Public Health
Seattle & King County

Canbaar

Waalidka ama Masuulka Qaaliga ahoow,

Waxaa laguu siinayaa xaashidan xogeed:

- ☐ **Sababtoo ah adiga ama cunugaaga ayaa laga yaabaa in aad u bayla noqoteen canbaarta.**
- ☐ **Si laguu siiyo keliya macluumaad/xog.**

Xogta Guud Ee Ku Saabsan Canbaarta

Waa maxay canbaartu?

- Canbaarta waxaa sababa fangas la yiraahdo Microsporum canis.
- Waa caabuq guud oo fangasku sababo oo saamayn kara maqaarka jirka, cagaha, ama madaxa. Marka ay cagaha ku taalo waxaa la yiraahdaa “Athlete’s Foot”.
- Marka laga soo tago magaceeda, waxba kama quseeyaan goriyaanka. Erayga "ring" ee ku jira magaca "ringworm" wuxuu ka yimid nabarada wareegsan ee u qaab eg faraantiga.

Yuu ku dhici karaa?

- Qof kasta ayay ku dhici kartaa canbaartu.
- Canbaarta ku dhacda qalfoofka madaxa waxay ku badan tahay carruurta 3 ilaa 9 sano jira.

Waa maxay astaamaha?

- Canbaarta jirka ayaa ku bilaabata nabar yar, wareegsan, oo cas oo ku yaala maqaarka kaas oo cabbir ahaan ballaarta.
    - Marka ay ka bilaabato xajmiga digirta oo ay gaarto xajmiga laadhuuga, dhexda ayaa bogsoonaysa kadibna waxay u ekaanaysaa faraanti.
    - Geesaha faraantiga ayaa cas waxayna noqon karaan kuwo qalalan oo cadaad ah ama qoyan oo ciir u eg.
    - Finanku caadiyan waa kuwo cas oo cuncun badan.
- Marka canbaartu ka soo baxdo qalfoofka madaxa:
    - Tilmaha caabuqa qaba ayaa si fudud u soo dhici kara.
    - Nabar canbaareed oo ka soo baxa maqaarka ayaa sidoo kale samaysmi kara.
    - ciirado jaalle ah ayaa mararka qaar soo baxa.
- Marka ay ka soo baxdo cagaha, waxaa dilaac ama murmurux ka samaysma maqaarka u dhexeeya faraha cagaha.

Sidee ayey ku faaftaa?

- Fangaska dhalinaaya canbaarta ayaa faafi kara:
    - marka qof uu taabto finanka qofka qaba canbaarta.
    - taabashada goobaha qoyan, sida shaawarada dadwaynaha ama sagxada qolka dhar badelashada, kuwaas oo leh ama dulsaaran fangas.
    - wadaagista alaabaha shaqsi ahaaneed, sida shanlooyinka, koofiyadaha, dharka, ama shukumaannada uu soo isticmaalay qofka qaba canbaarta.

- kadib taabashada eeyada, biisadaha, iyo xayawaannada kale ee qaba canbaarta.
- inkastoo aysan badnayn, sidoo kale waxay faafi kartaa kadib marka la taabto ciida leh fangaska.

Sidee Ayaan Ku Ogaanayaa Haddii Cunugaygu Qabo Canbaarta?

Haddii cunugaagu qabo astaamaha canbaarta, waa inuu u tagaa dhakhtar.

- Dhakhtar ayaa badanaa baara canbaarta asagoo eegaya muuqaalka maqaarka.
- Cudurka ayaa lagu xaqiijin karaa in qolfo laga soo qaato maqaarka laguna eego arag dhawayso ama iyadoo muunad/sanbal loo dirayo shaybaarka si loo baaro.

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

Kawaran Haddii Canugeygu Uu Qabo Canbaarta?

Isla markiiba ogeysii daryeel bixiyaha caafimaadka cunuggaaga ama dugsiga barbaarinta carruurta haddii canugaagu qabo canbaarta.

Sidee ayaa canbaarta loo daweeyaa?

- Daawooyinka canbaarta ayaa laga heli karaa oo laga soo iibsan karaa dukaannada ama waxaa kuu qori karaa dhakhtar. **Daryeel bixiyahaaga caafimaad kala tasho talooyinka daawaynta.**
- Waxay qaadan kartaa ilaa dhawr asbuuc in caabuqa canbaartu kaaga baaba'o xataa kadib marka aad daawo qaadeynayso.
- Joojinta daawada xili hore ayaa sababi karta in canbaartu soo laabato waxayna taasi sii adkaynaysaa in la daweeyo, marka waa muhiim inaad raacdo tilmaamaha ku qoran baakada daawada ama waraaqda dhakhtarka.

Sidee ayaan gacan uga gaysan karaa kahortaga faafida canbaarta?

- Aagga ay canbaartu saamaysay ku dabool faashad ama maro.
- Nadiifi maqaarka oo qalaji.
- Maadaama fangaska uu ku dul noolaan karo sheeyada ilaa muddo dheer, mararka qaar ilaa 18 bilood, waa muhiim in:
  - aadan adoo caga-cad ku socon qolalka dhar badelashada ama shaawarada dadwaynaha. Taas badelkeed, xiro sandal ama kabo marka aad joogto jiimka, qolka dhar badelashada, iyo beeraha dabaasha.
  - la nadiifiyo oo jeermiska laga dilo dusha sare ee sagxadaha guriga.
  - la haawiyo/fakiyuum gareeyo guriga, tani waxay gacan ka gaysanaysaa inaad meesha ka saarto timaha xayawaanka rabaayada ah iyo googo'a maqaarka qabi kara caabuqa.
  - la dhaqo go'yaasha, dharka, iyo bajamaaska maalin kasta. Ku dhaq biyo kulul oo ku qalaji qalajiyaha meel "kulul".
  - aan la wadaagin dharka, shukumaannada, barkimaha, buraashyada timaha, koofiyadaha, ama agabka kale ee shaqsiyeed ee dadka qaba canbaarta.

- Hawo fiican sii qolalka. Si joogto ah u fur daaqadahaaga.
- Si fiican u dhaq gacmaha kadib marka aad taabato xayawaannada rabaayada ah ama xayawaanka kale. Dhakhtarka xoolaha u geey xayawaanka rabaayada ah ee qabi kara canbaarta.

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

Haa. Sida uu sheegay American Academy of Pediatrics (Machadka Dhakhaatiirta Carruurta ee Mareykanka), carruurta qaba canbaarta ayaa ku laaban kara xarumaha xannaanada carruurta kadib marka ay daawada bilaabaan.

Fadlan raac xeerarka barnaamijka xannaanada ee canugaaga.

Tixraacyada

American Academy of Pediatrics

- Managing Infectious Diseases in Child Care and Schools, 6th Edition. Pages 161-1562

Centers for Disease Control & Prevention

- Ringworm website: https://www.cdc.gov/fungal/diseases/ringworm/index.html