Xayaabada Badata ee Waxyeellooyinka Badan

Xilliga Xagaaga Minnesota: hadduu shiki kaa galo, ka fogow!

Marka heerkulku kor u kaco, qorraxda xagaaguna ay kulaylka badan leedahay, xaaladaha harooyinka Minnesota ayaa u diyaar ah inay yeeshaan xayaabo buluug-cagaar ah, qaarkoodna ay waxyeello u keeni karaan dadka iyo xayawankaba.

Waa maxay xayaabada buluug-cagaar?

Xayaabada buluug-cagaarka ah ma aha xayaabo sideedaba, laakiin waa noocyada bakteeriyada loo yaqaano cyanobacteria oo sida caadiga ah ku dhex nool harooyin badan. Noocan bakteeriyada ahi waxay ku kortaa diirimaadka, iyo biyaha macdanuhu ka buuxaan. Mararka ay xaaladuhu saxda yihiin, bakteeriyadu ayaa si xowli ah ku koreysaa iyadoo samynaysa "xayaabo badan".

Siday u egyihiin xayaabada buluug-cagaar?

Xayaabada buluug-cagaarka ah waxaa had iyo jeer lagu qeexaa inuu u egyahay maraqa digirta cagaaran ama khad cagaar ah oo ku qubtay biyaha. Si kastaba ha ahaate, xayaabadu maaha had iyo jeer kuwo waaweyn oo cufan oo waa kuwo dabooli kara marmar qayb yaryar oo ka mida harada iyadoo ay jirto xayaabo yar oo ka muuqata. Xayaabadu waxay soo saaraan ur xun oo sida dhijaanta ah markay unugyadu kala jajabaan.

Waa maxay waxyeellooyinka xayaabadu?

Markay xayaabada buluug-cagaarka ahi soo saarto sunta cyanotoxins dadka iyo xayawaankuba ku xanuunsan karaan, waxa loo tixgeliyaa waxyeello inay leeyihiin. Guud ahaan, xayaabadu ma aha mid waxyeello leh.

waa haro ay ku jiraan xayaabo buluug-cagaar ah oo badan.

Xayaabo buluug-cagaar oo aad u badan

Goormay dhacaan waxyeellooyinka xayaabadu?

Xayaabada buluug-cagaarku waxay had iyo jeer doorbiddaa meelaha diirran, deggen, cimilo-qorexeedka iyo heerkulka biyuhu ka sareeyo 75 °F. Xayaabadu waxay samaysantaa xilliga lagu guda jiro xagaaga iyo dayrta horaanteeda, laakiin waxay dhici kartaa xilliyada kale ee sannadka, haddii ay xaaladuhu wanaagsan yihiin.

Xagee laga helaa xayaabada waxyeellada leh?

Xayaabada waxyeellada leh waxaa laga heli karaa meel kasta oo Minnesota ka mida, laakiin waxay ku kortaa meelaha diirran, gododka ah, ee harooyinka macdanuhu ka buuxaan. Markasta waxaa laga heli karaa dhinaca dabaysha u dhacayso ee harada ama gacan gooni ah ama xeebta harada.

Waa maxay dhibaatooyinka caafimaad ee dhici kara?

Waad ku xanuunsan kartaa haddii aad liqdo, ama jidhkaagu taabto, ama aad ku neefsato biyaha intaad dabbaalanayso, ku doomaysanayso, biyaha dul socotid/ciyaartid, kubada buufsan kula dul ciyaartid, ku maydhatid, ama ku qubaysatid biyo leh xayaabo waxyeellaysan ama aad cabtid biyo leh xayaabo sumaysan. Haddii aad xanuunsato, calaamadaha kasoo bixi kara waxaa ka mid ah matag, shuban, finan, indho cuncun, qufac, cune xanuun, iyo madax xanuun. Calaamaduhu waxay bilowdaan guud ahaan saacado illaa laba cisho kadib soo-gaadhista.

xayaabo waxyeelaysan oo xeeliga taala

Miyey xayawaanku waxyeelloobi karaan?

Xayawaannada sida eyada, ayaa u nugul xayaabada waxyeellada leh sababtoo ah waxay liqaan biyo badan markay dabbaalanayaan iyo waxqabadyada kale ee sida in kubad laga soo dhex qabto biyaha. Iyagu kagama soo joogsanyaa biyaha midabka cagaarka ah, biyaha uraya ee waxyeellada leh. Xayawaanka ayay calamaduhu kaga muuqan karaan muddo daqiiqado gudahood ah markay u feydsamaan suntan. Calaamadahaas la arki karo waxaa ka mid ah matag, shuban, daciifnimo, neef qabatow, iyo suuxdin. Xaaladaha ugu xun, xayawaanadu wey dhintaan. Haddii ay carbiskaaga uku dhacaan calaamadahaas kadib u feydsanka xayaabada, la xidhiidh dhcagaarkaaga xayawaanka.

Maxaa ila gudboon haddii aan ku arko ilaha biyahayga aan ka cabbo xayaabo buluug-cagaar ah?

Iska ilaali inaad isticmaasho biyaha aan la dawayn ee harada ama webiga inaad cabto, wax ku karsato, iyo ku cadayato, gaar ahaan ilmaha markaa dhashay ama carruurta yaryar. Biyaha oo aad kar-karisaa ka kaxayn mayso suntan lagana yaabaa inay sii kor dhiso heerka sunta. Dawayn yaroo fududi maaha kuwo waxtar leh, maxaa yeelay dawayn farabada oo joogto ahi ayaa loo baahan yahay si looga saaro suntan xayaabada.

Biyo laga yaabo inay faddaraysan yihiin ayaa loo isticmaali karaa in gacmaha lagu maydho, lagu maydho jidhka, weelka lagu maydho, ama dharka lagu maydho, inta lagu guda jirana waxaa laga yaaba inuu maqaarku qofka cuncuno. Carruurta yaryar waa in la kormeeraa markay maydhanayaan si looga hor tago inay biyaha liqaan. Maydhashada kadib, jidhka iyo shayada kale ee carruurtu ku ciyaaran ama afka geliyaan (sida: kadaabada, ibta naaska, quraaradaha, walxaha lagu ciyaaro, malqacadaha) waa in lagu maydhaa biyo aan faddaraysanayn.

Maxay tahay inaan sameeyo haddii aan arko xayaabo?

Majirto si lagu sheegi karo haddii xayaabadan buluug-cagaarka ahi tahay mid sun ah laguna garanayo eegis kaliya. Dadka waaweyn, carruurta, iyo xayawaanka waa inay iska ilaaliyaan inay taabtaan biyaha leh xayaabada buluug-cagaarka ah. Khatarta xanuun ee ah ka dib markay xayaabadu kaa baxdo waa mid sahlan, si kastaba ha ahaatee, suntu wey kusii negaan kartaa biyaha ka dib marka laga nadiifiyo xayaabada. U fiirso calaamahadadaha xayaabada hadda, sida qolfaha cagaarka ah ee xeeliga yaalla kana ilaali carbisku inay cunaan waxyaabaha ay soo qaadeen biyaha xeeliga. Hadduu shiki kaa galo, ka fogow! Haddii adiga ama carbiskaagu aad gashaan biyo leh xayaabo, kaga maydh biyo caadi ah isla markiiba.

Minnesota Pollution Control Agency
520 Lafayette Road N
St. Paul, MN 55155
651-296-6300 ama 1-800-657-3864
www.pca.state.mn.us

Minnesota Department of Health
PO Box 64975
St. Paul, MN 55164
651-201-5414 ama 1-877-676-5414
www.health.state.mn.us