Nabarada afka

Nabarka afka waxaa sababi kara caabuq, dhaawac ama kansarka afka. Xaashidan xaqiiqadu waxay sharxaysaa qaar ka mid ah nabarrada caadiga ah ee afka, calaamadahooda iyo daawadooda.

Caabuqa afka iyo boogaha

Nabaro qabow (herpes simplex) waxay inta badan ku dhacaan faruuryaha iyo carrabka, laakiin waxay sidoo kale ku dhici karaan indhaha, sanka iyo gacmaha. Nabarrada ayaa ah kuwo la kala qaado marka ay furmaan oo ay qoyaan keenaan. Daawooyinka/goomaatooyinka nabarada qabow (cold sore) ayaa laga heli karaa farmashiyada waxaana laga yaabaa inay yareeyaan xanuunka.

Cabeebka (candidiasis) waa caabuq fangas ah oo marka hore u muuqda meelo gaduudan oo afka gudihiisa ah. Marka uu cabeebku xoogaa sii jiro, waxaa laga yaabaa inay soo lakab meel jeexan oo cad. Lakabkaan si fudud ayaa loo tirtiri karaa, waxayna uga tagtaa unugyada hoose sidii wax u eg 'ceeriin'. Nadaafadda wanaagsan, sida gacma-dhaqidda iyo inaan laisla wadaagin maacuunta wax lagu cuno waxay kaa caawinaysaa ka hortagga gudbinta caabuqa. Kala tasho dhakhtar ama dhakhtarka ilkaha wixii talo iyo daaweyn ah.

Angular chelitis waxaa sababi kara fungal iyo/ama caabuqa bakteeriyada, nafaqo-xumada ama difaaca jirka oo yaraada. Angular chelitis waxay u egyihiin sidii wax dillaacsan oo kale, qolof casna ku leh hareeraha
afka kaas oo inta badan dhiig baxa marka afka la furo. Bishimaha oo lagu qoyo dawooyinka faruuryaha, ku celcelinta nadaafadda afka iyo cabbitaanka biyo badan ayaa kaa caawin doona ka hortagga caabuqa. Kala tasho dhakhtar ama dhakhtarka ilkaha wixii talo iyo daaweyn ah.

Primary herpetic gingivostomatitis waa caabuq fayras ah oo la kala qaado. Waxay keentaa qandho, xanaaq, madax-xanuun, laqitaanka oo xanuun ah iyo qanjiro barar. Dhowr maalmood gudahood, afka iyo ciridka ayaa xanuun laga dareemaa oo aadna u barara. Nabaro dheecaan jaale ah ka buuxaan ayaa soo baxa, way dilaacaan oo waxay noqdaan boogo yar, jeexjeexan oo aad u xanuun badan oo ay dabooleen maqaar cawl ah. Kala tasho dhakhtar ama dhakhtarka ilkaha wixii talo iyo daaweyn ah.

Trench mouth (necrotising ba'an boogaha cirridka) aad buu u xanuun badan yahay. Waxay u muuqdaan sidii boogo jaale-caddaan ah oo si fudud u dhiig baxa. Inkastoo ay sababaan nadaafada afka ee liidato, walbahaarka sidoo kale sigaarka ayaa inta badan gacan ka geysta. Calaamadaha waxaa ka mid ah qanjidhada oo barara, qandho iyo daal, dhadhan macdan ah iyo dareen ah in ilkaha lakala jiidayo oo kale. Kala tasho dhakhtar ama dhakhtarka ilkaha wixii talo iyo daaweyn ah.

Nabarada afka (Dental abscesses) waa barar malax ka buuxdo oo uu keeno caabuqa gudaha iliga ku dhasho, caabuqa ciridka iyo/ama dhaawac ilig ah. Badanaa waa xanuun, laakiin had iyo jeer maaha. Nabarrada afka (dental abscesses) waxay sababi karaan barar wejiga iyo/ama qanjidhada oo weynaada. Xaalado naadir ah, nabarrada afka waxay keeni karaan caabuq baahsan waxaana laga yaabaa inay nafta halis geliso. Wixii nabarrada afka (dental abscesses) ah:

- Xanuunka dhexdhexaadka ah ayaa laga yaabaa in lagu xakameeyo daawada xanuunka ee lasoo iibsan karo ayadoon dhakhtar uusan kuu qorin. Tani waa in loo qaataa sida caadiga ah oo aan lagu marin ama lagu qaban nabarka laftiisa.
- U isticmaal inaad wax qboow ku riixdo si ay u caawiyaan xakamaynta bararka.

- Antibiyootiko ayaa laga yaabaa in laguu qoro si loo yareeyo caabuqa. Si kastaba ha ahaatee nabarku isma bogsiin doono antibiyootigana ma daweyn doono waxa dhaliyay caabuqa. Kala tasho dhakhtarka ilkaha wixii daawo ah.
- Hadii ay timaado barar wejiga ah, la tasho dhakhtarka ama dhakhtarka ilkaha isla markiiba

Cudurka gacanta cagaha iyo afka (hand foot and mouth disease) waa cudur carruurnimo oo aad u faafa isla markaasna dad badan ku dhaca. Calaamadaha waxaa ka mid ah finan afka ah, iyo sidoo kale gacmaha iyo cagaha. Carruurta qabta cudurka gacanta, cagaha iyo afka waxaa laga yaabaa inay qandho yeeshaan, ay yihiin kuwo caajis badan oo laga yaabo inaysan si fiican wax u cunin maalin ama laba maalmood. Nabarrada ayaa laga yaabaa inay sii jiraan toddobo ilaa 10 maalmood waana la kala qaadaa hadii ay meesha malax kujirto. U ogolow in nabarrada ay si dabiici ah u engegaan. Ha daloolin nabarrada. Kala tasho dhakhtar ama dhakhtarka ilkaha wixii talo iyo daaweyn ah. Gacmo-dhaqid wanaagsan ayaa kaa caawin doonta ka hortagga gudbinta caabuqa. Gacmaha waa in lagu dhaqaa saabuun iyo biyo ugu yaraan 15 ilbiriqsi waana in si fiican loo qallajiyaa ka hor inta aan cuntada la taaban, marka aad musqusha aado iyo/ama beddesho xafaayada ka dib.

Dhaawacyada afka

Dhiigbax iyo dhaawac faruuryaha, daanka ama cirridka ah waa in lagu daaweeyaa sida soo socota:

- Ku duub faashad nadiif ah ama maro-gacmeed laalaaban meesha dhaawaca ah oo si cadaadis leh ugu qabo.
- Fadhiiso oo sii wad cadaadiska ugu yaraan toban daqiiqo. Si siman ha u jiifsan.
- Haddii dhiigbaxa aan la xakameyn karin, raadso daryeel caafimaad oo degdeg ah.
- Ku qabo wax qaboow si aad u yareyso bararka iyo xanuunka.
- Ka raadso talo iyo daaweyn dhakhtar ama dhakhtarka ilkaha si aad u hubiso in ilkahaaga iyo afkaaga laga hubiyay dhaawac sii daran.
- Inaad ku luqluqato biyo qandac ah oo cusbo leh (ku shub qaado nuskeed oo cusbo ah koob biyo qandac ah ka buuxaan) ayaa la samayn karaa marka la xakameeyo dhiigbaxa ka dib. Tani waxay yaraynaysaa khatarta caabuqa waxayna caawisaa bogsashada.

Faruur ama daan la qaniino waxay dhici kartaa markaad wax cunayso, markaad dhacdo oo kale, ama marka cirbad lagu suuxiyo ka dib. Haddii faruur ama dhaban kabuubyo ah la nuugo, la qaniino ama la xoqo, way dhaawacmi kartaa iyada oo aan bukaanku ogaanin. Meesha dhaawacantay badanaa waxay u egtahay gubasho kiimiko ah oo aan la eegi karin Marka dareenka uu ku soo laabto aagga, waxaa laga yaabaa inay aad kuu xanuunto Barar iyo caabuq ayaa sidoo kale imaan kara. Ku dawee bushimaha ama daanka la qaniinay adoo ku luqluqanaya biyo qandac ah oo cusbo leh si kor loogu qaado bogsashada (qaado nuskeed oo cusbo ah oo aad ku darto koob ay kujiraan biyo qandac ah). Dhakhtarka ilkaha u raadso daaweyn haddii caabuq dhaco.

Boogaha iyo meelo xanuun leh waxay noqon karaan kuwo xanuun badan waxaana lagu arki karaa meel kasta oo afka ah. Biraha afka lagu xirto, dhaawacyada, ilkaha la gashto, nafaqo-xumada, xasaasiyadda, caabuqa, iyo hormoonnada ayaa dhammaantood keeni kara boogaha. Ku luqluqashada biyo qandac ah oo cusbo leh (qaado nuskeed oo cusbo ah oo aad ku darto koob ay kujiraan biyo qandac ah) ayaa gacan ka geysan karta bogsashada iyo waxayna noqon kartaa gargaar. Alaabooyinka farmashiyaha laga soo iibsado ee uusan dhakhtar qorin ayaa sidoo kale ku siin kara gargaar. Haddii boogaha ay sii socdaan, kala tasho dhakhtarka ilkaha wixii talo iyo daaweyn ah.

Kansarka afka

Kansarka afka waa korriin kasta oo unug kansar ah oo ka dhaca gudaha ama agagaarka afka. Ogaanshaha waqti hore ah waxay badbaadisaa nolosha. Baaritaanka ilkaha ee joogtada ah ayaa kaa caawin kara in la ogaado calaamadaha hore ee kansarka afka. Haddii mid ka mid ah calaamadaha digniinta soo socda ay ku qabtaan, la tasho dhakhtar ama dhakhtarka ilkaha isla markiiba:

- Barar ama buro meel kasta oo afka, wejiga ama qoorta ah.
- Nabarka afka ama wejiga ama qoorta, kuwaas ee aan ku bogsan dhowr toddobaad gudahood.
- Baro casaan, caddaan ama madow oo afka ah.
- Luminta dareenka ama xanuunka meel kasta oo afka, wejiga ama qoorta ah.
- Dhiigbax joogto ah ama aan la garanayn oo afka ah.
- Laqitaanka, hadalka ama cunista oo dhib ama xanuun ah.
- Dhego xanuun joogto ah.
- Dhaqdhaqaaqa carrabka ama daanka oo kugu adag.
- Ilko liiqliiqanaya.
- Dareenka dhadhanka oo uu isbedel ku yimid.

Wixii macluumaad dheeraad ah

- La xidhiidh dhakhtarkaaga ilkaha
- Booqowww.health.qld.gov.au/oralhealth
- Wac 13 HEALTH (13 43 25 84) si aad u hesho talo caafimaad oo qarsoodi ah 24 saacadood maalintii, todobada maalmood ee usbuuca
- Iimayl oral_health@health.qld.gov.au

© The State of Queensland, Queensland Health, 2024.