

Wixii macluumaad dheeri ah ee ku saabsan Shigella ama inaad soo sheegto dadka qaba matag, shuban ama xummad kala kaasho cuno quudashada, la xirii:
Email: fhdepi@sdcounty.ca.gov
Telefoon: (858) 505-6814
Shabakada: www.sdcdehq.org



KAHORTAGA IYO XAKAMEYNTA CAABUQA SHIGELLA

Cudurka Shigellosis caadi ahaan wuxuu ku dhacaa si toos ah ama si dadban dabada-afka faddareysan. Inta badan caabuqyada Shigella waxay ku faafaan saxaro ama faraha wasakhaysan ee qof cudurka qaba qof kale iyada oo si toos ah loo taabto ama laga cuno cunto wasakhaysan maamulaha cuntada ee cudurka qaba oo laga yaabo ama laga yaabo inaanay lahayn astaamo ama qabay callaamadaha. Maadaama ay dadku cudurka qaadi karaan oo aysan muujin karin wax calaamado ah sidaas darteedna iyagoo aan ogayn ayaa shaqada u imanayaan iyagoo daadinaya bakteeriyada.

Habka ugu muhiimsan ee looga fogaan karo faddaraynta cuntada leh fayraska, bakteeriyada, iyo/ama cudur dulinku waa in dhammaan dadka ka shaqeeya cuntada ay gacmhooda si joogto ah u dhaqaan oo raacaan tilmaamaha hoose.

Gacmo-dhaqid

Shaqaalaha cuntada waa inay si fiican gacmaha iyo cududa ugu dhaqaan saabuun iyo biyo diirran ugu yaraan 10 illaa 15 ilbiriqsiyood; si fiican ugu biyo raaci biyo nadiif ah, oo si fiican u qalaji gacmhooda iyo cududahaaga. Shaqaaluhu waa inay ahmiyad gaar ah siiyaan meelaha ka hooseeya cidiyaha iyo faraha dhexdooda.

Hubso in calaamadaha gacmo -dhaqashada lagu dhajiyo meelaha ku habboon.

Shaqaaluhu waa inay gacmhooda dhaqaan dhammaan xaaladaha soo socda (iyo in ka badan):

- Kadib taabashada wejiga, ama meelaha kale ee maqaarka qaawan oo ay ku jiraan meelaha ku dilaacsan ama nabaro iyo ka dib taabashada timaha.
- Kadib markaad isticmaasho musqusha.
- Kadib markaad nadiifiso musqusha.
- Kadib markaad taabato xayawaanka.
- Kadib markaad qufacdo, hindhisto, adigoo isticmaalaya marada gacanta ama nudahtiishka la tuuro.
- Kadib markaad isticmaasho tubaakada, cunista, ama cabbitaanka.
- Kadib markaad gacanta ku hayso qalab ama maacuun wasakhaysan.
- Isla markiiba ka hor inta aan la bilaabin diyaarinta cuntada, oo ay ka mid tahay la shaqaynta cuntada aan diyaarsanayn, qalab nadiif ah iyo maacuun, iyo weelasha cuntada iyo maacuunta hal mar la isticmaalo ee aan duubnayn.
- Inta lagu jiro diyaarinta cuntada, sida ugu badan ee lagama maarmaanka u ah in laga saaro wasakhda iyo faddaraynta.
- Ka hor inta aanad beddelin hawlaha si aad uga hortagto faddaraynta fadareyn-isdhaafsiga.
- Marka la kala beddelayo ku shaqaynta raashin ceeriin ah iyo ku-shaqaynta raashin diyaarsan oo la cuni karo.
- Kadib ururinta iyo soo saaridda qashinka.
- Kadib markaad taabato dharka wasakhaysan, maro masaxday oo wasakhaysan, iwm.
- Ka hor intaadan gashaan gacmo gashiyada la tuuri karo si aad u bilowdo la shaqaynta cuntada.
- Ka hor inta aan la bixin ama la siinin cunto ama gacanta lagu qaban weelasha nadiifka ah ee miiska iyo adeegidda maacuunta aagga adeegga cuntada.
- Kadib markaad ku hawlan tahay hawlo kale oo gacmaha sumayn kara.

Ka Hortagga Faafinta Cudurka

- Dhammaan shaqaalaha cuntada waa inay ku dhaqmaan gacmo -dhaqasho iyo nadaafad shaqsiyeed oo wanaagsan (eeg bogga dambe).
- Icticmaal maacuun ama galoofyo si aad u tirtirto taabashada gacmaha ee cuntada diyaarka ah. Ka fogow taabashada gacmaha ee cuntooyinka diyaarka ah in la cuno ugu yaraan laba toddobaad ka dib marka jirradu istaagaan.
- Si joogto ah u nadiifi oo jeermitir xarunta iyo goobaha cuntada tilmaamo kasta (eeg bogga dambe).
- Ka reeb shaqaalaha cuntada inay ka shaqeeyaan cuntada, maacuunta, iyo qalabka ugu yaraan 48 saacadood kadib marka calaamadu istaagaan.

Hababka Nadiifinta Gaarka ah

Nadiifinta Shubanka, Matagga ama Saxarada:

1. Isticmaal qalabka ilaalinta shaqsiyeed (PPE), sida galoofyada, maaskaro, iyo goonnada si aad naftaada iyo dharkaaga uga ilaaliso faddarayn.
2. Aagga xidh isla markiiba
3. Nadiifi qashinka la arki karo adigoo isticmaalaya wax la nuugo oo la tuuro (shukumaano waraaqo ah ama maro kale oo la tuuro) oo yaree aerosols -ka.
4. Si taxaddar leh u tuur waxyaabaha wasakhaysan oo ku rid bac khafiif ah ee aan waxba isugu gudbin.
5. Si xor ah u nadiifi oo jeermistir aagga iyo walxaha ku xeeran faddarada leh jeermis-dile habboon.
6. Iska saar gacmo-gashiga, goonnada, iyo maaskaro, siday u kala horreeyaan, oo iska tuur ka hor intaadan ka bixin aagga nadiifinta ee wasakhaysan.
7. Ku rid PPE -da la tuuray bacaha aan waxba isugu gudbin.
8. Gacmo-gashiga xiro oo bacda ku rid weel qashin ah oo sugan; ha u oggolaan in bacdu taabato dharkaaga.
9. Mar walba dhaq gacmahaaga kadib markaad taabato wax kasta oo wasakhaysan, qashin, ama gudaafad.

Fayadhowrka Qalabka iyo Maacuunta

- Ogsoonow: Qalabka dusha sare ee cuntada iyo maacuunta adeegga waa in la dhaqaa ka hor tallaabada fayadhowrka.
- Isticmaal mid ka mid ah milanta soo socda:
 - 1) La xiriir faleebada 100 ppm oo milanta maadada (chlorine-ta) ah oo la heli karo ugu yaraan 30 ilbiriqsi.
 - 2) La xiriir faleebada 25 ppm oo milanta maadada (iodine-ta) ah oo la heli karo ugu yaraan hal daqiiqo.
 - 3) La xiriir faleebada 200 ppm oo milanta maadada (ammonium-ta) ah oo la heli karo ugu yaraan hal daqiiqo.
 - 4) La xiriir wax kasta oo nadiifiyaha kiimikada ah oo buuxiya shuruudaha Qeybta 180.940 ee Cinwaanka 40 ee Xeerarka Sharciga Federaalka marka loo isticmaalo si waafaqsan tilmaamaha isticmaalka soo -saaraha.

Siyaabo kale oo Shigella looga joojin karo Gelitaanka Jikadaada

- Hubi in si fiican loo dhaqay wax soo saarka kahor isticmaalka.
- Nadiifi oo fayadhowr meelaha lagu taabto cuntada.
- Ka ilaali meelaha xarunta laga soo gadlo inuu dukhsi ka soo galo.
- Xir xarunta marka bullaacadaha ay soo bux dhaafaan. Marka dayactirka la dhammeeyo oo sagxadaha la nadiifiyo oo la fayodhowro waxaad ku noqon kartaa hawlaha jikada caadiga ah.
- Hubi in dhammaan qalabka ka-hortagga dib-u-socodka ay ku jiraan dayactir wanaagsan.

Tilmaamaha Caafimaadka Shaqaalaha

Dhammaan shaqaalaha cuntada waa inay aqoon u leeyihiin xiriirka ka dhexeeya caafimaadka shaqsiyeed iyo nadaafadda iyo badbaadada cuntada. Macluumaad ku saabsan mawduucan waxaa laga heli karaa Xeerka Cuntada Tafaariikhda California, Cutubka 3 Qodobka 3 - Caafimaadka Shaqaalaha.

Shaqaaluhu waxay mas'uul ka yihiin inay ogeysiyaan qofka mas'uulka ka ah

- Ogeysii Qofka Mas'uulka ah (PIC) haddii lagaa helay caabuqa Shigella. La soco in shaqaalaha sidoo kale looga baahan yahay inuu soo sheego waxyaabaha soo socda: Salmonella, Shigella, Enterohemorrhagic ama sunta shiga oo soo saarta E. coli, Cagaarshowga A, ama Entamoeba histolytica. Xusuusnow, waa inaad ku shaqayn cuntada ama maacuunta haddii aad la xanuunsan tahay xanuunnada caloosha iyo mindhicirka, gaar ahaan shuban, calool xanuun, qandho iyo matag.

Qofka Mas'uulka ah ayaa Mas'uul ka ah inuu buuxiyo Shuruudaha soo socda

- **Soo wargeli** Degmada San Diego - Waaxda Caafimaadka Deegaanka iyo Tayeynta markii shaqaale cunto laha helo Shigella; wac (858) 505-6814. Xusuusnow in cudurada soo socda ay tahay in sidoo kale la soo sheego: Salmonella, Shigella, Enterohemorrhagic ama sunta shiga oo soo saarta E. coli, Cagaarshowga A, ama Entamoeba histolytica.
- **Soo wargeli** Degmada San Diego - Waaxda Caafimaadka Deegaanka iyo Tayada haddii **laba ama in ka badan** ay ku xanuunsadaan jirro caloosha oo daran; wac (858) 505-6814. Cudurka caloosha ee ba'an waa shuban, ama kaligiis ama matag, qandho ama calool xanuun.
- **Ka saar** shaqaalaha cuntada xarunta cuntada haddii laga helo Salmonella, Shigella, Enterohemorrhagic ama sunta shiga oo soo saarta E. coli, Cagaarshowga A, ama Entamoeba histolytica. Kaliya Degmada San Diego ee Waaxda Caafimaadka Deegaanka iyo Tayeynta Deegaanka ama Wakaaladda Adeegyada Caafimaadka iyo Aadanaha ayaa nadiifin kara shaqaale laga reebay inuu ku noqdo shaqada.
- **Ka jooji** shaqaalaha cuntada inuu ku shaqeeyo cunto feydan, qalab nadiif ah, marooyin nadiif ah, maacuun nadiif ah iyo alaab hal adeeg oo aan duubnayn haddii shaqaalaha cuntada ay la il daran yihiin astaamaha xanuunka caloosha iyo mindhicirka ama ay la kulmaan qufac joogto ah, hindhiso ama dheecaan sanko ah. Xayiraadaha waxaa ka qaadi kara Qofka Mas'uulka ah marka shaqaalaha cuntada uu sheego in aysan lahayn astaamaha cudurka.