

LOOGU TALAGALAY BUKAANNADA: WAXA AAD SAMAYNAYSO HADDUU KUGU DHACO FURUQA DAANYEERKA (MONKEYPOX, MPOX)

Nooqa daawada qof qaba furuqa daanyeerka ee dadka ku dhaca (MPOX) ayaa ku tiirsanaan doonta sida qofku u jiran yahay iyo in laga yaabo inuu aad ugu xanuunsado furuqa. Inta badan dadka ayaa bogsooda 2 ilaa 4 asbuuc gudahood ayagoon u baahan wax daawo ah.

Daryeelida Naftaada

- Adeegso faashad ama baandheej si aad u dabooشو finanka si aad u yarayso ku faafinta dadka kale iyo bii'ada.
- Ka jeexin (bujin) ama ha xoqin finanka biyuhu ku jiraan. Tani ma boobsiinayso bogsashada waxayna si fudud ugu faafin kartaa fayraska dadka kale ee ku taabta, taasoo kordhinaysa fursada ku faafinta fayraska dadka kale, waxayna keeni kartaa in finanka furan ay saamayso bakteeriyadu.
- Ha xiirin aaga finanka leh ilaa in qolaftu ka dhacdo qayb cusub oo maqaar ahna ay soo baxdo. Nadiifi nabarka/finka maqaarka oo qalaji marka aadan qubaysanayn ama shaawar galayn.
- Si joogto ah ugu farxalo saanbuun iyo biyo ama adeegso gacmo dhaqe khamri ku shaqeeya, gaar ahaanna kadib marka aad fin toos u taabato. Haddii finan kaaga yaalaan gacmaha:
 - Taxadar marka aad farxalanayso ama adeegsanayso jeermis dilaha si aadan u dhaawicin finka.
 - Xiro gacmo gashi aan ku xoqayn marka aad qabanayso agabka guud ama taabanayso meelaha dadku wadaagaan.
 - Adeegso gacmo gashiyada la tuuri karo kadib mar kasta oo la isticmaalo.
- Xiro maaskaro si fiican kuu le'eg marka aad la joogto dadka kale ilaa finanka iyo dhammaan astaamaha kale ay kaa bogsadaan.
- Cun cunto caafimaad leh oo aad u naso si aad jirkaaga u siiso waqti uu ku bogsodo.

Maaraynta Astaamahaaga

- Daawooyinka sida ibuprofen (Advil, Motrin) iyo acetaminophen (Tylenol) ayaa xanuunka kaa damin kara.
- Finanka kaasoo baxa afka, ku luqluqo biyo cusbo leh ugu yaraan afar jeer maalintii. Daawooyinka afka lagu dhaqo ee dhakhtarku qoro ama daawooyinka xasasiyada ee maxaliga ah sida viscous lidocaine ayaanloo adeegsan karaa maaraynta xanuunka. Dawooyinka afka lagu dhaqo sida af dhaqaha chlorhexidine ayaa loo adeegsan karaa si ay gacan uga gaystaan nadiifinta afka.
- La xariir dhakhtarkaaga haddii xanuunku kasii daro uuna noqdo mid aan lagu maarayn karin guriga.

Xanuun baabi'iyaha Finanka

- Waxa ugu muhiimsan inaad iskudaydo waa inaad taaban ama xoqin finanka. Samaynta tan waxay si fudud ugu faafin kartaa fayraska dadka kale ee ku taabta, taasoo kordhinaysa fursada ku faafinta fayraska dadka kale, waxayna keeni kartaa in finanka furan ay saamayso bakteeriyadu. Haddii aad si kama' ah aad u taabato finanka, ku farxalo saabuun iyo biyo oo iska ilaali inaad taabto aagaga xasaasiga ah sida indhahaaga, sanko, afka, xubnaha taranka, iyo aaga dabada ama futada.
- Boomaatooyinka jirka ee benzocaine/lidocaine ayaa loo adeegsan karaa daminta xanuunka finanka. Daawooyinka afka dhaca, sida Benadryl, iyo kareennada maqaarka, sida kareenka calamine ama jeelka batrooliyaamka, ayaa cuncunka damin kara.
- Gelinta biyo diiran (adeegsiga boorashka iyo maadooyinka kale ee xanuun baabi'iyaha dabiiciga ah ee la saaro maqaarka cuncun cunaaya) ayaa cuncunka ka damin kara maqaarka qalalan, ee cuncunaaya ee meesha finanku ku yaalaan.
- Dadka finanka ku leh aaga ama dusha dabada ama cawrada (guska, xiniyaha, gumaarka, xubinta taranka haweenka), ama aaga barida (taint) ayaa sidoo kale ka faa'iidayan kara gelinta baafka (qubays diiran, oo qoto dheer). Dhakhtarkaaga ayaa ku siin kara daawooyin sida povidone-iodine ama daawooyin kale si loogu daro biyaha. Ku darista cusbkada Epsom, khalka, ama fixisada biyaha ayaa dejin karta xanuunka.

Dadka qaar, sida nidaamkooda difaacu liito ama finanka ku leh cawrada ama dabada, ayaa u baahan kara daawo. Daawooyinka loo adeegsado daawaynta MPOX ayaa u baahan kara in dhakhtar qoro waana in uu codsadaa dhakhtar caafimaad. Haddii aadan haysan dhakhtar, wac 2-1-1 ana 7-1-1 (dhagooleyaasha).

