



Cudurka naqaska

Calaamadaha garo

Cudurka naqaska ama neeftu waa cudur caadi ah oo muddo badan kaasoo si fiican loogu maamuli karo carruurta intooda ugu badan. Siyaabo kaladuwan ayay carruurta ugu kala daran yihiin calaamadaha cudurka naqasku, laga bilaabo aad u sahlan ilaa kuwo ka daran. Cudurka naqasku waxuu leeyahay sababo farabadan oo waa iska caadi in ilme keliya uu yeesho laba sababood oo kaladuwan ama in ka badan. Cudurka naqasku kuma koobna uun hinraagidda. Cudurka naqasku waxuu weliba ku soo bixi karaa qufacidda, boronkiitada soo noqnoqota iyo neeftuuridda, gaar ahaan marka jimicsi la samaynayo.

Labada shay ee ugu badnaan carruurta ku kiciya cudurka naqasku waa hargabka iyo xasaasiyadaha. Sabinimada ka dib xasaasiyaduhu si gaar ah ayay muhiim u noqdaan waxaana ilmaha cudurkiisa naqaska wanaajin karta in laga fogaado waxyaabaha xasaasiyadda dhaliya ee ilmahaagu uu xasaasiyad ka qabo.

Hubi in aad og tahay sida hagaagsan ee loo isticmaalo qalabka neefnuugidda (inhaler) ee ilmahaaga adigoo u imanaya dib u eegidda sanadley ah ee lagu sameeyo xafiiska Takhtarkaaga Guud. Waxay taasi caawin kartaa in laga hortago qabashada naqaska ee ka sii daraysa ama suurogal ah. Calaamadaha kadis ah, ee daran ee mar keliya qofka ka soo baxa waxaa loo yaqaannaa qabashada naqaska, nafta ayay taasi halis gelin kartaa waxayna u baahan kartaa in islamarkaaba isbitaalka lagu daaweeyo, fadlan gargaar caafimaadeed islamarkaaba doono.

Waa in waalidku aanay sigaarka ku cabbin gudaha ama meel carruurtooda u dhow.

1.

Waxuu ilmahaygu u muuqdaa in uu aad u hinraago una qufaco, waxay u muuqataa in uu habeenkii ka sii daro.

2.

Miyaad isku dayday in aad guriga ka yarayso boorka laga yaabo in uu ku jiro? Miyaad sigaarka cabtaa? Miyaad la hadashay booqdahaaga caafimaadka (health visitor)?

3.

Haddii calaamadaha cudur ay sii hayaan Takhtarkaaga Guud u tag. Haddii ilmahaaga uu naqasku si xun u qabto **wac lambarka 999**.

Takhtarka Guud (GP) waxuu yiri

Takhtarkaaga Guud waxuu caadi ahaan ilmaha ka baari karaa cudurka naqaska marka uu kaa waraysto calaamadaha cudur ee ilmahaagu uu qabo, marka uu baaro xabbadkiisa ee uu dhegeysto neefsashadiisa.

Waa in waalidku ay si joogto ah u tagaan Kiliniigga Cudurka naqaska (Asthma Clinic) ee xaafaddooda oo ay si joogto ah taageero uga helaan sida ay u wanaajin karaan maamulka guriga dhexdiisa ee cudurka naqaska ee ilmahooda. Waxay sidaas iskaga yarayn karaan safarrada aanan loo baahnayn ee ay ku tagaan isbitaalka.

Waxaa tallaalka ifilada ee xilliyeed loogu baaqaa dhammaan carruurta lix bilood ka weyn ee qaba cudurka naqaska ee u baahan in ay si joogto ah ama ku celcelis ah u isticmaalaan qalabka neefnuugidda ee ka hortagga ee daawada steroid ama daawada steroid ee afka. Maxaa dheer, waa in weliba tallaalka ifilada ee xilliyeed loogu baaqo ilmihii kaste ee lix bilood ka weyn ee isbitaalka loo geeyey bukaanshaha mareenka neefta ee hoose.

Kalkaaliyaha caafimaadka ee cudurka naqasku waxuu yiri

Si loo maamulo cudurka naqaska waxaa ugu muhiimsan in adiga iyo ilmahaagu aad wax ka barataan cudurka naqaska iyo waxa qofka ku kiciya ee uu ku qabto.

Kiliniigyada Cudurka naqaska ee Takhtarka Guud ayaa ku deeqa talobixin iyo daawayn. Ka warayso tallaalka ifilada ee xilliyeed.

Calaamadaha cudurka naqaska ee daran

Calaamadaha cudur waxaa ka mid ah qufacid iyo hinraagid lagu celceliyo, neeftuurid iyo xaako la soo saaro. Calaamadaha cudur waxay badi ka sii daran habeenkii.

Wac lambarka 999 si aad islamarkaaba u hesho gargaar caafimaadeed haddii ilmahaagu uu yeesho calaamadaha daran ee cudurka naqaska.

Isha: Wasaaradda Caafimaadka (Department of Health), www.nhs.uk

Wac lambarka 0800 032 0102 ama booqo www.smokefree.nhs.uk