NEW SOUTH WALES DEPARTMENT OF EDUCATION AND TRAINING

INJIRTA MADAXA
HEAD LICE

Macluumaad loogu talagalay waalidiinta iyo xannaaneeyayaasha
Information for parents and carers

Injirta madaxu waa cayayaan yar yar oo ku dul noole ah oo ku nool oo keliya madaxa bini'aadamka. Kuma nool qayb kale oo jidhka ka mid ah amase xayawaan kale. Injirta madaxu waxay u gurguurataa si xoog leh madaxa bani'aadamka. Wax qabsigeedu aad buu u xoog badan yahay taasoo ay adag tahay in laga fujiyo timaha iyo madaxa salkiisa.

Injirta madaxu ma qodato maqaarka. Waxay quutaan oo keliya dhiiga bani'aadamka waxayna u baahan yihiin inay quutaan dhawr jeer maalintii.

Ukunta (agoolka) waxaa ku dhala dhediga waa weyn meel u dhow salka timaha, oo aan ka badneyn badanaa 1.5 sentimitir intay u jirto madaxa salkiisa. Ukumahan waxay ku dhegan yihiin timaha sidii waxay isu heyso koolo xoog badan.

Injirta madaxu ma keentaa jirro ama cudur?
Do head lice cause illness or disease?

Injirta madaxu ma sido wax cudur ah. xoqitaan joogta ah baa laga yaabaa inuu u keeno nabaro madaxa salkiisa, si kastaba ha ahaatee tani waa dhif. Waalidiintu waa inay ka dhigaan injirta madaxa ee ku jirta ilmahooda madaxiisa waa inay eegaan. Waxaa jira arimo caafimaad oo aad uga xun oo ah inay waalidiintu ka fekeraan meeshii ay injirta ka fekeri lahaayeen.

Dadka waa weyn, in ka badan carruurta, ay ku dhibaatoodaan lahaanshaha ku dul noolahan. Xanaaqan ayaa badanaa uga culus arin kasta oo kale oo ku saabsan caafimaadka dadweynaha ee laga yaabo inay keento injirtu.

Dhibaatada ugu dhaw ee ay keeni kartaa injirtu waxaa weeye si xun u isticmaalida kiimiko ka dib isku day lagu daaweynayo iyada. Si joogta ah u isticmaalida kiimikada la marinayo madaxa salkiisa waxay keeni kartaa falcelin daran madaxyada qaarkood.

Waalidiinta,xannaaqooda dartii, waxay isticmaali karaan waxyaalo aan lagu tijaabin isticmaalka bani'aadamka ama aan muujin inay raad ku reebayaan yareynta injirta madaxa.

Sidee loo faafiyaa injirta madaxa?
How are head lice spread?

Injirta madaxa waxaa lagu faafiyaa xirriirka u dhaxeeya madaxyada bani'aadamka. Injirta madaxu waxay ku socotaa caarada timaha madaxa qofka qaba ee timaha qof kale. Injirta madaxu ma duuli karto ama ma boodi karto kumana gurguurtaan alaabta guryaha ama kuma boodaan kuraasta gaadhiga. Injirtu kuma noolaan karto madaxa bani'aadamka la'aantii wax ka badan saacado yar.

Nadiifanta dhan ee gurigaaga, maydhida go'yaashada sarriirta iyo alaabta ciyaalku ku ciyaaraan iyo si xoog ah u marinta huufarka wax saameyn ah kuma yeelaneyso tirada injirta madaxa bani'aadamka ku jirta.

Waxaa lagu fekeray in xirriirtka bani'aadamka oo kordha, gaar ahaan carruurta yar yar waxaa laga yaabaa inay wax ka geystaan kororka injirta madaxa sababtoo ah waxay siineyaan fursada laysugu gudbin karo.

Wejiyada daaweynta (Treatment options)

Ku daaweynta kiimikada (Chemical treatments)

Ka hor intaadan dooran ku daaweynta injirta kiimiko, tixgeli kuwan soo socda:

- Hubi in timaha aad daaweynaysaa ay dhab ahaantii leeyihiin injir hana daaweyn inay leeyihiin mooyaane. Ma jirto wax daaweyn ah oo ka hortag ahi. Ma jirto daaweyn ka hortag ah oo la helayaa saa daraadeed daaweynta xubnaha qoyska ee aan laheyn injirta waa saameyn ah kuma laha laakiin waxay wax ka geysan kartaa dhibaatada iyo injirta oo adkeysi u yeelata kiimikada lagu daaweynayo.
- Ilmaha dhashay ee ka yar laba iyo toban bilood, dumarka uurka leh ama naaska nuujiya ilmaha ama dadka leh dhako cun cun ama mid xanfeef leh waa in aan la daaweyn. La tasho aqoon yahan caafimaad wixii tallo ah.
- Daawadu yey indhaha kaa gelin.
- Daawooyin badan ayaa leh ur xoog badan. Ur xoog badan oo lagaga tago timaha wakhti dheer waxaa laga yaabaa inay dhibto ilmahaaga.
- Markaad isku dayeyso daawo injireed oo ganacsi loogu talagalay, hubi inaad akhriso waxa ku qoran marka hore una raaca sida loogu talagalay. Ciil dartiis ayaa laga yaabaa inaad ka isticmaasho daawada wax ka badan inta lagugula taliyey adoo isku deyaya dilitaanka injirta. Si kastaba ha ahaatee, kordhinta intaad ku dileysid kuma laha wax saameyn ah sida ugu wanaagsan ee ay u shaqeyso daaweyntu.
- Ha u isticmaalin cayayaan dile, aalkolada ama gaaska wax lagu karsado madaxa ilmahaaga.
- Ha qalajin timaha daaweynta ka dib maadaama laga yaabo in kuleylku daawaca waxtarkeeda wax u dhimo.
- Dib ha u maydhin timaha 1-2 maalmood ka dib daaweynta.
- Daawada mari tin kasta kana shaqee, daa ilaa 20 daqiiqo kuna shanlee shanlo injireed tayo wanaagsan leh, adoo ku masaxaya daawada tuwaalka warqada ah.
- Haddii injir laga helo, daawadu waa shaqeysay, si kastaba ha ahaatee waa muhiim in la xasuustaa inaysan jirin wax daawo ah laystusay oo disha ugxanta, daawo kasta oo kiimiko ah waa in dib loo isticmaalaa toddoba maalmood ka dib si ay u disho injirta dilaacday ilaa iyo intii ka danbaysay daaweyntii bilowga ahayd.
- Haddii aad hesho injir nool, waxaa laga yaabaa inaysan daawodu shaqeynin. Isticmaal mid kood daawo kale oo leh shay ka dib oo firfircoon (akhri qoraalka dusha) ama isku day shanlada iyo habka daawada timaha.

Habka hagaajiyaha iyo shanlada (Comb and conditioner method)

Injirt madaxu waxay ka neefsataa meel yar oo furan oo ku taal uurkujirkeeda. Head lice breathe through small openings along their abdomens.iyadoo dabooleysa timaha sidaa daraadeed injirtu waa wax dhumuc leh oo dhuuban, meeshan furmaysaa way xirantaa, iyadoo xireysa naafsiga injirta ilaa 20 daqiiqo. Iyadoo nasiib daro aysan dhiman injirtu isticmaalka habkan, way gaabisaa si aad u qabato.

Nitbusting waa hab adoo isticmaalaya shanlada iyo hagaajisada (ama daawo kale oo khafiif ah) si loo maareeyo injirta. Isticmaalida habkan madili doonto injirta ama ukunta laakiin shanlooyin wanaagsan oo ah kuwa injirta ayaa soo qaban doona.

Haddii Nitbusting aad ku sameynayso ilmahaaga oo guriga jooga, samee waxay soo socda:

1. Iskuday inaad ilamaha fadhiisiso lugahaaga dhexdooda kursi gaaban una shidaya fiidyow intaad ka shaqeynayso timihiisa.
2. Ku laalaab tuwaal ama warqada jikada ilmaha garabkiisa si ay u celiyaan wixii ka daata hagaajiyaha.
3. Ka bixi dhammaan waxyaalaha ku jira timaha shanleena guntimaha iyo timaha isku tidcanba.

4. Ku isticmaal qadar hagaajiye ah madaxa salkiisa marina dhammaan timaha oo dhan. Waxaad isticmaali doontaa hagaajiye badan . Tin kastaa waa in la mariyaa si loo hubiyo inay gaadho injirta.
5. Injirtu waxay ku nooshahay meel u dhow madaxa salkiisa, si aad u hubiso inaad dabooshan timaha xaggooda hoose ee u dhaw madaxa salkiisa. Uma baahnid inaad marisid hagaajiyaha dhammaan tinta dhererkeeda oo dhan. Shanleynta ayaana si fiican ugu fidineysa. Fikrada ah sidaan sameynteedu waxaa weeye in la xadido dhaqdhaqaaqa injirta wakhtiga ugu dheer si aad shanlada ugu qabato.
6. Ka dib markaad mariso hagaajisada, isticmaal shanlo ballaadhan oo aad ku kala saarto qaybaha timaha adoo ka bilaabaya xagga hoose ee qoorta oo korna u soconaya. Ukunta waxaa badanaa laga helaa dhegaha dabadooda ee xigta madaxa xaggiisa danbe. Adoo isticmaalaya habkan, waxaa laga yaabaa inaad ka hesho injirta madaxa xagga kore iyo madaxa xaggiisa hore.
7. Marka timaha lakala saaro ee ay noqdaan wax la maareyn karo, isticmaal shanlo fiican oo injirta lagu shanleeyo si aad ugu shanleyso qayb kasta dhawr jeer.
8. Shanleyn kasta ka dib, ku masax hagaajisada tuwaalka warqada ah. haddii uu ilmuhu leeyahay injirta madaxa, waxaad ku arkeysaa tuwaalka.
9. Shanlee qayb kasta oo timaha ka mid ah ilaa ay ka dhammaato injirtu, nymphs(injirta dhawaan dilaacday) ama ukuntu waxay ka muuqaneysaa tuwaalka warqada ah. badanaa waxaad arki doontaa qolofta ukun hore oo ay qaadaneyso wakhti soo saarto.
10. Mar haddii aad shanleyso oo aad dib u shanleyso qayb kasta oo timaha ka mid ah, markaa dib u xir ama isku cadaadi. Haddii ay aad u gaaban yihiin,u soo jeedi ilmaha hab uu aad u xiiseeyo! Waalasha yar yari badanaa waxay jecel yihiin in timahooda kor loogu shanleenyo.

Waxyaalaha kale ee ah inaad ogaato ee ku saabsan shanlada daawada lagu shanleeyo
Other things you should know about the comb and conditioner method

Iyadoo ku xiran timaha noocooda iyo dhererkoodaba, waxaa badanaa sahlan in loo qaybeeyo si nidaamsan timaha dheer ee dhumucda leh ka hor intaadan isticmaalin daawada si aad isaga ilaaliso inay timuhu si xun isugu murqaan.

Injirtu madaxu waxay badanaa isugu uruurtaa xagga sare ee madaxa, markaa waxaa laga yaabaa inaadan helin injirta ilaa aad gaarto qaybahan ugu danbeeya ee timaha. Si kastaba ha ahaatee, madaxa ay aadka ugu jirto injirtu meel kasta wuxuu ku lahaanayaa injirta weyn.

Shanlo wanaagsan oo ah ta injirta ayaa sidoo kale soo qaadi karta injita hadda dilaacday. Tan waxay noqon kartaa wax ku adag garashadeedu isha laakiin u muuqanaya cayayaan yar yar tuwaalka warqada ah dushiisa.

Tallo guud (General advice)

- Si joogta ah u eeg ilmahaaga timihiisa. Gabdhaha yar yar ee koraya badanaa waxay noqdaan kuwo u madax bannaan xannaanada timahooda waxayna noqon kartaa wax ku adag in lagu qanciyo inay muhiim tahay inaad adigu sii wado eegida timahooda. Iskuday inaad ku adkeysato ama tus siday u eegi karaan timahooda markay maydhaan.
- U xidhida timaha dheer dib ama tidcidoodu waxaa laga yaabaa inay yareyso gudbinta injirta.
- Qubeyska ha taalo shanlo tayo wanaagsan oo ta injirta ah si mar kasta oo qof uu maydho timihiisa ay u isticmaalaan shanlada. Inta badan ee dadku yaqaanaan hababka sahlan ee timaha lagu maamulo ayaa sii sahleysa yareynta dhibaatada.
- Shanlooyinka injirta iyo kuwa timaha lagu kala saarsaaro waa in la nadiifiyaa biyo saabuun leh oo kulul oo lagu biyo raaciyaa biyo kulul oo socda. inta u dhaxeysa daaweeynta.
- Wixii macluumaad dheeraad ah oo Ingiriis ah kuna saabsan Injirta madaxa ama Barnaamijka Nitbusters gal www.health.nsw.gov.au/headlice