



# TARGET

Keep Antibiotics Working



## Sida loo ururiyo muunad kaadi ah oo nadiif ah

Loogu talagalay dhallaanka iyo carruurta yaryar

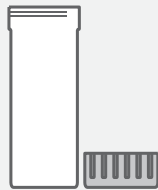
### Habka qabashada nadiifka ah

1



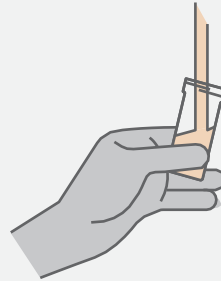
Gacmahaaga ku dhaq saabuun iyo biyo ka hor iyo ka dib ururinta muunadda.

2



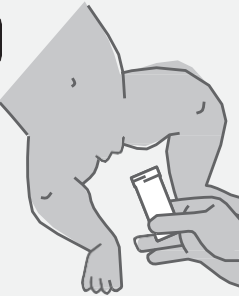
Ka saar daboolka weelka oo dul saar meel nadiif ah iyadoo gudaha uu kor u jeedo.

3



Carruurta ku tababaran musqusha, Naftaada dhig si aad kaadida (kaadida) ugu soo ururiso weelka inta ilmuhu kaadinayo. Isku day inaad iska ilaaliso dhibcaha ugu horreeya oo kaadida ka soo ururi bartamaha socodka. Weelka ku buuxi kaadida intii suurtoagal ah iyada oo aan buuxsamin, ama xariiqda calaamadaysan haddii ay jirto.

4

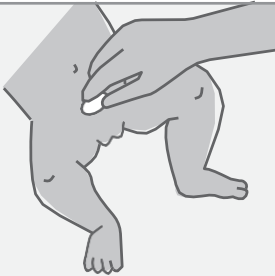


Dhallaanka iyo socod baradka badan ayaa kaadiya wax yar ka dib marka ay cabbaan ama quudiyaan.

Waxaad isku dayi kartaa inaad soo ururiso muunad wakhtiga aan xafaayadaha lahayn saacadda ka dibquudin.

- Weelka diyaari oo ka saar xafaayadda ilmaha. Nadiifi oo qalaji xubintooda taranka.
- Ilmaha saar maro ama suuf la dhaqi karo oo si dhow u fiirso.
- Marka ay kaadiyaan, weelka ka fogee maqaarkooda oo kaadida soo ururi.

5



Si tartiib ah ugu xog meesha sare ee caloosha (qaybta hoose ee caloosha, bartamaha) faashad qabow oo qoyan ama suuf cudbi ah ayaa laga yaabaa inay ku dhiirrigeliso ilmaha inuu kaadiyo.

6



Marka aad soo ururiso muunadda, geli muunadda Isla markiiba dabool weelka oo si adag u adkee.

7



Ha isticmaalin suuf, suuf, faashad ama wax kale oo agab ah si aad kaadida u ururiso, maadaama ay saameyn karaan natiijooyinka baaritaanka.

## Qodobbada guud

- Nadiifi oo qalaji xubnaha taranka ilmaha ka hor inta aadan qaadin muunadda.
- Had iyo jeer gacmahaaga ku dhaq saabuun iyo biyo ka hor iyo ka dib ururinta muunad kaadi ah.
- Ha furin weelka nadiifka ah ilaa aad diyaar u tahay inaad qaado shaybaarka.
- Iska ilaali inaad taabato gudaha weelka, oo iska ilaali inaad xubnaha taranka ilmaha taabato qayb ka mid ah.
- Calaamadee weelka ka hor inta aadan qaadin muunadda haddii xirfadlahaaga daryeelka caafimaad uu ku weydiistay inaad sidaas sameyso.

## Macluumaadka kooban

### Waa maxay saamiga kaadida ee nadiifka ah?

Muunada nadiifka ah waa kaadida si toos ah loogu ururiyo weel iyada oo aan taaban maqaarka, xubnaha taranka ama wax korka ah.

### Maxaan ugu baahanahay inaan qaato muunad nadiif ah?

Habkani wuxuu ka caawiyaa joojinta jeermiska ka yimaada dibadda jirka inuu galo kaadida, taasoo bixinaysa natiijooyin baaritaan oo sax ah.

### Ma isticmaali karaa weel ama weel guriga laga soo qaato?

Waa inaad isticmaashaa weelka uu xirfadlahaaga daryeelka caafimaadku ku siiyay si aad u qaaddo muunadda.

### Ma muhiim baa markaan ururinayo muunadda?

Isku day inaad muunadda u soo qaadato meel u dhow ballantaada intii suurtagal ah si aad u hesho muunadda tayada ugu fiican. Isku day inaad muunadda qaadato ka hor inta uusan ilmuhu dhalan waxay qaadataa antibiyootiko.

## Talooyin ku saabsan soo celinta muunadda kaadida

- ✓ **Si dhakhso ah u soo celi muunadda.** U gee bixiyahaaga daryeelka caafimaadka sida ugu dhakhsaha badan - ugu fiican laba saacadood gudahood.
- ✓ **Qabow ku hay** Haddii aadan si dhakhso ah u keeni karin muunadda, ku rid bac balaastig ah oo ku kaydi qaboojiyaha ilaa aad sidaas samayn karto.
- ✓ **Hubi waqtiyada la dejinayo** Weydii goorta la gaarayo waqtiga ugu dambeeya ee la keenayo, si muunaddu u gaarto shaybaarka isla maalintaas.
- ✓ **Isticmaalka gaarka ah weelal nadiif ah** Weelasha qaar waxay leeyihiin budo ilaaliye ah iyo xariiq buuxin oo calaamadaysan. Isku day inaad buuxiso ilaa xariiqda, laakiin haddii aadan awoodin, kaliya ururi kaadida inta aad awooddo.

**Halkan iskaan**  
garee si aad u  
hesho  
macluumaad  
dheeraad ah '

