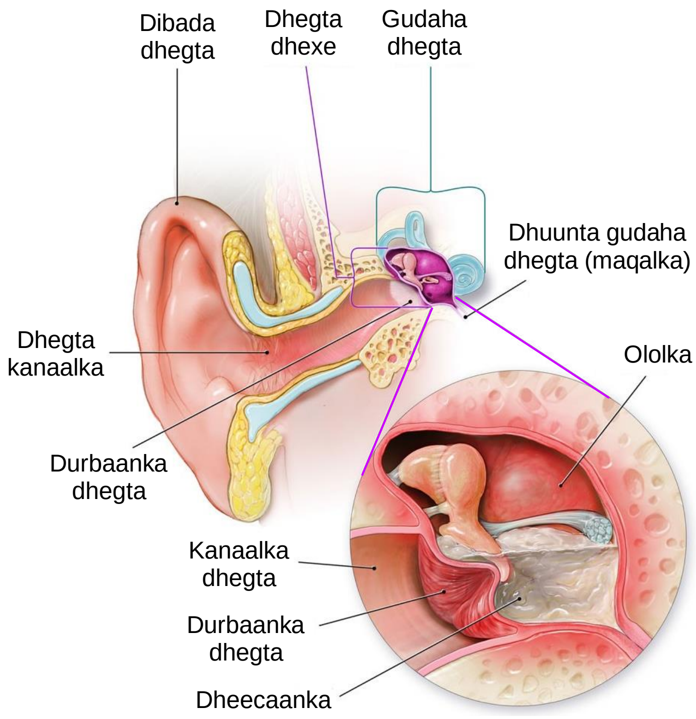
Helping Hand™ *Health Education for Patients and Families*

Caabuqa dhegta: Dheg xanuunka
Ear Infection: Otitis Media (Somali)

Dheg xanuunku waa caabuqa gudaha dhegta dhexdeeda. Dheecaanka ku samaysma durbaanka dhegta dabadeedu waxa uu keenaa caabuqyada dhegta dhexdeeda. Marka dheecaanku ku jiro badhtanka dhegta, waxaa loogu yeedhaa malax. Dheecaanka ku jira dhegta dhexdeeda waxay sababi kartaa waayida maqalka ku meel gaadhka ah. Qofka waxa ku dhici kara caabuqa dhegta da' kasta. Si kastaba ha ahaatee, aad ayay ugu badan tahay carruurta ka yar da'da 3. Waxaa jira 2 nooc oo dheg xanuun ah: daran oo raaga.

Dheg xanuunka

- Dheg xanuunka daran waxaa sababa bakteeriya ama fayraska sababa dheecaan si uu ga samaysmo xaga dambe ee durbaanka dhegta. Tani waxay keeni kartaa xanuun, cadaadis, iyo wakhtiyada qaarkood qandho.
- Caabuqan caadi ahaan wuu xanuun badan yahay.
- Waxa uu keeni karaa waayida maqalka oo ku meel gaadh ah haddii aan la dawayn. Tani waa dhif.
- Calaamada iyo astaamaha:
  - Aan faraxsanayn
  - Aan joogi karin ama aan si wanaagsan u seexan



Isha sawirka: Xarumaha Xakamaynta Cudurka iyo Ka hortagga (CDC)

Sawirka 1 Tuumbooyinka dhegta waxaa la geliyaa durbaanka dhegta si loo caawiyo soo daynta dheecaanka dhexda dhegta.

©1980, dib loo eegay 2022, Nationwide Children's Hospital
Sii socda…

- Jiid ama madax dhegahooda ama u dhaqaaji madaxa dhinac ilaa dhinac
- Doonayn inuu wax cuno (waayida abateedka)
- Qandho ka badan 101° Feeranhayd (F) ama 38.3° Darajo (C) hoosta gacanteeda (gacanta hoosteeda)

Dheg xanuunka Raaga

- Dheg xanuunka raaga maaha caabuq. Waa ololka badhtanka dhegta uu sababo dheecaan ku dhex xanibmay xaga ka dambaysa durbaanka dhegta ilaa 3 bilood., Tani waxay sababi kartaa caabuqyada sida dhex xanuunka daran si ay dib ugu soo noqoto.
- Way ka xanuun yar tahay dheg xanuunka daran.
- Noocan dheg xanuunka **laguma** daweeyo antibiyootiga. Antibiyootigu waxay daweeyaan caabuqa laakiin kama saaraan dheecaanka badhtanka dhegta.
- Calamaadaha iyo astaamaha ilmahaagu leeyahay:
  - Dawakahaad
  - Dhegahu waxay u eeg yihiin kuwa buuxa
  - Garaacida dhegaha
  - Dhegta ayaa dareen samayso marka uu wax liqo ama hamaamsado
  - Waxay kordhiyaan codka Tiifiiga ama way fadhiistaan meel ku dhow

Dawooyinka

- Waxaad siin kartaa ilmahaaga acetaminophen (Tylenol®) ama ibuprofen (Motrin®) ee ah qandhada, xanuunka iyo farxad daro (cuncun).
- Dhakhtarka ilmahaaga ama adeeg bixiyaha daryeelka caafimaadka waxa uu u dalban karaa antibiyootiga dheg xanuunka daran. Ilmahaagu waa inuu qaataa dhammaan dawada sida la amray.

Ka hortagga

Caabuqyadu waa kuwa guud. Waxaa jira dhowr shay oo caawin kara ka hortagga iyaga.

- Ilmahaaga ka fogee qiiqa sigaarka. Sigaarka ha cabin ama ha ogolaan gudaha gurigaaga ama baabuurka.
- Had iyo jeer hay ilmahaaga iyaddoo sare madaxaagu yahay muddada wakhtiga ku quudinta dhalada. Tani waxay ka fogaysaa caanaha Tuumbada dhegta, taas oo tagta badhtanka dhegta.
- Hubso tallaalka ilmahaaga (tallaalada) inay cusub yihiin.

Sii socda…

La socodka

- Ilmahaagu waxa uu arki doonaa dhakhtarkooda ama adeeg bixiyaha daryeelka caafimaadka ka dib markay dhammeeyaan anitbiyootiga.
- Carruurta qaarkood waxay u baahan karaan baadhida maqalka.
- Haddii ilmahaagu leeyahay caabuq badan oo dhegta ah, dhakhtarkooda ama adeeg bixiyaha daryeelka caafimaadku waxa uu u gudbin karaa dhakhtarta dhegta, sanka, iyo hunguriga (dhakhtarka ENT ama qaliinka qoorta iyo dhegaha). ENT waxay soo jeedin kartaa qaliinka tuumbada dhegta.