Helping Hand™ *Health Education for Patients and Families*

Daryeelida Maqaarka Ilmahaaga Kadib Markuu Soo Gaaro Dhaawac Gubasho

Caring for Your Child's Skin After a Burn Injury (Somali)

Maqaarka qof kastaa wuxuu u bogsadaa si u gaar ah, waxayna qaadan kartaa ilaa 2 sano si uu si buuxda ugu bogsado. Waa muhiim in aad maalin walba daryeesho maqaarka ilmahaaga si uu u ahaado mid qoyan oo dabacsan.

Daryeelka maalinlaha ah ee maqaarka ilmahaaga waxa uu sidoo kale kaa caawinayaa inaad ogaato isbeddellada ku yimaada sida uu maqaarkoodu u dhaqmo ama u dareemmo waqtiyo ka dib. Haddii ilmuhu yeesho nabar xanuun leh, bararay, adag, ama xaddidaya dhaqdhaqaaqiisa, fadlan la xiriir rugta gubashada.

Daryeelka Maalinlaha ah

- Maalin kasta ku dhaq gubashada bogsatay saabuun khafiif ah iyo biyo, ka dibna si tartiib ah u qalaji adigoo taabanaya.
- Kareem aan caraflahayn iyo saliidaha ayaa loo isticmaali karaa in lagu qoyeyo laguna jilciyo nabarka. Kuwaa waxaa ka mid ah Aquaphor®, Eucerin®, iyo cocoa butter. Mari qoyaaniye meelaha gubatay ugu yaraan 3 ilaa 5 jeer maalintii.
- Haddii aad la kulantay daaweeye ku takhasusay gubashada ee rugta caafimaadka, sii wad fidinta iyo jimicsiyada dhaqdhaqaaqa ilaa ilmahaagu uu si buuxda iskaga u dhaqaaqi karo asagoo aan wax xanuun ah dareemayn.

©2018, waxaa dib loo eegay 2025, Nationwide Children's Hospital
Sii socda…

Ka ilaalinta Qoraxda iyo Dhaqdhaqaaqa

Meelaha maqaarka gubtay waa ay uga nugul yihiin iftiinka qoraxda marka loo eego maqaarka caadiga ah. Waa muhiim in la daboolo meelahaas marka loo baxayo dibidda si looga fogaado gubashada qoraxda iyo dhaawac dheeraad ah oo maqaarka ah.

- Ilmahaagu wuu ka qayb qaadan karaa hawlihiisa caadiga ah ee guriga iyo dugsiga.
- Qorraxda ka hortagga leh SPF 30 ama ka badan waa in la mariyaa dhammaan meelaha gubashadu ka bogsatay. Qorraxda ka hortagga nooca kareemka ah ayaa ka yar qalajiya maqaarka marka loo eego kuwa buufiska ah, gaar ahaan meelaha gubashadu ka bogsatay. Marka ay suuragal tahay, ku dhiirrigeli ilmahaaga inuu dibadda ku ciyaaro ka hor 10-ka subaxnimo ama ka dib 2-da duhurnimo si loo yareeyo suurtogalnimada gubashada qoraxda.
- Isbeddel dhar kasta oo qoyan markiiba kadib marka aad dhamaysato ciyaarta biyaha. Haddii biyaha muddo dheer ay ku jiraan maqaarka waxay ka dhigi karaan maqaarka mid si fudud uga dhaawacma iftiinka qoraxda.