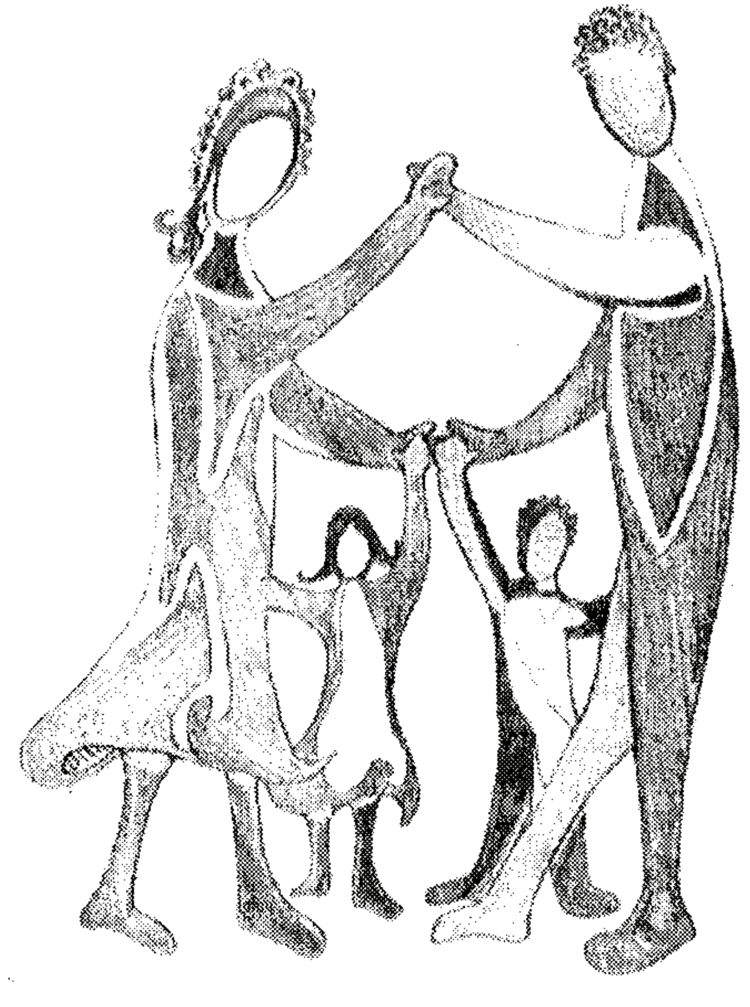
Harborview Medical Center
Children and Teens Clinic
Phone: (206) 744-3335

Cisbitaalka Harborview Medical Center
Xarunta Caafimaadka Caruurta iyo Tobaneeyo-jirka
Teleefon: (206) 744-3335

How to Treat your Child's Vomiting and Diarrhea at Home

Sida Guriga Loogu Daweeyo Matagga iyo Shubanka Ilmahaaga



MAXAA SABABA MATAGGA IYO SHUBANKA?

Matagga iyo shubanka caruurta badanaa waxa toos dadka kale loogu gudbiyaa marka taabasho lala yeesho saxarada ama marka la cuno cunto ku wasakheysan saxaro. Noocan cudur inta badan waxa laga soo fiicnaadaa dawo la'aan. Waalidku waa inay kaliya u hubsadaan in ilmahoodu aanay qalalin ama dheecaanku ka dhamaan.

Matagga iyo shubanka ka dhaca gudaha Maraykanka badanaa waa uu ka khafiifsan yahay oo ka halis yar yahay kuwa ka dhaca wadamada kale ee laga yaabo in cuntada iyo biyuhu aanay sidaa nadiif u ahayn. Wadamada qaarkood, cudurada sida Daacuunka ama Koleeraha ayaa caam ah oo noqon kara mid si weyn halis u ah. Daacuunku waa ku dhif gudaha Maraykanka.

Inkasta oo ay dhif tahay matagga iyo shubanka waxa sababi kara gufeysan ku dhaca xiidmaha, sida marka uu jiro qabsin ama bindijiido (appendicitis). Caruurta qaba cudur ah noocan waxay xanuun ku leeyihiin caloosha kaasoo sii socda ama ka sii dara, badanaana mataggoodu waxa uu isu rogaa cagaar. Caruurta qaba cudur ah noocan xaaladdoodu way ka sii dartaa halka ay ka soo fiicnaan lahaayeen. Haddii taasi jirto, waa inaad isla markiiba wacdid dhakhtarkaaga.

GURI KU-DAWEYNTA -- MATAGGA

ILMAHA JIRA 6 BILOOD ILAA 2 SANNADOOD

- Haddii ilmahaaga aad naaska nuujin jirtay, sii wad naas-nuujinta. Haddii ilmahaaga aad caanaha masaasadda siin jirtay, sii wad siinta caanaha masaasadda. Haddii ilmaha quud-qaadashadiisu liidato, ama u muuqdo mid qalalay ama dheecaanku ka dhamaaday, waxa aad quudinta ku kaabi kartaa Milanka Qalal-bi'inta ee Afka Laga Qaato (Oral Rehydration Solution) (oo laga helo farmasiga, ama guriga lagu sameysan karo (habka sameyntu hoos buu ku yaalaa), ama laga iibsan karo dukaan) sida Pedialyte® mudo ah qiyaastii 12 saacadood. Ka dib ku celi caanaha naaska ama caanaha masaasadda oo leh xoog buuxa.

- Ha ka joojin wax cabsiinta. Xiitaa haddii ilmahaagu sii wado matagga, ku sii wad wax cabsiinta. Marka aad wax cabsiisid wax uun baa ilmaha hoos ugu degaya. Tijaabi sidan soo socota:

  Cabsii cabir ah 1 qaado cunto (qaado weyn) 15 daqiiqo kasta mudo ah hal saac. Ka dib cabsii cabir ah 2 qaado cunto 15 daqiiqdo kasta mudo ah hal saac. Haddii aanuu matagin gudaha wakhtigaas, waxa aad ku tijaabin kartaa qadaro ama cabiro intaas ka sii weyn.

- Ha siin cabitaanada isboortiga, soodhaha, ama miirka khudaarta ee caruurta yaryar loogu talogalay. Cabitaanadaas waxa ku jira sonkor badan mana laha milix ama cusbo ku filan!

DHAMAAN CARUURTA

- Dhamaan caruuta, sug 15 ilaa 30 daqiiqadood matagga ka dib ka hor inta aanad ku tijaabin quudinta ku xigta. Marka aad siinaysid Milanka Qalal-bi'inta ee Afka Laga Qaato, sii qadaro yaryar marrar badan. Haddii aad cabsiisid qadar weyn hal mar, waxay u badan tahay inuu matago.

- Ha siin ilmahaaga biyo cad oo uu cabo. Ilmaha matagaya waxay u baahan yihiin sonkor iyo milix iyo waliba biyo.

- Marka ilmuhu uu joojiyo matagga ugu yaraan dhawr saacadood, waxa aad dib ugu bilaabi kartaa cabitaano kale iyo cunto adag.

- Milanka Qalal-bi'inta ee Afka Laga Qaado kaligiis ha siin mudo ka badan 24 saacood; ku dar cunto adag iyo cabitaano kale.

GURI KU-DAWEYNTA– SHUBANKA

- Haddii ilmahaagu uu waliba matagayo, raac fariimaha ku yaala boggii hore.

- Haddii ilmahaaguu uu qabo kaliya shuban, ha ka celin cuntada adag, caanaha dhalada ama caanaha naaska. Cuntooyinka qaarkood waxay gargaar ka geystaan adkeynta saxarada. Cuntooyinkaas saxarada adkeeya waxa ka mid ah: Muuska ama Mooska, Bariiska, Suugada Tufaaxa (Applesauce) iyo Rootiga Qalalan (Toast). Cuntooyinka kale waxa laga yaabaa inay sii kordhiyaan shubanka: kuwaas waxa ku jira khudaarta iyo cagaarka/caleenta aan la karin, digirta iyo basbaasyada qaarkood.

- Haddii ilmahaagu si badan u shubmayo, waa inaad kordhisid qadarka cabitaanada ee uu cabayo ilmahaagu.

    - Ilmaha ka yar 2 sannadood, waxa taas loo sameyn karaa iyada oo la siiyo Milanka Qalal-bi'inta ee Afka Laga Qaato ama adiga oo caanaaha dhalada ugu dara biyo ama Milanka Qalal-bi'inta ee Afka Laga Qaato

    - Ilmaha ka weyn 2 sannadood, cabitaan dheeraad ah oo la siiyo waxa noqon kara Milanka Qalal-bi'inta ee Afka Laga Qaato, cabitaanka soodhaha ah oo aan lahayn naqas (walaaq ka hor inta aanad siin ilmahaaga si naqasku uga baxo), ama cabitaanada isboortiga sida Gatorade®

    - Ilmaha loo xidho xafaayad ama dheebar, tijaabi inaad u badbaadisid maqaarka adiga oo u marinaya labeen sida labeenta **Vitamin A&D**.

MILANKA QALAL-BI'INTA EE AFKA LAGA QAATO

Milanka Qalal-bi'inta ee Afka Laga Qaato waxa laga iibsan karaa farmasi ama dukaan weyn kasta (magacyada caamka ah waxa ka mid ah Infalyte® iyo Pedialyte®), ama waxa aad ku sameysan kartaa gurigaa.

MILANKA QALAL-BI'INTA EE AFKA LAGA QAATO
1 rubuc (32 wiqiyadood) ama 1 litir oo ah biyo nadiif ah
1/2 qaado shaah (qaado yar) oo ah milix ama cusbo
2 qaado cunto (qaado weyn) oo ah sonkor
Si fiican u qas. HA KULULEYN AMA HA KARKARIN

Ilmo badan ayaa cabi doona milankaas iyada oo aan lagu darin wax dhadhan-sameeye ah. Haddii ilmahaagu uu diido inuu cabo milanka qalala-bi'inta, waxa aad ku dari kartaa cabir ah far iyo suul ku-qaadis oo ah NutraSweet®, ama cabitaan aan sonkor lahayn (nooc kasta), ama Jello® aan sonkor lahayn. Kaliya u hubso in isku-darka cabitaanku aanuu lahayn sonkor.

GOORTA LA WACO DHAKHTARKAAGA:

- Ilmahaaga kama iman kaadi mudo ah 8 saacadood, ama kaadidiisu way ka yar tahay 3 jeer gudaha 24 saacadood.
- Ilmahaaga waxa qalalan afka iyo dibnaha, ama marka uu ooyo ma laha illin.
- Ilmahaaga waxa dhib ku ah toosidda.
- Ilmahaagu si joogto ah ayuu u diidayaa cabista.
- Ilmahaagu waxa uu yeeshay qandho ka sareysa 102ºF (38.9º C) oo leh matag iyo shuban.
- Ilmahaagu waxa uu matagayay mudo ka badan 24 saacadood, ama waxa uu matagay wax ka badan 3 jeer gudaha 8-dii saacadood ee tagay.
- Matagga ilmahaagu waxa uu isu beddelay cagaar, waxa uu yeeshay dhiig, ama waxa ku jira wax u eeg kafeega shiidan.
- Haddii ay suurogal tahay in ilmahaagu si lamo-filaan ah u cunay ama u liqay wax sun ah, ama dawooyin.
- Ilmahaaga waxa dhawaan dhaawac kaga dhacay madaxa ama caloosha.
- Ilmahaagu waxa uu ka yar yahay 2 sannadood waxana uu lahaa shuban mudo ka badan 24 saacadood.
- Ilmahaagu waxa uu ka weyn yahay 2 sannadood waxana uu lahaa shuban mudo ka badan 48 saacadood.
- Ilmahaagu waxa uu saxarooday wax ka badan 6 jeer gudaha 8 saacadood.
- Saxarada ilmahaaga waxa ku jira dhiig ama xab.
- Ilmahaagu waxa uu leeyahay xanuun caloosha ah oo joogto ah mudo ka badan 2 saacadood.
- Ilmahaagu waxa uu qaataa dawo ah antibiyootiko.
- Waxay u muuqataa in ilmahaagu sii jiranayo, ama waad ka walwalsan tahay.