XAQIIQOOYIN KU SAABSAN INJIRTA MADAXA

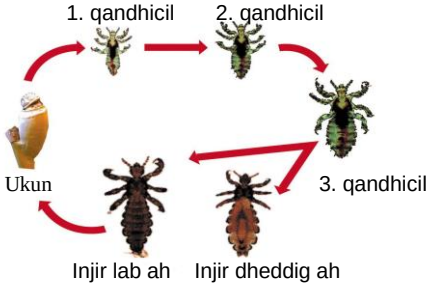


-Injirtu waxay aadanaha dhibaato ku haysan ilaa iyo waqti aan la xusuusan karin.
-Injirta madaxu (Pediculus capitis) waxay ku nooshahay timaha meel u dhow kugta ama basada.
-Injirtu waxay ugu jeceshahay aagga dhakada hoostiisa ah ee qoortana ka sarreysa, ilaa iyo meesha ugu sarreysa madaxa iyo dhinacyadiisa.
-Dhiigga aadanaha ayaa ah meesha keliya ee ay injirtu cuntada ka hesho.
-Injirta weyn waxay u baahan tahay dhiig labo goor maalintii si ay u taranto.
-Injirta madaxu waa cayayaan yar oo aan baalal lahayn kaasoo aan duuli karin aanna boodi karin.
-Injirta weyn way yar tahay: dhererkeedun waa 2-3 mm, waxayna u dhexeyn kartaa xuub ilaa midab madow ah.
-Injirta madaxu waxay leedahay 3 lammaane oo lugo ah, waxayna leedahay qoobab si gaar ah loo qaabeeyey oo ay ku xamaarato uguna xajisato timaha dhererkooda.
-Injirtu waxay si xawaare dheereysa ugu socotaa timaha engegan.
-Way adag tahay in la arko haddii uusan qofku isticmaalin shanlada injirta.

Qof kasta ayey geli kartaa!

-Injirtu waxay ku dul noolaataa cid kasta iyadoo aan loo kala soocin midabka maqaarkooda, midabka timahooda ama diintooda.
-Haddii aad leedahay timo iyo dhako laga yaabo iney dhiig ku quudiyaan, markaas adigaa ah musharraxa dhabta ah ee sii xanbaara jiilalka injirta.
-Injirta madaxa waxaa la isugu gudbiyaa isku taabashada madaxa/timaha.
-Badanaa waa carruurta da'doodu u dhexeyso 3 iyo 12 sanadood kuwa inta badan uu cayayaanku galo.
-Injirta madaxa ee dadka gasha kuma noolaato xayawaanka guriga.

- Injir dheddig oo weyn waxay dhigi kartaa ilaa 8 ukumood maalintiiba.
- Markay isu tagaan labka iyo dheddigga ka dib waxay dhigi kartaa 56 ukumood.
- Ukumuhu waa 0.3 x 0.8 mm.(waxay u egyihiin quruuruxa ciidda).
- Injirta dheddigga ah waxay ukumaheeda ku dhejisaa timaha dhererkooda iyadoo isticmaalaysa dheecaan ay soo dayso, ka dibna ukumuhu waxay ku "dhegaan" timaha.
- Ukumaha waxay dhigtaa meel dhow sentimitir u jirta dhakada ama kugta oo timaha ah, waxayna dillaacaan 6-8 maalmood ka dib.
- Waxay qaadataa ilaa 3 toddobaad marka ukunta ay dhigto ilaa iyo marka ay injirta nafteedu ukun dhigi karayso.
- Nolosha caadiga ah ee injirta madaxu waa ilaa 6 toddobaad.
- Injirta iskeed timaha uga soo dhacda, badanaa waa mid dhiman rabta.





Sidee lagu ogaadaa injirta?

Aad ayey u fududdahay in la ogaado injirta marka aad ku shanlaysanayso shanlada injirta haddii aad madaxaaga ku soo foorariso tuwaal cad. Timaha oo engegan shanlee. Madaxa ku aaddi saxanka weji dhaqa musqusha, midka qubeyska, marada miiska ama wax la mid ah. Injirta madaxu waxay sida ugu wanaagsan ugu noolaataa meesha mugdiga ah ee diirran meeshaasna waxaad gaari karaysaa adigoo xagga hore u soo foorarsanaya markaad timaha shanlaysanayso. Haddii wax uun "yar" ay dhaqaaqaan, waxaa laguu xaqiijin karaa iney yihiin injirta madaxa.

Talo iyo aaraa' iska fudud oo ku saabsan injirta madaxa.

Maxaa la sameyn karaa oo looga hortagi karaa injirta madaxa?

- Waqti u qaado inaad si joogto ah timahaaga ugu shanlayso shanlada injirta. Ha illoobin inaad qoyska oo dhan ugu shanlayso! Markaad horey u ogaatid dhibaatada si degdeg ah ayaad isaga qaban karaysaa.
- Ka qayb qaado dhammaadyada toddobaadyada injir saaridda ee dhaca toddobaadyada 10 iyo 35, kuna dhiirrigeli dhammaan dadka deggan xaafaddaadu iney sidaas yeelaan.
- Meel ku koobnow markaad shanlaysanayso. Injirta iyo ukumuhu aad ayey u yar-yar yihiin wayna adag tahay in si habboon loo arko.
- Ha isticmaalin koofiyadaha dadka kale, shanlooyinkooda ama buraashyadooda.
- Ha isticmaalin walxaha kiimikada si aad uga hortagtid injirta maadaama ay taasi keeni karayso iney injirtu noqoto mid u adkaysata daawooyinka.
- Carruurta timaha dheer waa ineysan timaha kor u xidhin ama tidcin.

Maxaan sameeyaa haddii injirtu i gasho?

- Qof kasta oo qoyska ka mid ah u shanlee si aad u aragtid haddii kuwa kale ay gashay.
- Qof kasta oo qoyska ka mid ah oo ay ku dhacday isku mar ka wada daawee.
- Si taxaddar leh u raac tilmaamaha daaweynta.
- Waa muhiim in la kala jebiyo meertada nolosha injirta sida ugu dhakhsaha badan oo suuragalka ah. Markaas waa inaad doorataa habka daaweynta ee kuugu habboon, kaasoo sidoo kale xaqiijin doona inaad sida ugu waafisan injirta isaga saartaan.
- Haddii aad aragto aleelo badan ee ukunta, markaas waqti dheer ayey kugu jirtay. Haddii si kastaba ha ahaatee, aad ogaatid ukumo badan, markaas goor dhow ayey ku gashay.
- Sii wad inaad isticmaasho shanlada injirta ilaa iyo 10-14 maalmood marka ay kaa baxdo injirtu ka dib. Markaas waxaad hubsan kartaa inaad isticmaashay habka ugu waafisan ee lagu daaweeyo injirta madaxa.
- Si joogto ah u shanlayso adigoo ka hortag ahaan u isticmaalaya.
- Shanlada ama buraashka jeermiska dil adigoo karkarinaya ama barafaynaya si aysan qoyska intiisa kale u qaadsiin.
- Isku day inaad hesho meesha ay kaaga timid. Waalidiinta kale ku wargeli iney injir ku gashay si markaas ay xubnaha qoysaskooda uga eegaan haddii kale halista qaadiddu way kordheysaa. Injir madax qabiddeedu wax laga xishoodo maaha. Dadka nadaafad la'aan uma gasho: injirtu waxay sida ugu wanaagsan ugu noolaataa timaha nadiifka ah.
- Go'ayada sariirta ku dhaq 60 oC. Koofiyadaha, caruusadda ama alaabayda, iyo barkimmada fadhiga waxaa habeen dhan la gelin karaa qaboojiyaha ama qallajiso kulkeedu gaarayo 60 oC ilaa iyo 5 daqiiqadood.

- **Wax weji gabax leh maaha in injir la qabo, laakiin waxaa weji gabax leh inaadan wax ka qaban!**



Injirta madaxa waxaa la isku qaadsiiyaa is taabashada madaxa/timaha



Maaha iney ku cun-cunto, markaad qaaddo

KA QAYB QAADO DHAMMAADKA TODDOBAADYADA INJIR ISKA SAARIDDA EE LA QABTO TODDOBAADYADA

10 IYO 35.



WAXAAN JECLAAN LAHAYN INAAN QOF KASTA CAAWINNO :

LUSFRI NORGE

Somali

INJIRTA MAMDAXA



BUUG YAR OO KU SAABSAN INJIRTA MADAXA KANA YIMID

LUSFRI NORGE

- URUR MUTADAWAC AH

www.lusfrinorge.no