

# WAXBARASHADA BUKAANKA

## Baaritanka Saxarada ama Xaarka Lagu Beero Mindhicirada

### Baaritanka saxarada ama xaarka lagu beero mindhicirada

Ku-tallaalidda saxarada waa daawaynta loo isticmaalo bukaanada qaba bakteeriyada sababta shubanka iyo Clostridium Difficile ee soo noqnoqda (C-Diff). Bakteeriyada Clostridium Difficile (C-Diff) waxay keentaa xaalado xiidmaha ee daran sida shuban iyo calool xannuunka. Caabuqa bakteeriyada Clostridium Difficile wuxuu keeni karaa astaamo kala duwan, oo ay ku jiraan shuban biyood, qandho, cunto cunid xumo, lallabbo, iyo calool xanuun. Ku-tallaalidda saxarada waxay dib u soo celisaa bakteeriyada caadiga ah waxayna dib u habaysaa difaaca jirka ee ka dhanka ah C-Diff si loo daaweeyo caabuqa.

- Ku-tallaalidda saxarada waxaa lagu sameeyaa raajada laga qaade qeybta kore ee caloosha ama qeybta dambe ee dabada (EGD) ama baarista walamadka iyadoo ku xiran talooyinka daryeel bixiyahaaga.
- Ku-tallaalid saxaro ayaa lagu samayn karaa bukaan-jiifka iyo bukaan-socodka labaduba.

### U diyaargarowga beeritaanka saxarada lagu beero mindhicirada

- Haddii saxaradaada lagu tallaalo Qeybta kore ee caloosha (EGD) waxaa laga yaabaa in lagu siiyo warqad dhakhtar si aad hoos ay ugu dhacdo soo saarida aashitada caloosha. Waxaa laga yaabaa inaad horeba u qaadanaysay daawo sidan oo kale ah, laakiin kuwa aan qaadan waxay u baahan doonaan warqad dhakhtar. Waxaad qaadan doontaa daawadan fiidkii ka hor habraacaaga iyo subaxda saxarada lagugu beerayo.
- Waxaa lagu siin doonaa warqad dhakhtarka kuu qoray oo loogu talagalay diyaarinta malawadka.
- Waxaad joojin doontaa qaadashada **Vancomycin ama qalajiyaasha Fiidkii** Kahor tallalka.
- Waa in aad raacdaa tilmaamaha la xiriira cuntada aad cuneeyso oo dhakhtarku ku siiyey.

### Cilladaha suuragalka ah

- Waxyeelada caafimaada ee aan wanaagsaneyn ee laga dhaxlo daawada suuxdinta.
- Jeexdinta ku timaadda darbiga hunguriga, caloosha, mindhicirka yar ama mindhicirka weyn.
- Soo bixinta dheecaanka
- Haddii aad qabto wax su'aalo ah, fadlan waydii daryeel bixiyahaaga.

### Maxay tahay inaan fisho waqtiga saxarada la igu beerayo saxarada ?

- Dhakhtarkaaga ayaa kuu sharrixi doonaa khataraha iyo faa'idooyinka laga dhaxlo baaritaankan.
- Waxaad saxeexi doontaa warqad oggolaansho ah oo loogu talagalay beeritaanka saxarada.
- Faleembo ayaa lagugu xiri doonaa si daawo lagu siiyo oo laguugu tallaalo saxarada

### Maxaan filan karaa kadib qalliinka?

- Waa inaad mudeysato **asbuuca siddeedaad** baritaan caafimaad ama ballan wicitaan oo dabagal ah.
- Ka dib markii saxarada lagugu tallaalo, waxaa lagugu dhiirigelin doonaa inaad saxarada hayso ugu yaraan afar saacadood. Waxaa laga yaabaa inaad dareento rabitaanka inaad musqusha gasho.
- Ka dib baarista raajada qeybta sare ee caloosha ah, waxaa lagugu dhiirigelin doonaa inaad si toosan u fariisato ugu yaraan 30 daqiiqo ka dib.
- Ka dib markii saxarada lagugu tallaalo, waxaad ka toosi doontaa suuxdinta, laga yaabee inaad dareento calool fuur, ama aaryo. Tani iskeed ayay u bixi doontaa.
- Waxaad awoodi doontaa inaad dib u bilowdo cuntadaada caadiga ah ka dib markaad ka baxdo Qaybta Habraaca Raajada.

## Maxay yihiin alaabta nadiifinta ee la ansixiyay ee waxtarka u leh bakteeriyada C-Diff?

- Haddii aad qabto su'aalo ku saabsan alaabtaada nadiifinta, weydii dhakhtarkaaga ama kalkaalisadaada.
- EPA (Hay'adda Ilaalinta Deegaanka) waxay haysaa liis dhammaystiran oo ay ku qoran yihiin alaabta nadiifinta ee la aqbal. Waxaad booqan kartaa shabakadooda si aad u hesho macluumaad dheeraad ah [https://www.epa.gov/sites/production/files/2018-01/documents/2018.10.01\\_listk.pdf](https://www.epa.gov/sites/production/files/2018-01/documents/2018.10.01_listk.pdf).

## Waa maxay hababka nadiifinta ku habboon ee guriga?

- Waxa ugu muhiimsan **ee aad ku sameyn karto guriga** si laguugu daaweeyo si guul leh waa inaad nadiifiso musqushaada.
- Ka codso xubin qoyska ka mid ah ama saaxiib ama kirayso adeeg nadiifin si aad u nadiifiso musqushaada inta saxarada lagugu tallaalayo. Haddii ay tahay waajib inaad isla adiga nadiifiso, samee wax yar ka hor inta aanad u bixin in lagugu tallaalo saxarada. Ka dib marka musqusha nadiif noqoto, waa inaad isticmaalin mar kale ilaa ka dib marka saxarada lagugu beero.

## Waa maxay habka nadiifinta ee guriga?

- Waxaa lagu talinayaa in dhammaan maryaha sariirta la dhaqo ka hor inta aan saxarada lagugu tallaalin. Dharka wasakhaysan waa inaan la taaban wax badan inta suurtagalka ah oo si gooni ah loogu dhaqo biyo kulul oo lagu celceliyo iyadoo la isticmaalayo warankiilo koloriin ka samaysan iyo saabuunta dharka lagu dhaqo.
- Baddeecadaha nadiifinta guriga ee caadiga ah ma dili doonaan kudka bakteeriyada C-Diff.
- Waxaa **aad muhiim u ah** inaad isticmaasho warankiilo (Clorox) oo ma ahan inaad isticmaasho nadiifiye kale.
- Si aad isku ilaaliso, **xiro gacma-gashiyo caag ah** inta ay howshan socoto.
  1. Diyaari dareeraha nadiifinta. Ku qas 1 koob oo warankiilada ah iyo 9 koob oo biyo ah baaldi gudahiisa.
  2. Tirtir saxaro kasta oo aad ku aragto marada wax lagu nadiifiyo. Tuur marada marka aad hawsha dhammayso.
  3. Ku qoy isbuunyada xalka nadiifintaada, oo u xoq wax walba si adag!
  4. Sii wad inaad qoyso isbuunyada marka loo baahdo marka aad wax nadiifinayso. Bakteeriyada C-Diff waxay ku dhuuman kartaa sagxadaha musqusha badankooda, ma ahan oo kaliya tuunjiga musqusha.
  5. Hubi in xoqida aad ku darto meelaha soo socda ee sare ee la taaban karo: tuunjiga musqusha, waaskada, qubeyska, tuubadda, baambada, iyo qasabadaha.
  6. U oggolowgoobaha sagxadaha ah inay si buuxda u engegaan. Haddii ay suurtagal tahay, u oggolow toban daqiiqo oo ay ku qallalaan.
  7. Marka aad dhammayso nadiifinta dhammaan musqulaha gurigaaga, waa inaad ku rido gacma galiska, isbuunyada, iyo marada bacda qashinka. Hubi inaad bacdan ku rido weelka qashinka ee dibadda yaala.
  8. Ugu dambeyntii, ku dhaq gacmahaaga iyo garbahaaga ilaa suxuladaada saabuun adigoo isticmaalaya xoqxoq ugu yaraan hal daqiiqo.

### Tixraacyada

Dr. Steven H. Bollinger, Waaxda Dr. Steven H. Bollinger, Department of Gastroenterology, Centra Care Health Plaza, St. Cloud, MN, Centra Care Health Plaza, St. Cloud, Minnesota

Shabakadda Hal-abuurka Tayada ee Great Plains. Bakteeriyada Clostridium difficile (C. difficile), Dhar Dhaqida iyo Nadiifinta Guriga dhexdiisa. Ururka Haggajinta Tayada Medicare ee Kansas, Nebraska, North Dakota, iyo South Dakota, 2018, bogga 1-2.

Kassam, Z. (Juun, 2016). Bayaanka Mawqifka Ku-tallaalidda Saxarada Il-ma'aragtada Leh. Gudaha OpenBioME Clinical Primer.