

09/05/2014

بهڪٽرياي ستافيلوڪوڪوس نورهیوس که بهرگریکاره بهرامبر بهڪٽریاکوژ (MRSA)

، زانیاریی بؤ نهخوش

پهری پاراستن له نهخوشی پمتا، هی دوکتوری پاراستن له نهخوشی پمتا.

نایا MRSA چییه؟

بهواتا بهڪٽریای ستافیلوڪوڪوس نورهیوس "بهڪٽریای خری هیشوویی نالتونی" که بهرگریکاره بهرامبر بهڪٽریاکوژ. MRSA بهواتای نهویه که بهڪٽریای ستافیلوڪوڪ بهرگریی بههیزی (بهرگریکاره) دژی هندیکی دیاریکار له بهڪٽریاکوژ هییه. نهگینا له روی دیکهوه خویان جیاناکه نهوه لهگهل ستافیلوڪوڪوسی ناسایی، ههستیار به بهڪٽریاکوژ. ستافیلوڪوڪوس نورهیوس بهڪٽریایه که له باری ناساییدا لهسهر پیست و لینجهپهردهکان هییه، بهی نهوهی نارمحتی دروستکات. ناساییه که ههگرایی نهه جور بهڪٽریایه بیت بهی نهوهی نهخوش بیت. ستافیلوڪوڪوس نورهیوس نهوانیت جاروبار بیته هؤکاری چلککردن که نهکرت پیدایستی به چارمکاری هییه، لهوانه چلککردنی خراب، دومهل، ناگره (میکوتهی بهراز).

نایا MRSA مهترسی هییه؟

MRSA نابیته هؤکاری فرمزورتر له چلککردن، بهلام لهوانیه نهوانه چارمکار بیان زحمهتر بیت. مهترسیه که لهوانیه کاتیکی دریخایهنتری بویت بؤ چاکبونوه و که نهوه دژبهکتریاپی که مرؤف نهیبت بهکاری بهیبت، کاریگریی لوهکی زیاتره ههروه مهترسی نهوش هییه که بهڪٽریای بهرگریکار لهناو بهشی چاودیریدا بلاوبیتهوه، که تییدا زور له نهخوشهکان بهتایهبت شیوی وهرگرتتی پمتان و که زور بهڪٽریاکوژی له بهکار نههینرنت. نهوه بهتایهبتی نهخوشخانهکانی دهرموهی ولات نهکرتیهوه، که MRSA تییدا لیره ناسایی تره.

نایا MRSA چؤن پمتا توش نهکات؟

کهسبک که تنها ههگرایی MRSA بیت، بهدهگمن نهوانی تر توش نهکات. مهترسی پمتا بلاوبونوه زیاتر نهیبت گهر مرؤف برینی پیستی هییه، بهزحمهت سارژبوو یان برینی تهر و برزی هییه. نهوه دؤخه به هؤکارهکانی مهترسیی بؤ بلاوبونوهی پمتا ناونهبریت. لهناو هؤکارهکانی مهترسیدا، هندیکی دیاریکار له نهخوشی پیستی دریخاین لهگهل دهمی دهردان و سؤنده که بهناو پیست و لینجهپهردهکانا تییه نههین ههژمار نهکرت. لهناو یان لهسهر نهه هؤکاری مهترسییانه زور بهکتریا هه. ههگرایی MRSA که هؤکارهکانی مهترسیی بلاوکردنهوهی پمتای تییدایه، نهوانیت کهسانی تری ناو خیزانهکی، له باخچهی مندالان، له پهیومندیی لهگهل نازل، له پهیومندیی جهستی له وهرزش و سپورتا، ههروه ها شونی مشقکردن و جیم خهکی تر توش کات MRSA له ریگی دهستهکانهوه خهکی تر توش نهکات و نهوانیت به شتهکانی دهرموه بهسپیت، لهوانه دهسک و رایهخی مهشقکردن. بلاوبونوهی پمتاکه، نهکرت له نهخوشخانهش، چاودیری بیران و ژینگهکانی تری چاودیریش روودات.

نایا نهکرت مرؤف له MRSA رزگاری بیت؟

ناساییه که MRSA پاش ماویهک چی تر له تاقیکردنهوهدا نهیبرنت. کاتهکه جیاواری هییه، له چهند مانگیکهوه تاسال و لهوانیه پیشیینی پیکردنی زحمهت بیت. دوکتوری بهرپرس له – MRSA پیکهوه لهگهل دوکتوری پاراستن له پمتا ههلسهنگاندن نهکمن که کهمی کؤنرؤل و ریساگلی ههلوئیستگرتن چیتر بؤ MRSA که پیویست ناکات. نهوه ههلسهنگاندنه نهکرت کاتیکی بکرت که MRSA که چی تر له تاقیکردنهوهدا نهوزررتیهوه که لایهنی کهم له سهی دهرفتهی یهک له دوا یهک له ماوهی لای کهم یهک سالدا وهرگیریبت.

نایا واباشه تؤ بیر لهچی بکهپتهوه

- گرنگرتین ریگاچاره، پاکژییهکی باشی دهستهکانه بؤ خؤلادان له پمتا. دهستهکانت به سابونی شل بشوره.
- تؤ نهوانیت وهک باری ناسایی لهگهل کهسانی ترا هاودهمی بکهیت، لهو ماویهدا که تؤ، تنها ههگرایی MRSA بیت، گهرتو هؤکاری مهترسیدارت تییدا نهیبت بؤ بلاوکردنهوهی پمتاکه.
- نایا تؤ هؤکاری مهترسیدارت تییدایه بؤ بلاوکردنهوهی پمتا، مهترسیی نهوه زیاتر نهیبت که تؤ کهسانی تر توش کهیت، نهکاته پاکژی راگرتنی باش، بهتایهبت گرنکه. خولی دهستی تاییهت و کهسهی توالیتی خوت بهکاربهینه. لهباتی همامکردن له بانیو یان حموزی ممله، دوش بکه. سهری برین به برینچیک داپوشه و گهر برینچیکه که تهرایی لنهاته دهرن، بیگوره. گهر تؤ سؤندهت پیویه، واباشتره لهژیر جلمکانتهوه ههلیانگرت. دهستهکانت بشوره پاش نهوهی دهستت بهر برین یان سؤنده کهوت.
- له چلککردنی بهردهوام بوودا، بهزحمهت سارژبوو یان برینی تهر یان بیرو، واباشه بهشاری له سپورت و وهرزشدا نهکیت که زور پهیومندیی جهستی تییدایه یان بهکارهینانی شونی مشقکردن یان جیمی هاوبهش.
- گهر تؤ هؤکاری مهترسیدارت بؤ بلاوکردنهوهی پمتا هییه، نهوا پاکژی راگرتنی دهستهکان له پهیومندیی لهگهل نازلدا، گرنکه، لهبه نهوهی که نازلش نهوانن ههگرایی MRSA بن.

09/05/2014

نامۆزگاری و پیشنیازگهلی تایه بهت

- کارمندان یان خویندکارانی ناو چاودیری و بهتنگه هاتن، ناییت به شداری له کاری چاودیریدا بکن گهر هۆکاری مەترسیداریان بۆ بلاوکردنەوهی پەتا هەبیت. له یەکنەمانی چاودیریدا که نهخۆشی بهتایه بهت هەستیاریان ههیه، داواي ئەمۆش ئەکریت که MRSA نەتوانریت له تاقیکردنەوهدا نیشاندریت، پێش ئەوهی که کارمندان له کاری چاودیریدا به شداری بکن.
- منداڵ ئەتوانن بهگشتی له باخچهی منداڵان بن و به شداری له ههموو چالاکیهکاندا بکن. به لأم به پێچهوانهوه، بۆیان نییه له باخچهی منداڵان بن لهکاتی چلککردنی پیست که له بهردهوام بووندایه، برینی بهز محمەت سارێژبوو، یان برینی تهر، یان بیرو.
- له کاری پیشههیدا لهگهڵ نازەل، ئەوه گرنگه که نازەلەکان توش نهکرین. نامۆزگاری له لایهن دوکتوری پاراستن له پەتا، پیکهوه لهگهڵ دوکتوری نازەل ئەدریت.

ریساگهلی ههلوئیسنگرتن که تو نهبیت به پێی یاسای پاراستن له پەتا له سههری پرویت

- تو نهبیت بۆ سهردانی دووباره بئیتهوه و ئەو تاقیکردنەوانه بهجیبهتاییت که دوکتور مەکت پێوايه پێویستن.
- تو نهبیت له شوین پیهههنگرتنی پەتا که به شداری بکهیت. ئەمه مانای ئەوهیه، که زانیاری بهدیهت بۆ ئەوهی کارمندان بتوانن ههلسهنگانی ئەوه بکن که کهی، له کوئ و چون تو لهوانهیه پەتات گرتیبت و ئایا تو کهسانی ترت توش کردوه.
- تو نهبیت باسی پەتای MRSA کهت بکهیت، کاتییک چاودیری نهخۆشی، چاودیری ددان، چاودیری دهرمانی بۆ پی وهر ئەکریت. ئەمه ئەو کاتەش کاری پینهکریت که تو چاودیری کهسی یان پهرسنیاری له شوینکی ژبانکردن یان له مالهوه وهر ئەکریت. گهر تو، تهنها یارمەتی له کرین، خاوینکردنەوه، دابهشکردنی دهرمان یان چون بۆ پیاسه وهر ئەکریت، ئەوا له زۆریهه دۆخهکاندا پێویست ناکات باس له پەتای- MRSA کهت بکهیت.
- گهر تو هۆکاری مەترسیدارت ههیه بۆ بلاوکردنەوهی پەتا، نهبیت لهکاتی کونتیکردنی گوئ و شتی لهو بایهته، تاتوکردنی لهش، مهساژ، چاودیری پیکان که دهرمانی نهبیت و چارهکاری لهم بایهته بۆ پیست یان لینجه پهردهکان، نهبیت باس له پەتای- MRSA کهت بکهیت. تو نهستوانیت جاری چاومرێی ئەو چارهکاریانه بکهیت، تاومکو هۆکارهکانی مەترسیدار نامینن.

نهخۆشییهکی مەترسیداری گشتیهه، به پێی یاسای پاراستن له پەتا. له بهر ئەمه تو ئەرکباریت له سههر ریساگهلی ههلوئیسنگرتن برۆییت که دوکتور مەکت ئەتدات. تو ئەتوانیت داوا بکهیت که دوکتوری پاراستن له پەتا چاو به ریساگهلی ههلوئیسنگرتندا MRSA بخشینیهوه.