

Dhukkuba Harkaa, Miilaa fi Afaanii (HFMD)

Kabajamtotaa Warra ykn Guddiftoota,

Waraqaan dhugaa kun isiniif kennamaa jira:

- Sababni isaas, isiin ykn daa'imnni keesan dhukkuba harkaa, miillaafi afaaniif saaxilamtanii ta'uu danda'a(HFMD).
- Kaayyoo odeeffannoo qofaaf.

Odeeffannoo Waliigalaa Waa'ee Dhukkuba Harkaa, Miillaa fi Afaanii (HFMD)

HFMD maalidhaa?

- Vaayirasoota garee "enterovirus" jeedhamun kan dhufudha.
- Daa'immanii fi ijoollee umuriin isaanii waggaa 5 gadi ta'e irratti dhukkuba beekamuudha.
- Salphaatti babal'achuu danda'a.
- Yeroo baay'ee hamaa miti.
- Inni baay'inaan kan mul'atu yeroo bonaa fi jalqaba ji'a Fulbaanaati.
- Wanta wal fakkaatan kan fakkaatu ta'us, dhukkubni "harkaa, miillaa fi afaanii (HFMD)" dhukkuba "miillaa fi- afaanii" kan loonii, hoolaa, re'ee fi booyye irratti argamu irraa adda.

Eenyutu ittiin qabamu danda'a?

- Namni kamiyyuu HFMD qabamuu danda'a, yoo kanaan dura qabaatees.
- Irra caalaan daa'imman waggaa 5 gadi ta'an irratti mul'ata.
- Yoo ulfa taatee, HFMDf saaxilamu, ykn qabaamme jettee yoo yaadde ogeessa fayyaa kee qunnam.

Mallattoowwan dhukkuba kanaa maalii?

- Ho'a qaamaa (Akaadaamiin Daa'immanii Ameerikaa ho'a qaamaa jechuun ho'a 100.4F [38°C] fi isaa ol ta'uu isaa ibsa.
- Madaa afaanii kan yeroo liqimsaan dhukkubbii fiduu danda'u.
- Shiifee gogaa qaamaa kan akka tuqaa diimaa ta'ee jalqabee yeroo baay'ee gara bishaanin guutameetti guddatu.
 - Yeroo baay'ee shiifeen biishanin gutaame ('biilstaarri') kan mul'atu barruuharkaa, qubaafi faanna miila irratti.
 - 'Biilstaarri' kutaa qaama biroo irratti mul'achuu danda'a.
- Mallattoowwan dhukkubaa irra caalaan guyyoota 7 hanga 10 keessatti ni badu.
- Namoonni tokko tokko mallattoowwan dhukkuba kanaa tasuma agarsiisuu dhiisuu danda'u, garuu vaayirasicha namoota birootti dabarsuu danda'u.

Akkamitti babal'ata ykn dadaarbaa?

- Vaayirasiin kun kan argamu:
 - Cophaa qufaa, haxxiffannaa fi biishan huurru keessa dhangala'uu irraa dhufu
 - Biishaan shiiffee ykn citoo irraa dhufu
 - Dhangala'aa madaa afaanii ykn goorrora irra
 - Udaan (sagaraa)

- Vaayirasiin kun kan babal'atu yeroo namni HFMD qabu qufa'u ykn haxxiffatu fi namni biraa cophu kana keessaa hafuura gara keessaatti fudhaattu.
- Karaawwan kanaanis babal'achuu ni danda'a:
 - wanta ykn lafa vaayirasichi irra jiru edda tuqanii booda afaan, ija ykn hidhii tuquu.
 - meeshaalee ykn kubbaayyaa nama HFMD qabu waliin qooddachuu.
- Bineensonni fi beeylaadonna manaa HFMD argachuu ykn babal'isuu hin danda'an.
- Namni HFMD torban hedduudhaaf babal'isuu danda'a, erga mallattoon isaa irra badee boodas.

Daa'imni Kiyaa HFMD Qabuu Akkamitti Beekaa?

- Ogeessi fayyaa akkaataa idileettin mallattoowwan nama tokkoo irratti hundaa'uundhan HFMD adda baasuu ni danda'a.
- Ogeessi fayyaa HFMD saamuda qoonqoo ykn sagaraa (uudaan) fayyadamuun qorachuu danda'a. Bu'aa qorannoo kana argachuuf torban 2 hanga 4 fudhachuu waan danda'uuf yeroo baay'ee qorannoon kun hin gageefammu.

Gaaffii dabalataa yoo qabaattan ykn daa'imni keessan HFMD qaba jettanii yoo amantan, ogeessa kunuunsa fayyaa keessan qunnamaa. Waraqaan dhugaa kun odeeffannoo waliigalaa qofa kan kennudha.

Mucaan Koo HFMD Yoo Qabaate Woo?

Yoo daa'imni keessan HFMD qabaate hatattamaan ogeessa kunuunsa fayyaa daa'ima keessanii ykn mana barumsaa duraati beeksisaa.

Akkamitti yaalamaa?

- Qorichi addaa HFMDf kennamu hin jiru, garuu mallattoolee tokko tokko yaaluun daa'imni keessan caalaatti akka itti tollu gochuu dandeessu. Waa'ee filannoowwan yaalaa ogeessa fayyaa keessaan waliin haasa'a.
- Daa'imman ji'a 3 fi isaa gadi ta'anii fi ho'i qaamaa 100.4°F (38°C) fi isaa ol ta'e ogeessa fayyaa isaaniitiin ilaalamuu qabu.
- Madaan afaanii dhukkubuu waan danda'uuf, ijoolleen nyaachuu fi dhuguu dhiisuu danda'u. Ijoolleen bishaan qaama keessaa akka hin hir'anneef dhangala'aa gahaa argachuun barbaachisaa dha.
- Mallattoolee daa'ima keessanii ilaalchisee yaaddoo yoo qabaattan ogeessa fayyaa daa'ima keessanii wajjin haasa'aa. **Yoo daa'imni keessan mallattoo bishaan hir'achuu agarsiisaa jiraate (daayipparii jiidhaan xiqqaachuu ykn fincaan yeroo biraa caalaa xiqqaachuu, yeroo idilee caalaa dadhabuu, garaa kaasaa, arrabni ykn funyaan goguu, imimmaan xiqqaachuu), ykn mataa dhukkubbii cimaa/bowwoo ykn mormi jabaatee yoo qabaate, hatattamaan ogeessa fayyaatiin ilaalamuu qabu.**

HFMD akka hin babal'anne akkamittin gargaaruu danda'a?

- Vaayirasiin kun salphaatti bishaan fi saamunaadhaan ni baafama.
- Harka irra-deddeebi'anii dhiqachuu, keessumaa erga daayipparii jijjiirratanii, mana fincaanii fayyadamanni, haxxiffannaa, qufaa ykn funyaan haxaa'aatan booda.
- Yeroo qufaatan ykn haxxifattan funyaan fi afaan haguugachuu.

- Lja, funyaan fi afaan tuquu irraa of qusadhaa.
- Nama HFMD qabu kamiyyuu waliin kubbaayyaa, meeshaalee nyaataa, nyaataa fi dhugaatii qooddachuu irraa of qusadhaa.
- Meeshaalee taphaa fi meeshaalee biroo ijoolleen afaan isaanii keessa kaa'an bishaanii fi saamunaadhaan sirriitti qulqulleessa.
- Fuulaawwan meeshaa manaa qulqulleessuu fi 'disinfect' gochuu.

Daa'imnni Koo Kunuunsa Daa'immanii Irraa Mana Turuu Ni Barbaachisaadha?

Lakki. Daa'imman HFMD saaxilaman, ykn qabamuun isaanii adda baafame kunuunsa daa'immanii itti fufuu danda'u **yoo kanneen armaan gadii hin jirre ta'e:**

- Madaa afaanii fi goorrora yoo qaabatte.
- Mallattoolee HFMD biroo waliin ho'a qaamaa (ho'a 100.4°F [38°C] fi isaa ol) yoo qaabaate.
- Dhiitta xixiqqoo bishan qabu ykn bishan ykn malaan keessa yaa'u yoo qaabaatan.
- Sochiiwwan daree keessatti godhamu keessati hirmaachuuf fayaan gahaa ta'een itti hin dhaga'amu yoo ta'e (fakkeenyaaf: haala hin baratamneen dadhabbuu; salphaatti aarsu ykn mufachuu; ykn yeroo idilee caalaa boo'uu).

Maaloo imaammata dhukkubaa sagantaa kunuunsa daa'imman keessanii hordofaa.

Wabiiwwan:

American Academy of Pediatrics

- *Caring for our Children, Chapter 3 Health Promotion and Protection, 3.6 Management of Illness, 3.6.1 Inclusion/Exclusion Due to Illness*
- *Managing Infectious Diseases in Child Care and Schools, 5th Edition. Pages 101-102*

Centers for Disease Control & Prevention

- *Hand, Foot, and Mouth Disease (HFMD).* <https://www.cdc.gov/hand-foot-mouth/>

Child Care Health Program – Public Health Seattle & King County

- <https://kingcounty.gov/depts/health/child-teen-health/child-care-health/disease-prevention.aspx>.
Disease Prevention Website

U.S. Department of Agriculture (USDA)

- *Foot and Mouth Disease website*
<https://www.aphis.usda.gov/aphis/ourfocus/animalhealth/animal-disease-information/fmd/index>