Daadku wuxuu Wasakhayn Karaa Ceelkaaga ama Ishaada Biyaha Burqanaya

Macluumaadka boggan ku qoran waxaa loogu tala galay nidaamyada biyaha gaarka loo leeyahay ee guryaha (ceelasha iyo ilaha burqanaya). Haddii aad biyaha gurigaaga laga cabo ka hesho shirkad gaar ah oo harada ka keenta ama il dhulka dushiisa ah, **ha isticmaalin biyaha** waxaadna la xiriirtaa injineerka gobolka ee Waaxda Ilaalinta Deegaanka (Ingiriisi) si uu kuu hago.

Haddii aad bixiso biilka biyaha, waxa aad isticmaashaa biyaha dadweynaha. Fadlan gal websaytka Wakaaladda Ilaha Dabiiciga ah iyo Kasoo kabashada Daadadka ee Vermont (Ingiriisi) si aad u hesho macluumaad dheeraad ah.

Kasoo qaad in biyahaagu wasakhoobeen haddii biyaha daadku gaareen ceelkaaga ama ishaada biyaha ee burqanaysa, hana u isticmaalin cabitaan ahaan ilaa aad ka ogaanayso inaysan wax dhib ah keenayn. Biyuhu waxaa laga yaabaa inaysan ahayn kuwo ammaan u ah in la cabbo, wax lagu karsado ama wax lagu nadiifiyo kadib daadadka. Inta lagu jiro iyo kaddib daadadka, ceelasha gaarka loo leeyahay iyo ilaha biyaha waxaa wasakhayn kara bakteeriyada, nooleyaasha il-ma aragtada ah iyo dhammaanba wasakhda ka timaadda bulaacadda, saliidda wax lagu kululeeyo, wasakhda beeraha ama warshadaha, kiimikooyinka, iyo waxyaabaha kale ee sababi kara xanuunada daran.

Daadka ka Agdhow Ceelkaaga ama Ishaada biyaha burqanaya

Ha isticmaalin biyaha kaaga imaanaya ceelkaaga ama ishaada biyaha burqanaya ilaa laga baarayo lagana ogaanayo inaysan wax dhibaato ah keenayn, gaar ahaan haddii:

- Ay hore ugaareen ama haddaba gaareen biyaha daadadku ama ay ku yaalaan meel ka agdhow daadka
- Ay usoo urayaan qaab caraf leh ama ay usoo urayaan sida shidaalka ama kiimikooyinka, ama ay ka agdhowyihiin meel la tuhunsan yahay in uu shidaal ama kiimiko ku daadatay

Fiiri Nidaamkaaga Biyaha si aad u ogaato inay Saamaynta Daadku soo Gaartay

Haddii aadan tagin goobta inta daadku socday, ka raadi qashin iyo dhooqo goobta ku haray iyo wasakhda biyaha ama dhooqo dhex gashay ceelasha ama isha biyaha burqanaya. Kuwani waa calaamadaha muujinaya in nidaamkaaga biyaha uu daadku gaaray.

1. Haddii aad qaab ammaan ku jiro usamayn kartid, fiir qaybaha korontada:
    - Raadi waayaro ama qaybo ka mid ah korontada oo waxyeeloobay.
    - Eeg in wax biyo ah ay soo galeen qaybo ka mid ah korontada. Ha taaban fiilooyinka korontada.

    - Hadii fiilooyinka korontada ee xariirsan ama meelaha laga maamulo ee ku yaala ceelka banaankiisa ay biyuhu ka sare maraan, ha siraadin bamka ilaa biyaha daadku ay hoos u dagayaan.
2. Ka eeg qaybaha korontada ee nidaamka biyaha ka mid ah ee waxyeeloobay.
    - Eeg daboolka ceelka - Daboolka ceelka oo qaloocda/dilaaca wuxuu u ogolaanayaa biyaha, dhegxaanta yaryar iyo qashinku inay soo galaan ceelka ayna sare u qaadaan khatarta wasakhowga.
    - Eeg daboolka ceelka oo xir si aad u xaqiijiso inuu si wanaagsan u xiranyahay una awdan yahay. Dhegxaanta yaryar iyo qashinku waxay ceelka kasoo gali karaan daboolka ceelka haddii uu dabacsan yahay.
    - Baar mutuleelka afka isha biyaha iyo qaybaha uu ka kooban yahay si aad u aragto in uu xiranyahay sidii la rabayna yahay.

Haddii Ceelkaaga ama Ishaada Biyaha Burqanaya uu Daadku Saameeyo

1. Ilaa biyahaaga laga baarayo, **ha u isticmaalin**:
    - Cabitaan
    - Karinta
    - Dhaqista maacuunta
    - Diyaarinta sharaabka ama barafka
    - Dhaqista miraha iyo qudaarta
    - Cadayidda ilkaha
    - Diyaarinta caanaha caruurta (baby formula)
2. Ka hel biyaha il la yaqaano oo ammaan ah.
    - Ka buuxso weelasha cuntada ee ammaanka ah biyaha aad ka helayso il ammaan ah, sida maktabadda magaalada, xarunta degmada, waaxda dabdamiska, dugsiga, kaniisadda ama xaafiiska magaalada.
    - Soo iibso biyaha dhalooyinka kujra.
    - Ka iibso biyaha gawaarida waaweyn ee biyaha kana buuxso taangiga biyaha. Hel liiska gawaarida waaweyn ee biyaha ama ka raadi internetka "bulk water haulers Vermont."
    - Haddii aadan biyo ka heli karin il biyood oo ammaan ah, **kulayli biyahaaga ilaa hal daqiiqo** si aad uga disho bakteeriyada iyo nooleyaasha kale ee il-ma aragtada ah ee laga yaabo inay biyaha la socdaan. Fadlan ogsoonow in kulaylinta biyuhu ay meel isugu keeni karto qaar kamid ah wasakhda biyaha, sida nitrates, kuwaas oo si gaar ah khatar ugu ah caruurta yaryar. **Ha u isticmaali biyaha aad kulaylisay diyarinta caanaha canugga (baby formula).** Ha kulaylin biyaha haddii aad:
        - Ka uriso ama aad ku aragto calaamadaha kiimikooyinka biyahaaga
        - U malaynayso in uu jiro shidaal ama kiimiko ku daadatay meel ka agdhow
        - Aragto in biyuhu xunbo leeyihiin ama ay ka buuxaan dhegxaan yaryar.

- **Ha ka** buuxin ceelkaaga ama ishaada biyaha burqanaysa ee wasakhowday biyaha ay kuu keenaan gawaarida waaweyn ee biyaha. Taa badalkeeda, ku shubo biyaha weelka cuntada ee ammaanka ah.

3. Haddii aad ogtahay in saliidda kululaynta ama kiimikooyin ay ku daateen meel u dhow ceelkaaga ama ishaada biyaha burqanaya, wac Waaxda Ilaalinta Deegaanka iyo Maaraynta Wasakhda Daadata (DEC) inta lagu jiro xiliyada shaqada (7:45 subaxnimo - 4:30 galabnimo.) adoo ka wacaya 802-828-1138 ama inta aan lagu jirin xiliyada shaqada adoo ka wacaya 800-641-5005 si aad ugu wargaliso wasakhdaas daadanaysa. **Ha cabbin biyaha** haddii aad ka shakisan tahay in shidaal ama kiimiko ku daadatay ceelkaaga ama haddii ceelkaagu soo carfayo ama uu usoo urayo sida shidaalkii ama kiimikooyinkii.
4. Ha la baaro biyahaaga xataa haddii uusan shidaal ama kiimiko ku daadan. Bakteeriyada iyo nitrate-ku waa wasakhda ugu badan ee biyaha la cabbo la socota marka uu daadku dhaco.
5. Kahor inta aadan kasoo qaadin muunad biyaha:
    - Ka nadiifi dhooqo kasta, dhagxaan kasta, iyo waxyaabaha kale ee qashinka ah ee muuqda hareeraha daboolka ceelka ama santuukha isha biyaha burqanaya.
    - Haddii biyahaagu yihiin kuwo dhooqo ah ama xunbo leh, daadi biyaha adiga oo adeegsanaya tuubada banaanka ilaa biyuhu ka noqonayaan kuwo nadiif ah dhagxaana aysan kujirin. Arintani waxay qaadan kartaa 30 daqiiqo ilaa dhowr saacadood ama maalmo, ayada oo ay ku xiran tahay baaxadda iyo qoto dheerida ceelka ama isha biyaha burqanaya iyo heerka ay wasakhdu gaarsiisan tahay.
6. Haddii isha biyahaaga ay bakteeriya kujirto, jeermiska ka dil ceelkaaga ama ishaada biyaha burqanaya kaddib marka daadku yaraado. Haddii aad u baahato in jeermiska laga dilo ceelkaaga ama ishaada biyaha burqanaya, la xiriir ceel qodaha deegaankaaga ama khabiir dhanka tayada biyaha ah.
7. **Ilaa natiijada baaritaanku ka muujinayso inaysan jirin bakteeriya ama wasakh khatar ah, ha u isticmaalin biyaha** cabista, wax ku karsashada iyo diyaarsiga cuntada, diyaarsiga sharaabka ama barafka, cadayashada ilkaha, dhaqista weelasha, diyaarinta cuntada/caanaha caruurta, ama ku dhaqista miraha iyo qudaarta.
8. Haddii aad u baahan tahay in lagaa caawiyo badalidda nidaamka biyaha ee xumaaday, wac ceel qode shati haysta ama injineerka gobolkaaga si aad u hesho macluumaadka ku saabsn ogolaanshaha iyo waxyaabaha laga reebay ogolaanshaha.

Waxaa sidoo kale dhici karta inaad dhibaato ka waajahdo nidaamkaaga nadiifinta biyaha wasakhda ah. Hel ilo kaa caawinaya nidaamkaaga nadiifinta biyaha wasakhda ah

Lifaaqyada boggaan kujira waxay ku gaynayaan caawimooyinkaas oo Ingiriisi ah. Si aad macluumaadka ugu hesho luuqad kale, kala xiriir Waaxda Khayraadka Dabiiciga ah anr.civilrights@vermont.gov ama 802-636-7827.