

Xanuunka Gacanta, cagta iyo Afka

Taariikhda:

Gacaliye Waalid ama Wakiil,

Ilmahaagu wuxuu la kulmay **xanuunka gacanta, cagta iyo afka** intuu joogay xanaanada ilmaha.

Maxaa keena xanuunka gacanta, cagta iyo afka?

Xanuunka gacanta, cagta iyo afka waa caan ku ah ilmaha iyo caruurta oo uu keeno fayras. Waxay ku dhacdaa badiya ilmaha 10 sanno kaya, laakiin dadka waaweyna waa ku dhici kartaa. Waxa badiyaa la arkaa wakhtiga guga ama xagaaga (summer and fall). Kuma xidhna jirrada gacanta-iyo-afka ee xoolaha waxa isku gudbin kara min qof ilaa qof.

Waa maxay calaamadaha xanuunka gacanta, cagta iyo afka?

Calaamadaha jirrada gacanta, cagta iyo afka waxa ka mida qarax yar oo afka, baabacooyinka, suulasha cagaha, iyo badhida ah. Xanuunka waxa ku jiri kara qandho, dhuun xanuun, iyo hargab oo kale. Afka qaraxiisu waxa laga yaabaa inay dhib ku keeno cunista iyo cabbista. Qofka xanuunka qaba waxa laga yaabaa inaanu arag calaamooyinka ama wax yar ka arko ama dhammantoodba arko.

Intee ayey gaadhsiisan tahay ba'naanta xanuunka gacanta, cagta iyo afka?

Badiya guud ahaan xanuunku wuxuu ku yahay sahaala. Calaamaduhu waxay ugu daran yihiin maalmaha hore laakiin sida badan waxay ku tagaan toddobaad gudahood. Inta hore ee jirrada carruurta qaar ayaa fuuq baxa qandhada awgeed iyo af xanuunka. Marmar keliya oo nadir ah ayaa fayraska keena jirrada gacanta, lugta iyo afku keena jirro ba'ana sida 'viral meningitis' ama dhibaatooyin wadnaha ah. Dumarka uurka leh iyo dadka ay tamarta xanuun iska caabbigu ku yar tahay ee la kulma jirrada gacanta, cagta iyo afka waa inay takhtarka la xidhiidhaan.

Siduu qofku u qaadi karaa xanuunka gacanta, cagta iyo afka?

Fayraska waxa laga helaa dheecaanka sanko, dhuunta, qaraxyada, iyo xaarka qofka qaba. Ilmo kale wuxuu ka qaadi karaa haddii gacmaha qaba ay cuntada, iyo alaabta lagu ciyaaro taabataan oo afka galaan.

Intee in le'eg ayey ku qaadataa inuu qofku qaado xanuunka gacanta, cagta iyo afka kadib marka uu qofka la kulmo?

Wuxuu badiyaa qataa 2-10 malmood kaddib la kulanka inay calaamaduhu ku bilaabmaan.

Goorma ayaa qofka qaba xanuunka gacanta, cagta iyo afka uu cid qaadsiin karaa?

Qofka qaba wuxuu qaadsiin karaa badi toddobaadka hore ee xanuunka, laakiin fayrasku wuxuu ku jiri karaa xaarka toddobaadyo.

Sideen u gargaari karaa kahortaga faafitaanka xanuunka gacanta, cagta iyo afka?

- Gacmaha si fiican u dhaq oo ku dhaq saabuun iyo biyo, gaar ahaan kadib markaad sanko iska nadiifiso ama markad neebka (xafaayada) bedesho.
- Dabool hindhisada iyo qufaca oo ku rid xaashida xashiishka.
- Nadiifi, dhaqdhaq, oo jeermiska ka-dil alaabta caruurta ku ciyaarto ee xanaanada ilmaha kadib taabashada candhuuf.
- Iska-jir wadaaga cuntada, cabbitaanka iyo alaabta qof ahaaneed ee afku taaban karo sida qalabka cuntada lagu cuno, cadayga ama tuwaalada.

Maxay tahay daawada xanuunka gacanta, cagta iyo afka ku xanuunka gacanta, cagta iyo afka?

Raysashada qandhada iyo xanuunka ayaa ah daawada keliya ee jirrada gacanta, cagta iyo afka. Si looga hortago fuuq-baxa, kuwa qaba qandhada iyo af xanuunku waa in ay cabaan cabbitaan badan.

Haddii ilmahaygu qaado xanuunka gacanta, cagta iyo afka, inuu ka joogo miyaa xanaanada ilamaha?

Maya, maadaama aanu lahayn calaamada kale oo u baahan ka saaris.

