

KA-HORTAGGA DABKA KA DHACA GURYAHA DHEXDOODA



WADANKAN SWEDEN WAXAA MAALIN KASTA DHACA 80 DAB OO QABSADA GURYAHA

Adeegyada xaaladda deg-degga (emerjensi) ayaa waxaa loogu yeeraa ugu yaraan 20 kiiba dab. 60 dadkaasi ka mid ah waa kuwo yar yar oo ay dadka guryaha degan ay iska demin karaan. Sanad kasta dabkan guryaha ka dhaca ayaa waxaa ku geeriyoota qiyaas ahaantii dad gaaraya 85-90 1,000 qofoodna way ku dhaawacmaan. Sababaha ugu badan ee ay dabkan u dhacaan ayaa ah mid u sabab ah in cuntada lagu iloobi karisada, qaladyo dhanka korantada, qaac iyo holac furan.



QALABKA QAYLO DHAAN DAB (DIGNIIN DAB) AYAA GURI KASTA KU JIRA

Guryi kasta waa in ugu yaraan leeyahay hal qaylo dhaan dab (digniin dab) waa lagama-maarmaan in sida ugu dhaqsaha badan loo ogaado. Milkiilaha guriga ayaa mas'uuliyaddu ka saaran tahay in geliyo qalabka qaylo dhaan dabka. Qofka guriga degan ayay mas'uuliyada saaran tahay in batariga uu ka bedelo. Caado ahaa, adiga nafsi ahaantaada ayaa soo iibsana kara qalabka qalo dhaan dab, adiga oo doorbideya in aad soo iibsato ugu yaraan nooca 5-10 sanadood. Waa fekrad wanaagsan ah in gurigaaga leeyahay in ka badan hal qalab ee qaylo dhaan dab. Si joogto ah u fiiri in qalabka qaylo dhaanta dabka uu shaqeeynaayo adiga oo riixaya batoonka tijaabada ee ku yaala dhamaan qalabka qaylo dhaan dabka.



QALABKA DAB DEMISKA

Waaxda adeegyada xaaladaha deg-degga (emerjensi) waxay kugula talinayaan in guri kasta la'haado qalabka dab demiska. Sidoo kale waxaa fekrad wanaagsan ah in guryaha yaalo kubeertada dabka. Kubeertada waxaa loo isticmaali karaa in dabka lagu dejiyo. Qalabkan waxaa laga soo iibsana karaa dukaamada wa weyn, baqaarada qalabka dhismada ama shirkada caymiskaaga.



DAB DEMI – DABKA KU DHAX XIR

Haddii dab uu ka bilowdo gurigaaga dhexdiisa: uga dig qof kasta ee guriga jooga, isku day in dabka aad demiso balse wax halis ha qaadan. Haddii aad kari weydi in aad dabka demiso, qolka dabka uu ka bilowdey albaabkiisa soo xir. Guriga ka soo bax oo sii xir albaabka banaanka si aad uga hortagto in dabka iyo qaaca sunta sii fido ama wada gaaro. Qaaca waa dilaa oo si dhaqso ah ayuu wax u dilaa. Wac 112. Dadka dabka demiya kula kulan guriga banaankiisa.



MARNABA HA TAGIN HALKA QAACA DADBKA BUUXIYEEY

Haddii guryaha kale dab ka dhaco ama meel kale oo ka mid ah dhismaha ka dhaco, adiga gurigaaga iska joog. Marnaba ha tagin jaran jarada halka qaaca dadbka buuxi dhaafiyey. Waxaad ku badbaadeysaa gurigaaga dhexdiisa. Xir dhamaan albaabada iyo daaqa-daha. Wac 112. Shaqaalaha adeegyada xaaladda deg degga ayaa waxay haystaan qalab gaar ah ee ay kugu caawinayaan. Albaabka guriga looga soo galo, derbiyada, safitada guriga iyo daaqadaha waxay dabka u adkeysan karaan 30-60 daqiiqadood.



Haddii dab uu ka bilowdo gurigaaga dhexdiisa:

**DABKA KU DHAX XIR
KA BAX GURIGA
WAC 112**

Haddii dab uu ka dhaco meel kale oo guriga ka mid ah:

**MARNABA HA TAGIN JARAN JARADA
HALKA QAACA DADBKA BUUXI
DHAAFIYEEY**