

Talooyinka aafada oo dhakhso leh: Qalabka Badbaadiya Shaqsiga

Badbaadada Shaqsiga

Marka nadaafadda daadadka lagu jiro, si fiican iyo had iyo jeer iskaga dhaq gacmaha iyo maqaarka qaawan. Ku dhaq saabuun iyo biyo badbaado leh. Ku engeji waraaqaha tirtirka (paper towels) haddii aad haysato, markaa iska tuur waraaqaha. Nadiifi nabarrada isla markaaba oo hel gargaarka degdegga ee aasaasiga ah. Raadi gargaar caafimaad markay tahay dhaawacyo ka sii daran intaa.

Ilaalinta Maqaarka

Si aad u ilaaliso maqaarkaaga:

- Ha u oggolaan maqaarkaagu inuu taabto biyaha-daadka ama sheyga ay burburiyeen biyuhu.
- Ka dul gasho giloofyo aan biyuhu waxba ka qaadin giloofyada shaqada oo culus.
- Giloofyada gudahooda ha ahaadaan nadiif.
- Intaadan dib-u-isticmaalin giloofyada, ku nadiifi saabuunta iyo biyo nadiif leh oo engeji.
- Gasho shaarar gacmo dheer, niigiis dheer, iyo qalabka ka hortagga-qoyitaanka biyaha.

Ilaalinta Madaxa iyo Indhaha

Ku gasho koofiyad adag agagaarah waxaybo soo dhici karaan. Gasho muraayada indhaha lagu ilaaliyo (goggles) oo dhinac hawadu ka bixin. Muraayada indhaha waa inay sii fiican ku le'ekaadaan sidii ay uga ilaalin lahaayeen boorka iyo biyaha indhaha.

Ilaalinta Neefsiga

Iska ilaali inaad neefsato boorka, bololka ama bololka hawada –gasho Qalabka neefta ee N-95 respirator markaad nadiifineyso. Xaaqitaanka,

miishaar ku goynta, bolol ka bixinta iyo nadiifinta kale ayaa galin karta boor iyo bolol hawada.

Qalabka neefta ee N-95 respirator waa inuu si fiican kuu le'ekaadaa. Raac tilmaamaha la socda qalabka neefta eemarkay tahay le'ekaanshaha. Ha N-95 respirator gashan qalabka neefta haddii aad leedahay dhibaatooyinka neefta.

Ka iibso qalabyada neefta dukaammada qalabyada badbaadada iyo inta ugu badan ee ah dukaammada laga iibsado waxayaabaha guriga lagu hagaajiyo.

Ilaalinta Cagaha

Ka gasho agagaaraha daadadka iyo meelaha burburku ku dhacay kabo buudh ah oo kaa ilaaliya biyaha ee faraha birta ku leh (steel toes). Kabaha faraha birta ku leh ayaa ka wanaagsan kabahagunta kaliya birta ku leh.

Tilmaamo Dheeraad leh

- Iska ilaali inaad kalidaa shaqeyso.
- Qaado waqtiyada qaarkood nasasho.
- Cab cabbitaano badan.
- Ku gasho qalabka ilaalinta waxyeellada maqalka agagaaraha codka dheeri jiro.
- Gasho garbo-galaha badbaada nolosha (life vest) oo ay oggoshahay Ilaalinta Xeebta (Coast Guard) meelaha daadadku ka dhaceen.

Haddii aad ugu baahato dokumentigan qaab kale oo ay ka midka yihiin farta waaweyn, Braille, ama cajalad, la xiriiir (651) 201-5000 ama (800) 657-3908.

Dadka dhagaha la' ama dadka maqalkuku culus yahay TTY: (651) 201-5797.



Environmental Health Division
625 North Robert Street
PO Box 64975
St. Paul, MN 55164-0975
(651) 201-5000
www.health.state.mn.us