

Xafiiska Dhaqtarka iyo Rugta Gurmada Degdega ah



MIDKEE HABOON INAAD DOORATO?

XAFIISKA DHAQTARKA

XUSUUSNOW waxaad wici kartaa xafiiska dhaqtarka 24 saacadood maalintii, 7 maalmood usbuucii. Waxay yihiin Hoygaaga Caafimaad. Wac si aad u hesho caawimo, talo, iyo ballan.

Cudurada la yaqaan, marka ilmahaagu u muuqdo ama udhaqmayo sida qof xanuunsan:

- qandho
- dhuun xanuun, qufac
- duray

Dhibaatooyinka u baahan daryeel hadda:

- infekshionka
- dhaawacyada, murgacashada, ama jeexdinta u baahan tolmo
- neefta
- matagga

Iyo sida had iyo jeer:

- wiisitida iyo tallaalada
- caawimaad ah cudurada muddada dheer

XAKAMAYNTA SUNTA

Xarunta sunta ee Washington (24 saac Furan)

1-800-222-1222

Hadii ay ku gaarto sun ama walxaha khatarta halista ah leh, u wac si aad u hesho daaweeyn khibrad leh iyo talo degdeg ah, bilaash ah, oo asturan

Hadii ay jirto khatar nafeed wac 911.

ISBITALKA XAALADAH DEGDEGA AH

Aad **rugta gurmada degdegta** ah ama wac 911 marka ilmuhu dhiman karo ama uu halis ku jiro caafimaadkooda iyada oo aan gargaar laheyn HADDA!

- Haduu dhiigu joogsan waayo
- ka dib suuxdin / qallal (eegmo ama dhaqdhaqaaq aan caadi ahayn)
- Marka neeftu ku adagtahay
- Shil Qatar ah ka dib



Somali 10/18

Xafiiska Dhaqtarka iyo Rugta Gurmada Degdega ah



MIDKEE HABOON INAAD DOORATO?

XAFIISKA DHAQTARKA

XUSUUSNOW waxaad wici kartaa xafiiska dhaqtarka 24 saacadood maalintii, 7 maalmood usbuucii. Waxay yihiin Hoygaaga Caafimaad. Wac si aad u hesho caawimo, talo, iyo ballan.

Cudurada la yaqaan, marka ilmahaagu u muuqdo ama udhaqmayo sida qof xanuunsan:

- qandho
- dhuun xanuun, qufac
- duray

Dhibaatooyinka u baahan daryeel hadda:

- infekshionka
- dhaawacyada, murgacashada, ama jeexdinta u baahan tolmo
- neefta
- matagga

Iyo sida had iyo jeer:

- wiisitida iyo tallaalada
- caawimaad ah cudurada muddada dheer

XAKAMAYNTA SUNTA

Xarunta sunta ee Washington (24 saac Furan)

1-800-222-1222

Hadii ay ku gaarto sun ama walxaha khatarta halista ah leh, u wac si aad u hesho daaweeyn khibrad leh iyo talo degdeg ah, bilaash ah, oo asturan

Hadii ay jirto khatar nafeed wac 911.

ISBITALKA XAALADAH DEGDEGA AH

Aad **rugta gurmada degdegta** ah ama wac 911 marka ilmuhu dhiman karo ama uu halis ku jiro caafimaadkooda iyada oo aan gargaar laheyn HADDA!

- Haduu dhiigu joogsan waayo
- ka dib suuxdin / qallal (eegmo ama dhaqdhaqaaq aan caadi ahayn)
- Marka neeftu ku adagtahay
- Shil Qatar ah ka dib



Somali 10/18