

Cudurka Biyaha Madadaalada (RWIs)

Waa maxay cudurka biyaha madadaalada?

Cudurka biyaha madadaalada (RWIs) waxa keena jeermisyada iyo kiimikooyinka laga helo biyaha aan ku dabbaalanno ama aan ku dhex ciyaarno, oo ay ku jiraan barkadaha dabbaasha, biyaha goobaha nasashada, barkadaha biyaha kulul ee qubeeyska, biyo-mareennada, harooyinka, webiyada, ama badweynta. Waxay ku faafaan liqista, neefsashada ceeryaamada ama hawada, ama taabashada biyo wasakhaysan.

Waa maxay sababaha suurtoogalka ah ee RWIs?

Nooca ugu caansan ee RWI waa shubanka. Cudurka shubanka waxaa sababi kara jeermisyada sida *Cryptosporidium*, *E. coli* O157, norovirus, iyo *Shigella*. Jeermisyada sababa noocyada kale ee RWIs waxa ka mid ah *Pseudomonas* iyo *Naegleria fowleri*. RWIs waxa sidoo kale sababi kara kiimikooyinka ku jira biyaha ama kiimikooyinka isu roga gaaska kuwaas oo sababa dhibaatooyin tayada hawada ee xarumaha biyaha ee gudaha.

Waa maxay astaamaha?

Astaamaha ugu caansan ee RWIs waxa ka mid ah shuban (mararka qaarkood dhiig leh), matag, calool xanuun, wax cunis daro, miisaan lumis, iyo qandho. RWI-yada kale ayaa sababi kara astaamaha maqaarka, dhegta, isha, neefsashada, ama neerfaha.

Sidee RWI-yada u faafaan?

Markay dadku la xanuunsan yihiin shuban, xitaa qayb yar oo saxaradooda ka mid ah ayaa waxa ku jiri kara malaayiin jeermis ah. Dabaasha adigoo jirran ayaa si fudud u sumeeyn karta biyaha - xitaa haddii aadan shil gelin. Sidoo kale, harooyinka iyo wabiyada ayaa ku sumoobi karaa wasakhda xoolaha, waxa ka daata tuubada bulaacadda, iyo biyaha daadadku ee roobka kadib ah. Haddii aad liqdo biyo sumoobay, waad xanuunsan kartaa.

RWI-yada kale ee aan ahayn shubanka ayaa waxa sababa jeermisyada ku nool bay'ada dabiiciga ah (biyaha, ciidda). Haddii heerarka ku habboon ee jeermis-dilaha aan loo joogteyn barkadda dabaasha ama barkadda biyaha kulul ee qubeeyska, jeermisyadani ayaa badan kara oo gaari kara ilaa heer ay sababaan jirro markii ay dabaaladayaasha neefsadaan ama taabtaan biyaha.

Jeermiska *Naegleria fowleri* ayaa wuxuu sababaa infekshinka maskaxda oo aad u naadir ah laakin badanaa ah dilaa. Cayayaankan ayaa dadka ku ridaa cudurka isagoo dadka ka galaya sanko.

Sideen u soo sheegaa RWI la tuhunsan yahay?

Si aad u soo sheegto RWI la tuhunsan yahay, ka wac Waaxda Caafimaadka ee Minnesota ee Cudurada ka Dhasho Cuntada iyo Biyaha Khadka Tooska ah ee 1-877-366-3455 (ama 651-201-5655 haddii aad joogto Magaalooyinka Mataanaha ah).

Sideen uga hortagi karaa?

Qof kasta wuxu u baahan yahay inuu guto masuuliyadda ka saaran inay biyuhu caafimaad u qabaan qof walba. Si adiga iyo dabaaladayaasha kale loo ilaaliyo:

- Ha gelin biyaha haddii aad shuban qabto.
- Qubeeyso kahor iyo kadib dabaasha.
- Ha liqin biyaha.
- U kaxee carruurta musqusha marar badan.
- Beddel xafaayadda marar badan kuna beddel meel ka fog biyaha. Dhaq gacmahaaga iyo gacmaha ilmaha kadib markaad beddesho xafaayadda.

Habka kaliya ee la hubo ee looga hortago infekshanka *Naegleria fowleri* waa in laga fogaado kaqeybgalka howlaha la xiriira biyaha aan la nadiifin. Waxaad yareyn kartaa halista infekshinka adigoo xaddidaaya tirada biyaha ee sankaa kaa gelayo. Markaad ka qaybqaadaneyso howlaha la xiriira biyaha diiran ee aan la nadiifin:

- Iska ilaali inaad madaxaaga dhex geliso biyaha.
- Sanka qabso ama isticmaal xirayaasha sankaa.
- Iska ilaali inaad qoddo ama aad qasto agabyada ka hooseeya biyaha.

Waterborne Diseases Unit
Minnesota Department of Health
PO Box 64975
St. Paul, MN 55164
651-201-5414 or 1-877-676-5414
www.health.state.mn.us

12/2019

Si aad u hesho macluumaad qaab ka duwan kan, wac: 651-201-5414. Lagu daabacay warqad dib-loo-farsameeyay.