

Gooryaanka

Waalidka ama Masuulka Qaaliga ahoow,

Waxaa lagu siinayaa xaashidan xogeed:

- Sababtoo ah adiga ama canugaada ayaa laga yaabaa in uu idin haleelay gooryaanka mindhicirada.
- Ujeedooyin macluumaad oo keliya.

Xogta Guud Ee Ku Saabsan Gooryaanka?

Muxuu yahay Gooryaanku?

- Gooryaanka gala mindhicirada waa goryaan yaryar, wareegsan, dhuudhuuban, oo cadad looguna yeero *Enterobius vermicularis*.
- Waxay ku nool yihiin dabada iyo xiidmaha dadka waxayna ugxamaha dhigtaan banaanka duleelka dabada.
 - Waxay qaadanaysaa 1-2 bilood laga bilaabo wakhtiga qofku liqo (caloosha ay gasho) ugxanta gooryaanka ilaa xiliga gooryaanka wayn uu ka gaarayo aaga dabada.
 - Gooryaanada waawayn ayaa sii wadaaya inay ku dhex noolaadaan xiidmaha. Gooryaanada dheddiga ah ayaa ka soo xamaarta doleelka dabada, caadiyan habaynkii, si ay ugxamaha u dhigtaan maqaarka u dhow duleelka dabada.
- Eeyada iyo biisadaha ma qaadi karaan gooryaan.

Yay ku dhici karaan?

- Qof kasta waa uu ku dhici karaa gooryaanka.
- Gooryaanka waxaa badanaa laga helaa ardayda jirta da'ada dugsiga xanaanadaha iyo da'da dugsiga iyo daryeeleyaashooda.

Waa maxay astaamaha?

- Cuncun daran oo laga dareemayo duleelka dabada (gaar ahaana habaynkii) kaasoo keeni kara dhibaato dhanka hurdada ah iyo dareenka nasiino la'aanta. Cuncunka ayaa dhacaya marka gooryaanka dhediga ah ay ugxanta dhasho habaynkii.
- Gooryaanka ayaa lagu arki karaa aaga duleelka dabada ama saxarada (xaarka). Goryaanka ayaa dheerar ahaan le'eg wax ka yar ½ inji.
- Dadka qaba goortaanka ayaa sidoo kale oomateedka ka xirmi karaa.
- Dadka qaar ayaan lahayn wax astaamo ah.

Sidee ayay u faafaan?

- Dadka ayuu ku dhici karaa gooryaanku marka ay liqaan (calaaliyaan) ugxanta gooryaanka ee dul saaran farahooda ama ku jira hoosta cidiyaha farahooda. Arintaas ayaa dhici karta haddii ay xoqaan aaga u dhow duleelka dabadooda ama ay taabtaan dharka, buumada, gogosha, shukumaannada, iyo meelaha kale ee ay saaran yihiin ugxamaha gooryaanku.
- Maadaama ugxamuhu yihiin kuwo yaryar, mararka qaar hawada ayay geli karaan waan la neefsan karaa. Tusaale ahaan, hurgufida go'yaasha marka aad furaashayso sariirta ayaa waxay ugxamaha ku baahin karta hawada.

- Gooryaanka ayaa sii wadi doona inuu faafo ilaa inta ay mindhicirkaaga ku jirto gooryaan dheddig ah oo ugxamo dhasha.
- Ugxamuhu waxay jirka banaankiisa ku noolaan karaan ilaa 2 asbuuc ayagoo ku jiraaya dharka, go'gasha, ama saaran dusha meelaha kale.

Sidee Ayaan Ku Ogaanayaa Haddii Cunugaygu Qabo Gooryaan?

Daryeel bixiye caafimaad ayaa baari kara gooryanka. Mararka qaar sharooto ayaa lagu dhajiyaa aggagaarka duleelka dabada kadibna waxaa lagu eegaa arag waynayso si loo raadsho ugxamaha.

Haddii aad qabto su'aalo dheeraad ah ama aad ka walaacsan tahay in canugaagu qabo Gooryaan, la xiriir daryeel-bixiyahaaga caafimaadka. Xaashidaan xogeed waxay ku siineysaa macluumaad guud oo keliya.

Kawaran Haddii Canugeygu Uu Qabo Gooryaanka?

Iska markiiba ogeysii daryeel bixiyaha caafimaadka ee cunuggaaga ama dugsiiga barbaarinta caruurta haddii canugaagu qabo Gooryaan.

Sidee ayaaa loo daaweeyaan Gooryaanka?

- Gooryaanka waxaa lagu daweeeyaa daawo. Waydii dhakhtarkaaga wixii xog dheeri ah.
- Daawada had iyo jeer ma baabi'in karto dhamaan ugxamaha gooryaanka. Daawada waa in lagu ceshaa 2 asbuuc kadib daawaynta koowaad si loo dilo gooryaanka cusub ee dhashay kadib markii la qaatay daawayntii koowaad.
- Haddii in ka badan hal qof oo guriga jooga ay qabaan gooryaan, qof kasta oo guriga jooga ayaa u baahan kara in la daaweeyo isla hal wakhti si looga hortago inuu cudurku sii faafo.

Sidee ayaan gacan uga gaysan karaa kahortaga faafida gooryaanka?

- Si joogto ah u farxalo, gaar ahaana kadib marka aad gasho musqusha, kadib marka aad badesho xafaayada, kahor inta aadan gacmaha la gelin cuntada, iyo kahor cunnista cuntada.
- Dadka gooryaanka qaba waa inay qubaystaan subax kasta. Taasi waxay ka caawinaysa in ugxantu ka dhaqanto maqaarka. Shaawarka, marka xaaladaan lagu jiro, ayaa ka fiican qubayska caadiga ah.
- Badel buumaha, bajamaaska, shukumaanka, iyo go'yaasha maalin kasta. Dhaq alaabtaan adigoo adeegsanaaya biyo kulul (130°F [54.4°C]) biyo raaci kuna qalaji meesha ugu kulul.
- Maadaama gooryaanku uu faafi karo marka qofku xoqo aaga uu gooryaanku ku nool yahay, iska jar cidiyaha oo jooji qaniinista cidiyaha.
- Nadiifi oo jeermiska ka dil dusha sare ee sagxadaha guriga.
- Iska ilaali wadaagista alaabta shakhsi ahaaneed, sida shukumaanada, dharka, iyo go'yaasha.

Canugeygu Ma U Baahan Yahay Inuu Iska Joogo Guriga oo uu Ka Haro Goobta Xannaanada Carruurta?

Maya. Carruurta u bayla noqday, ama laga helay goryaanka waa ay sii imaan karaan goobta xannaanada carruurta **marka laga reebo:**

- Haddii uu leeyahay qandho (heerkul gaarayo 100.4°F [38°C] ama ka sarreeyo) oo ay wehliyaan astaamo kale.
- Haddii uusan qabin caafimaad uu uga qeybqaato waxqabadyada fasalka (tusaale ahaan: daal aan caadi ahayn; xanaaq ama farxad la'aan; oohin ka badan sidii caadiga ahayd).

Fadlan raac xeerarka barnaamijka xannaanada ee canugaaga.

Tixraacyada

American Academy of Pediatrics

- Managing Infectious Diseases in Child Care and Schools, 6th Edition. Page 155-156

Centers for Disease Control & Prevention

- Parasites – Enterobiasis (also known as Pinworm Infection).
<https://www.cdc.gov/parasites/pinworm/>