



## CONJUNCTIVITIS ("IL GUDUUD KHAFIIF AH" [PINK EYE]) - WARQADA XAQIIQDA

### QEEXITAAN:

Conjunctivitis, oo caadi ahaanta loogu yeero "pinkeye" (il guduud khafiif ah) waxaa waaye barar oo xuubka xadka u ah isha baalkeeda iyo soo dhaafo cadaanka indhaha (sclera).

### WAXA SABABO:

Conjunctivitis waxaa sababi karo jeermiska aan ishu qaban karin (bacteria), fayruus (virus), waxa gaarka oo jirka diido (allergy) ama jawaab difaaca jirka (immune), kiimiko ama wax jirka dhibo.

### SIFOOYINKA:

#### A. Conjunctivitis'ka Jeermiska Aan Ishu Qaban Karin

- Waxaa laga yaabaa inay wax u keento hal ama labada il
- Waxaa ka imaado dheecaan cagaar ama jaalo ah
- Waxaa laga yaabaa inay ahaato qub isku xiran marki hurdada laga kacaayo
- Guduud ama guduud khafiif ah, cuncun yar, il xanuuneyso
- Cuncun yar ama cuncun la'aan
- Aragti tashwiish ku jiro oo waadax ku noqdo isku qabashada iyo kala furka isha
- Ma lays qaadsiiin karo hadii dawooyin la bilaabo
- Ku yar carruurta ka weyn 5 sanno

#### B. Conjunctivitis'ka Fayruuska

- Guduud Khafiif ah, bararsan, indho biyo-biyo ah; cun-cun yar
- Ka biloowdaa hal il; laga yaabaa inuu saamayo labada il
- Dareenka iftiinka ayaa dhibo ("photophobia")
- Mararka qaarkood lays gaarsiin karo ka hor calaamadaha

- Lays gaarsiin karo ilaa calaamadaha, calaamadaha cudurka ay ka tagaan
- Haduu sababo "adenovirus", waxaa la socdo qandho iyo hargab iyo noqon karaa in lays gaarsiin karo ilaa 14 maalmood

#### C. Conjunctivitis'ka Waxa Gaarka Ah Oo Jirku Diido

- Cun-cun, guduudnimo iyo ilmo badan
- Badanaa saamayso labada il, laakin had iyo jeer ma'aha
- Cun-cun badan, gubasho, rug-rugid
- Sanka afkiisa hore oo badanaa bararsan iyo midabkiisa cadaado
- Ma lays gaarsiin karo

#### D. Conjunctivitis'ka Kiimikada (sida, waxa laga sameeyo warankiilada [chlorine])

- Indho guduud ah, biyo-biyo ah
- Badanaa daqiiqado ilaa sacaado gudahood kadib dabaal ama wax yar kadib marki la taabto waxa dhibka keenaayo

### HABKA LA ISUGU GUDBIYO IYO MAAMULKEEDU

Conjunctivitis'ka jeermiska aan ishu qaban karin iyo fayruuska waxaa la isugu gudbin karaa:

- La taabo dheecaanka isha ka imaado
- Faro, dhar, ama wax yaabo kale oo wixi gaareen
- Meesha neefsashada la xiriirta kore oo dadka qaadey

Conjunctivitis'ka jeermiska aan ishu qaban karin waxaa lagu xalin kara daawo (antibiotic) la'aan; badanaa waxaa sababo isla jeermiskaas aan ishu qaban karin oo caadi ahaanta laga helo cunooyinka iyo sananka dad badan iyo caadi ahaanta wax dhibaato ah ma keento. Hadii la qaato ama la qaadanin daawo, badanaa waxay xalintoodu imaataa 5-6 maalmood gudahooda.

### MAAMULKA GURIGA

- Si degdeg ah ola xiriir takhtarka ilmahaaga haduu jiro xanuun, barar ama photophobia adhag (aad u dhibo dareenka iftiinka).

- Dadka looga shaki qabo inay qabaan conjunctivitis waxaa laga yaabaa inuu arko takhtar siday u helaan ogaanshaha nooca cudurka, daaweyn, iyo dib u'la socod oo haboon. Laakiin arintaan waa ikhtiyaarkaada, iyo looma baahno inaad dugsiga qoraal u keentid markaa booqatid takhtarka.
- Farsamo gacan dhaq oo fiican ka hor iyo kadib markaad taabatid indhaha, sanku iyo afka. Nadaafada wax yaabaha badanaa ay taabtaan gacmaha ama wajiyada (sida, wax yaabaha carruurta ku dheelaan [toys])
- Ilmahaaga dugsiga guriga oga haay hadii bas: ilmaha uu dugsiga ka qayb-qaadan karin xanuun aad dartiis, isha gaduuda khafiifka waxaa la socdo qando, haduu codsado waaxda caafimaadka maadaama u jiro faafid, ama uu ku taliyo ilmaha takhtarkiisa. Daawooyin looma baahno si dugsiga loogu soo laabto.