Public Health
Seattle & King County

Lolaan booda fayyaa keessan eegaa

1. Lolaan booda fayyaa koo fi maatii kooti akkamittan eeguu danda'a?

- Wanta bishaan lolaa tuqe kamiyyuu erga tuqtanii booda harkaa fi huccuuwwan saamunaa fi bishaaniin dhiqadhaa akkasumas miccaa. Bishaan lolaa waan xuraa'aa fi keemikaalota miidhaa geessisan of keessatti qabachuu mala.

- Yeroo qulqulleessitan guwaantiiwwan furdaa, boottiiwwan bishaan hin seensisne, haguuggii ykn maaskii N95, maxaxirii ykn fuulee ijaa ittisu, shamizii harka dheeraa fi paantiiwwan dhedheeroo uffadhaa ykn godhadhaa.

- Dhaabbanni tajaajilaa naannoo keessan jiru yoo bishaan boombaa keessan nageenya kan hin qabaanne ta'e isin beeksisa. Harkaa, ilkaanii fi qaama keessan dhiqachuuf bishaan saamsame, danfee fi keemikaalaan qulqullaa'e fayyadamaa. Yoo boolla bishaanii dhuunfaa kan qabdan ta'ee fi gubbaan boolla bishaanii bishaan lolaadhaan kan haguugame yoo ta’e, abbaan qabeenyaa bishaan boolla sana bishaanicha qorachuun nageenya isaa mirkaneessuu qaba.

- Harka daa’immanii yeroo baay’ee fi yeroo hunda nyaata dura bishaanii fi saamunaadhaan dhiqaa. Daa’imman ykn bineensonni manaa bishaan lolaa ykn naannoo dhiheenya kana bishaan lolaadhaan uwwifame keessatti akka taphatan ykn meeshaalee taphaa bishaan lolaa tuqanii fi keemikaalaan hin qulqulloofnen akka taphatan hin hayyaminaa.

- Nyaata, qorichaa fi meeshaalee miidhaginaa ykn kosmootiksii bishaan lolaadhaaf saaxilamanii fi meeshaalee qabduu bishaan hin seensisne keessa hin turre gataa. Meeshaalee bishaan hin seensine makaa keemikaalaa qulqulleessuuf oolu keessatti bishaan hamma ho’iinsa ykn teempireechara kutaa keessaa quart tokkoof dhangala’aa addeessaa mana keessaa (household bleach) fallaana shayii 2 fayyadamuudhaan daqiiqaa 15'f cubbuun laaffisaa.

- Fuduraalee ykn kuduraalee dheedhii ykn bilcheefaman kanneen iddoowwan biqiltuu (manduubee) bishaan lolaadhaan miidhaman irraa dhufan ykn argaman kamiyyuu hin nyaatinaa, yoo amma iddoon biqiltuu (manduubeen) sun kan goge ta'es. Biqiltootaa fi biyyeen jarmiilee ykn ilbiisotaa fi keemikaalota isin dhukkubsuu danda’aniin faalamuu danda’a. Biqiltoota hunda buqqisuun gataa, akkasumas balaan lolaawwanii erga darbee booda yoo xiqqaate kosii ykn kompostii wantoota miidhaa geessisan hin qabne inchii jahaa ta'aniin irra deebi’aa jalqabaa.

2. Lolaan booda waa'ee balaawwan fayyaa fi dhukkubaa akkamii beekuu qabaa?

Madaawwan

- Lolaa qulqulleessuu fi suphuun carraa of kuutuu fi miidhaawwan biroo ni dabala. Madaawwan salphaa ta'an saamunaa fi bishaan qulqulluudhaan qulqulleessaa, akkasumas faashaadhan akka hidhamanii, haguugamamnii turabii fi gogan taasisaa.

- Carraa dhukkuba kanaan qabamuu (infeekshinii) hir’isuuf dibata farra baakteeriyaa ta'e (antibiotic cream) fayyadamaa.

- Madaan ykn kutaan qaamaa dhukkubsate yoo diimate, dhiita'e ykn malaa yoo uume/goge, ogeessa eegumsa fayyaa waliin haasa'aa.

- Talaallii teetanaasii isa dhumaa erga fudhattanii waggaa 10 ol yoo ta'e talaallii dandeettii teetanasii ittisuu dabalu (tetanus booster) fudhadhaa—ykn yoo hanga ammaatti hin fudhanne ta'e talaallii walduraa duubaan kennaman jalqabaa. Namoota lolaa booda gara manaatti deebi'aniif gorsoonni talaallii addaa kan biroo hin jiran.

Dhukkuba garaa kaasaa/albaatii

- Bishaan lolaa waan xuraa'aa of keessatti qabachuu mala. Waan bishaan lolaatiin faalame nyaachuu ykn dhuguun dhukkuba garaa kaasaa ykn albaatii fiduu danda'a.

- Mallattoon dhukkuba garaa kaasaa/albaatii ho'a qaamaa, boowwaa mataa, dhukkubbii qaamaa, dadhabbii, miiraa hooqqisuu, hoqqisuu, dhukkubbii mashaa fi garaa kaasaa kan dabalatudha. Mallattoolee dhukkubaa kanneen keessaa tokko yoo qabaattan, boqonnaa argachuun **bishaan qulqulluu baay'isuun dhugaa.**

- Mallattoolee dhukkubaa kanneen keessaa tokko yoo qabaattan, ogeessa kunuunsa fayyaa isiniif kennuu waliin haasa'aa.
    - Garaa kaasaa/Albaatii guyyaa 3 ol turu
    - Garaa kaasaa ho'a qaamaa 102˚F/38.9˚C ol ta'e wajjiin
    - Garaa kaasaa/albaatii dhiiga qabu
    - Yeroo baay'ee haqqisuun dhangala'aawwan qabachuu ykn tursiisuu kan hin dandeenyee fi fincaan baay'ee xiqqaa ta'e fincaa'uu

3. Waa'ee E. Coli fi bishaan lolaa maal beekuun qabaa?

- Baakteeriyaan E. Coli yeroo baay'ee miidhaa kan hin qabne yoo ta'u, gosoonni tokko tokko garuu dhukkuba hamaa fiduu danda'u. Fayyaan Hawaasaa (Public Health) waa'ee weerara E. coli kan namootaaf balaa fiduu danda'u yoo bare ykn beekee hawaasa ni akeekkachiifna.

4. Yeroo ammaa kana doktora hin qabu, yoo gargaarsi na barbaachsie maal gochuun qabaa?

- Gara Community Health Access Program (CHAP, Sagantaa Qaqqabummaa Fayyaa Hawaasaa) 1-800-756-5437 (nama tokkotti dubbachuuf 5 tuqaa sana booda afaan keessan dubbadhaa) irratti bilbilaa ykn gara chap@kingcounty.gov imeelii ergaa.