



Gargaarka degdeg- ga ah ee carruurta

Tilmaanbixinnada caafimaadka iyo nololwanaagga dadka dalka u soo guuray



Funded by
Asylum, Migration and
Integration Fund, AMIF,
of the European Union



MARJAT

Mahanmuuttajien kotoutumisen
edistäminen terveyden ja
hyvinvoinnin keinoin

TURKU AMK 
TURKU UNIVERSITY OF
APPLIED SCIENCES



Gargaarka degdegga ah

- gargaarka degdegga ah waxaa loola jeedaa caawimaadda koowaad ee qofka jirran ama dhaawaca ah lagu siiyo goobta ay wax kula dhaceen.
- Gargaarka degdegga ah waxaa lagu sii hayaa shaqooyinka unugyada nololsha qofka waxaana looga hortagaa in xaaladdiisu xumaato.

Kogidda xumaddu keento

Kogidda xumaddu keento waxey imaan kartaa haddii ay xumadda cunuggu kacsanaanto ama ay s degdeg ah u gaarto derajada 38. Sababta lama yaqaan. Qeyb ahaan waxey sababtu noqon kartaa wax la iska dhaxlo.

Cunuggu wuu jarceynaaa, addimadu waa muuqdaan, indhuhu kor ayeey u jeedaan. Carruurta qaarkood jarceynta beddelkeeda waxey qabaan tabaryaro. jarceyntan ku soo boodista ah waxey inta badan qaadataa 1-2 daqiiqo. Wakhtigan inta lagu jiro cunuggu kama falceliyo hadalka. jarceyntu ma ahan wax halis naf-ta gelinaya cunugguna uma baahna in la soo naaxiyo. Jarceyntu wax saameyn ah kuma lahan xaaladda dambe ee caafimaadka cunugga.

Is deji!

Kahortag in cunuggu uu is-dhaawaco inta uu jarceysku socdo. Dhinac u jifi cunugga miir la'aanta ah. Ku hay cunugga heerkulka qolka. La xiriir telefoonka heeganka 112.

Aadista heeganka:

Aad heeganka haddii jarceynta cunuggu aysan dhamaanin. Cunuggu uu midab ahaan qayirimo. Qoorta cunuggu ay adag tahay. Xumaddu ay ka badan tahay derajada 38,5 islamarkaasna aan la dejin karin .

Kahortagga xumadda kogidda

Daawada xumadda oo joogto ah inta xumaddu jirto iyadoo la raacayo filmaamaha baakadda daawada ku qoran Panadol, Burana, Pronaxen)

Dhaawacyada shilka ka dhasha

Dhaawacyada

- Dhaawac waxaa loola jeedaa jirka oo dhaawacma. Dhaawucu wuxuu ka dhashaa awood dibadda ka timaada ama jirro

Sameynta faashadda cadaadiska

- Dhaawaca waxaa wax looga qabtaa gacmo nadiif ah. dhiigbaxa dhaawaca waxaa lagu joojiyaa faashadda cadaadiska. Dhaawaca waxaa la saaraa faashad ilaalisa.
- Faashadda ilaalisa dusheeda waxaa lagu dhuujiyaa faashadda wareegga ah ama wax kale oo lagu cadaadiyo.
- Dhaawaca waa la cadaadiyaa inta la sameynayo faashadda cadaadiska.



Murgocashada qoobka

- Qoobku wuxuu ku murgocan karaa xaalad kasta. Seedaha ku wareegsan qoobka ayaa kala baxa ama dillaaca.
- Inta badan qoobku wuxuu u qaloocdaa dhinaca bannaanka.

Calaamadaha

- Xanuun, barar iyo dhiigroor
- Tunka dhaawaca ah waxaa laga yaabaa in uu qaab qaldan u yaal.

Gargaarka degdegga ah ee murgocashada

- QABOW: Soonaha dhaawacmay waxaa la saaraa wax qabow, tusaale ahaan bac baraf ku jiro.
- Qabowgu wuxuu isku dhejiyaa xididada dhiigga, yareeyaa xanuunka wuxuuna dhimaa socodka dhiigga iyo nude duxeedka.
- KOR UQAADIS: Lugta kor ayaa loo qaadaa iyadoo wadnaha laga saramarinayo.
- CADAADIN, yacni majuujin: Cadaadintu waxey joojisaa dhiigbaxa soonaha dhaawaca ah.



Dhaawacyada gubashada

- Waxyaabaha dhaawacyada gubashada sababa: Gubashada qoraxda, darere kulul, carruurta waaweyna waxey ku gubtaan tusaale ahaan dabka ay ku ciyaaraan

Dhaawaca gubashada ee derajada 1aad

- Inta badan gubashada qoraxdu waa jirka oo casada, xanuun la dareemo, belbel iyo barar.
- Daaweyn uma baahna

Dhaawaca gubashada ee derajada 2aad

- Waxaa inta badan sababa dareere kulul. Jirka meesha uu dhaawaca gubashadu ka soo gaaray ayaa waxaa ku sameysma maalin gudaheed bocoolo. Jirka waxaa laga dareemaa dareemayaa xanuun iyo qoyaan. Jirku wuu casaadaa wuuna bararaa. Bocoolladu ma ahan in la dil-laaciyo.

Dhaawaca gubashada ee derajada 3aad

- Wuxuu inta badan gaaraa lakabyada jirka. Jirku wuxuu isu beddelaa caddaan ama madow. Xanuun lama dareemo.
- Isbitaal in lagu daryeelo ayuu marwalbana u baahanyahay.

Gargaarka degdegga ah ee dhaawacyada gubashada

- Jirka ay qoraxdu gubtay waxaa la marin karaa boomaatada hydrokortisoon oo farmishayaha laga soo iibsan karo. Waxaa la siin karaa daawada xanuunka ee caabuqa.
- Dhaawaca dabka waa in muddo 20 daqiiqo ah la hoos-dhigaa biyo qandac ah.
- Haddii uu dhaawaco soo daayo dheecaan waxaa la saari karaa faashad si uusan u qoyin.
- Gargaarka degdegga ah waxaa looga hortagaa sii fiidista dhaawaca gubashada waxaana lagu yareeyaa xanuunka.

Sumoobida

Waxa ugu badan ee carruurta u keena waa:

- Maadooyinka wax lagu dhaqo iyo kuwa lagu na-diifiyo, daawooyinka iyo aal-kolada
- Marka aad ka shakiso sumoobis, wac Xarunta sumowbidda 09471977 ama lambarka xaaladaha degdegga ah 112.
- Cadee: Muxuu cunuggu afkiisa geliyay?
In uu maado liqay iyo inta ay dhantahay waxa uu liqay?
Maadadu ma sunbaa?

Gargaarka degdegga ah ee sumoobista

- Farta ayaa lagu faarujiyaa afka cunugga. Ha mantajin!
- Cunugga lama siin karo wax cabitaan ah!
- Daaweynta:
Daawo dhuxuleed loo isticmaalayo si filmaabixinta waafaqsan. Lama siin karo haddii uu cunuggu cabay wax aasid leh ama batrool.

Ilaha macmuulaadka :

- Castrén, M.; Korte, H. & Myllyrinne, K. 2017a. Ensiapu osana hoitoketjua. Duodecim. Viitattu 4.2.2018
http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=spr00002
- Castrén, M.; Korte, H. & Myllyrinne, K. 2017b. Haavat ja verenvuodot. Ensiapuopas. Viitattu 20.03.2018
http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=spr00007
- Castrén, M.; Korte, H. & Myllyrinne, K. 2017c . Palovammat. Ensiapuopas. Viitattu 28.3.2018.
http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=spr00009
- Castrén, M.; Korte, H. & Myllyrinne, K. 2017d. Myrkytykset. Ensiapuopas. Viitattu 28.3.2018
http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=spr00013