda caafimaadka dugsiga. Warbixin u gaar ah dugsiga ayaa bixin doona.

Siyaabahan ayaad ugu dhib yareyn kartaa talaalka

- Soo qaado aqoonsi sawirkaagu ku yaalo.
- Marka aad timaado goobta talaalka waxa aad inta aad sugayso ku buuxin doonta foom taariikhda dhalashadaada, hadii aad xasaasiyad leedahay iyo cuduradaada kale.
- Soo qaado wax aad akhrisato ama wakhtiga isku dhaafiso!
- Talaalka waxa laga qaataa cududa, sidaas daraadeed soo xidho funaanad gacmo gaab ah.

Isbedelka iyo hakadka

Dhamaan gobolada dalka Swiidhan ayaa sameynaaya talaalkan iyaga oo raacaaya tilmaanta qaranka ee guud. Waa talaalka ugu weyn ee laga fuliyo Swiidhan. Waxa aan idinka dalbaneynaa dulqaad iyada oo uu talaalku dhamaan karo maalmaha qaarkood. Warbixintii ugu danbeysay ee qorshahayaga ku sabsan, ka akhri www.ltkronoberg.se

Warbixin ku sabsan durayga iyo talaalka

- Hadii aad xanuunsaneyso ama aad talo ku sabsan daryeelka caafimaadka rabto, ka akhri www.1177.se ama soo wac 177.
- Laga bilaabo 12 oktoobar waxa aad jawaabaha su'aalaha gaarka ah ee talaalka su sabsan ka heli kartaa. Soo wac 1177, marka aad dhaqeysato cajalada ayaad riixaysaa 9. Adeegan waxa uu furan yahay maalin kasta saacadaha 08–17.
- Hadii aad su'aalo kale oo durayga cusub ee A(H1N1) qabto ka akhri war dheeraad ah www.krisinformation.se ama soo wac 020-20 20 00 – waa khad telefoon oo hay'ada dawlada ee qaabilsan ay ka jawaabeeyso su'aalaha guud.

Warbixintan waxa lagu turjumey afaf kala duwan. Soo booqo bogayaga kadibna riix calaamada calanka ee boga korkiisa ku taala.