VERMONT
DEPARTMENT OF HEALTH

Caaryada Daad Kadib

Meey 2024

Caaryadu waa erey guud oo loo isticmaalo in lagu qeexo noocyada fangaska qaarkood. Meel kasta oo qoyaan jiro, caaryadu way ku kori kartaa. Waxa ay ku kori kartaa cuntada, qalabka dhismaha, fadhiyada, dharka iyo meelaha kale. Waxa jira noocyo badan oo caaryo ah oo ku kala duwan midabka iyo muuqaalka. Ma jiro nooc ka mid ah caaryada oo loo yaqaan "caaryada madow." U baylaha caaryada waxay saamayn kartaa caafimaadkaaga.

> Ka soo qaad in gurigaaga ama dhismahaaga ay jirto caaryo haddii uu daad soo galay oo aan la engejin 24 ilaa 48 saacadood gudahood.

Tijaabinta Caaryada

Tijaabinta caaryada looma baahna ama laguma talinayo. Tan waxa ugu wacan:

- Fahamka natiijadu way adkaan kartaa sababtoo ah ma jiraan jaangoyno la isu barbar dhigo natiijooyinka.
- Natiijooyinka tijaabada looma isticmaali karo in la yiraahdo dhisme waa "ammaan" ama "ma aha ammaan."
- Si kasta oo ay ahaataba ama nooca caaryada ku taal gurigaaga ama dhismahaaga, tallaabooyinka la qaadayo ee lagu xallinayo dhibaatada waa isku mid: ka saar walxaha caaryada leh, qalaji meesha, oo wax ka qabo meesha biyuhu ka soo galayaan.

Ka Ilaalinta Naftaada Caaryada

- Xiro dhar difaac ah, sida surwaal iyo shaar gacmo-dheer, kabaha shaqada ee aan biyuhu galin, galoofyada caaga ah, muraayado, iyo qalabka neefsashada ee N95 ee la tuuri karo.
- Ha u oggolaan carruurta, dadka qaba dhibaatooyinka neefsashada iyo dadka habdhiska difaaca ee daciifka ah inay caawiyaan nadiifinta daad kadib.
- Isticmaal nadiifiyeyaasha hawada ee la qaadan karo oo leh filtarrada HEPA (hawo-sifeeye waxtarkiisu sarreeyo). Fiiri Hagaha EPA ee Nadiifiyeyaasha Hawada ee Guriga (linkigu waa Ingiriisi).
- Yaree ku faafidda boodhka, qashinka iyo caaryada meelaha kale ee gurigaaga ama dhismahaaga adoo isticmaalaya baco si aad uga soocdo meesha caaryada leh. Wax badan oo ku saabsan xakamaynta ka baro EPA (linkigu waa Ingiriisi).
- Nidaamyadaada Kululaynta, hawo-qaadashada, iyo qaboojinta (HVAC) ha eego oo nadiifiyo xirfadle khibrad u leh nadiifinta caaryada ka hor intaadan shidin.

Wax ka Qabashada Dhibaatada Caaryada

Si wax looga qabto dhibaatada caaryada, saar alaabta caaryada leh oo gebi ahaanba qallaji gurigaaga ama dhismahaaga. Caaryadu way soo noqonaysaa haddii gurigaaga ama dhismahaagu aanu si buuxda u engegin.

Ku qallaji gurigaaga ama dhismahaaga adigoo:

- Furaya dhammaan albaabbada iyo daaqadaha oo ay ku jiraan gelitaanka gudaha iyo saqafka sare si loo oggolaado socodka hawada.
- Isticmaalaya qalabka huurka la dagaalama iyo marawaxado (marka ay korontadu ammaan tahay) la dhigo daaqad ama albaab si aad hawada u soo saarto halkii aad gurigaaga gelin lahayd si aad uga fogaato faafinta caaryada.

Tirtir caaryada adoo raacaya tallaabooyinkan:

- Nadiifi walxaha caaryada leh ee aan nuugin biyaha (sida dhalooyinka, caagga, marmarka, granite-ka, marmarka dhoobada, birta) adoo isticmaalaya saabuun iyo biyo. Jeermiska ka dil meel kasta oo ay taabteen biyaha daad kadib markaad nadiifiso.
- Tuur oo beddel walxaha si fudud u nuugaya biyaha (buushashka, furaashyada, gidaarada qallalan, roogaga, dahaarka, iyo siliiga saqafka). Haddii kursiga baabuurka ee ilmahaagu uu soo gaadhay biyaha daadku oo aan mishiin lagu dhaqi karin, iska tuur. Waligaa ha dhaqin suunka kursiga baabuurka.
- Ku dhaq dharka iyo dunta kale, oo ay ku jiraan dharka la gashado inta lagu jiro nadiifinta,
biyo kulul iyo saabuun. Ka ilaali alaabta aan faddaraysnayn.
- Ku nadiifi faakuumka HEPA.

Shaqaalaynta Qandaraasle

- Haddii aad qof u shaqaalaysiiso inuu kaa nadiifiyo caaryada gurigaaga ama dhismaha uuna isticmaalayo kiimiko, waxaa looga baahanyahay inay shahaado siiso [Agency of Agriculture, Food and Markets](). In badan oo kamid ah kiimikooyinka loo isticmaalo ku nadiifinta caaryadu waa sunta cayayaanka waana waajib in dadka isticmaalaya loo tababaro sida loo isticmaalayo. Waxaad iimayl ugu diri kartaa agr.pest@vermont.gov wixii su'aalo ah oo ku saabsan wax soosaarka loo isticmaalo xakamaynta caaryada.
- Haddii caaryadu daboosho in ka badan 10 cagood oo laba jibbaaran (qiyaastii 3 cagood iyo 3 cagood), waxaa laga yaabaa inaad rabto inaad kireysato qandaraasle ku takhasusay nadiifinta caaryada. Qandaraaslaha guud ahaan looma baahna dhibaato caaryo oo yar oo ka yar 10 cagood oo laba jibbaaran.
- U sheeg qandaraaslaha inuu raaco hagidda nadiifinta ururada sida Wakaalada Ilaalinta Deegaanka ama Machadka Shahaadada Kormeerka, Nadiifinta iyo Soo Celinta (IICRC) (linkiyadu waa Ingiriisi).
- Sida qandaraasle kasta, hel tixraacyo si aad u qiimayso khibradda qandaraaslaha, guushii hore ee shaqada, iyo haddii macaamiisha kale ay jeclaayeen shaqadooda.

Macluumaadka Kiraystayaasha iyo Shaqaalaha

Haddii aad tahay kirayste ama shaqaale, kala hadal mulkiilahaaga ama loo-shaqeeyahaaga dhibaatooyinka caaryada. Haddii dhibaatadu ay halis tahay oo ay xaaladdu sii socoto, kiraystayaasha ayaa laga yaabaa inay rabaan inay cabasho u gudbiyaan Qaybta Ammaanka Dabka (linkigu waa Ingiriisi), shaqaaluhuna waxay rabi karaan inay la xidhiidhaan Maamulka Ammaanka iyo Caafimaadka Shaqada ee Vermont (VOSHA).

Su'aalaha Inta Badan la Isweydiiyo

Miyaan iska tijaabinayaa caaryada haddii gurigayga ama dhismahayga daadku galay?

Maya, tijaabada caaryada looma baahna ama laguma talinayo. Haddii gurigaaga ama dhismahaaga daadad galeen oo aadan awoodin inaad ku qalajiso 24 ilaa 48 saacadood gudahood, ka soo qaad inaad leedahay caaryo.

Waa maxay sababta aan u isticmaalayo saabuun iyo biyo?

Saabuun iyo biyo waa ammaan iyo waxtar. Isticmaalka jeermis-dile si loo dilo caaryada inta badan laguma talinayo. Caaryada dhimatay ayaa weli dadka qaar ku yeelan karta saameyn caafimaad. Caaryada ugu dambeyntii waxay u baahan tahay in la tirtiro. Marka hore, dusha sare ku tirtir saabuun iyo biyo si aad uga saarto caaryada meesha. Kadibna, ku isticmaal dusha sare faakuumka HEPA.

Goorma ayaan jeermiska ka dilaa dusha gurigayga ama dhismahayga?

Isticmaalka jeermis-dile si loo dilo caaryada inta badan laguma talinayo. Si kastaba ha ahaatee, waxaad u baahan tahay inaad jeermiska ka disho meelaha taabtay biyaha daadka. Waxa kale oo laga yaabaa inaad u baahato inaad jeermiska ka disho alaabta seeska daldaloolka leh ama alaabta seeska leh dildilaaca iyo dillaacyada (tusaale, dhagax, darbi ama shub) si aad u disho caaryada aad ku saari kari wayday nadiifinta kaliya. Marka hore, ku nadiifi meesha saabuun iyo biyo. Kadibna jeermiska ka dil adiga oo raacaya tallaabooyinka su'aasha xigta.

Haddii aan u baahdo inaan jeermiska ka saaro meesha, waa maxay nooca jeermis-dilaha ee aan isticmaalayo?

Marka ay suurtogal tahay, dooro jeermis-dile adeegsada walxo firfircoon oo ammaan ah - sida hydrogen peroxide, citric acid, ethanol ama lactic acid - intii aad isticmaali lahayd warankiilo. Hubi inaad raacdo dhammaan tilmaamaha ku yaal jaanta alaabta oo aad xidhato dhar ilaalin ah, oo ay ku jiraan waji-xidhka N-95 ee la tuuri karo, galoofyada iyo muraayadaha. Ka ogow wax badan oo ku saabsan jeermis-dileyaasha ammaanka badan (linkigu waa Ingiriisi).

Sideen uga hortagi karaa korriinka caaryada mustaqbalka haddii dhsimahayga hoose uu inta badan qoyo?

Ka hortagga dhibaatooyinka biyaha iyo qoyaanka ee gurigaaga ama dhismahaaga ayaa fure u ah ka hortagga koritaanka caaryada mustaqbalka. Qolalka qoyan ee hoosta ku yaala, ka dhigidda qalabka huurka la dagaalama inta u dhaxaysa heerka huurka 40 iyo 60% ayaa ku caawin kara. Qolalka hoosta ku yaala ee aadka u qoyan ama biyaha cabbay waxa laga yaabaa inay u baahdaan in qalab biyaha ka saara lagu rakibo ama isbeddelo ayaa loo baahan karaa in lagu sameeyo si biyaha looga saaro guriga ama seeska

dhismaha. La hadal xirfadle si aad ugala hadasho nidaamka ugu fiican ee gurigaaga ama dhismahaaga.