Meticillinresistenta Staphylococcus aureus (MRSA)
[Bakteeriga *Staphylococcus aureus* ee aan waxba ka tarayn daawada *meticillin* iyo kuwa lamid ah]

Warbixin bukaan-socodyada loogu talagalay. Qoraal-warbixineedka takhaatiirta cudurrada faafa.

Waa maxay MRSA?

Macnaha MRSA waa *meticillinresistenta Staphylococcus aureus*. Waxaa MRSA loola jeeda in bakteeriyaasha nooca *Staphylococcus* ay u adkaysan badan yihiin oona daawooyinka loo yaqaanno *antibiotics* aysan waxba ka taraynin (adkaysasho). Taasi ka sokkoow waxba kama duwana bakteeriyaasha *Staphylococcus* kale ee aan daawooyinka *antibiotics* u adkaysan karin. *Bakteeriga Staphylococcus aureus* waa bakteeriyaal caadi ahaan ku nool maqaarka iyo xabka, iyagoo aan wax dhibaato ah laga dareemin. Waxaa caadi noqon karto in qofku u yahay ***sideha*** bakteeriyaasha noocaas ah iyagoo haddana aan xannuunsanayn. Bakteeriga *Staphylococcus aureus* wuxuu mararka qaarkood sababa ***infeekshanno*** kuwaaso u baahan in wax laga qabto, tusaaale ahaan, nabarrada malaxa leh iyo infeekshanada maqaarka.

Ma halis baa MRSA?

MRSA ma sababo infeekshanno tiro badan, laakinse hab fudud laguma daawayn karo. Halista waxay noqon kartaa in boogsashada ay wakhti dheer qaadato iyo in daawada *antibiotics* ee la adeegsan doono ay leedahay waxyeelada daawooyinka oo dheeraad ah. Teeda kale, waxaa dhici karto in halista adkaysashada bakteeriyaal, kuwaasoo ku faafa goobaha daryeel-caafimaadeedka, halkaasoo lagu daryeelo bukaan-socodyada tiro badan gaar ahaan kuwa u iilan in la qaadsiiyo oonaa daawada *antibiotics* lagu isticmaalo. Waxyaalahaan waxay siiba ka dhacaan isbitaalada dalalka dibada ku yaalaan, kuna badan yihiin MRSA haddii dalkaan la barbar-dhigo.

Sidee buu cudur faafah MRSA ku faafa?

Qof ahaa sideha MRSA oo keliya badi ahaan cudurka qof kale ma qaadsiiyo. Halista cudur faafinta waxay sare u kacda haddii qofka maqaarkiisa u infeekshanno leeyahay, aan hab fudud ku bogsan ama u leeyahay nabarro dheecan leh iyo cambaar. Xaaladhaas waxaa loo yaqaanno ***sababaha halista*** ee cudur faafinta keena. Sababaha halista waxaa kaloo kamid ah cudurrada maqaarka ee raaga qaarkood, iyo caloosha jeexan saxaaro/kaadiyeen awgeed, iyo tubooyinka dhuudhuuban ee dhexmara maqaarka iyo xuub-axaleedyada. Sababaha halista waxay dusha ku wataan bakteeriyaal tiro badan. Sideha MRSA oo leh sababaha halista cudur faafinta wuxuu cudurka qaadsiin karaa xubnaha qoyska, iyagoo dugsiga xannaanadda ku sugan, goorta xayawaanada loola xiriiro, goorta isboortiga awgiis jirka is wada taabto, iyo goobaha jimicsiga iwm. MRSA cudur faafin gacmaha dadyoowga kale iyo wuxuu kaloo ku dhegi karaa waxyaallo kale, tusaale meelaha gacmaha qabsadaan iyo sijaada laylinta. Cudur faafinta wuxuu kaloo ka dhaca isbtitaallada, goobaha wayeelka lagu daryeello iyo goobaha kale ee daryeel-caafimaadeedka.

MRSA ma layska ciribtiri karaa?

Iyadoo shaybaar la adeegsanaayo ayaa waxaa haddana caadi ah in MRSA muddo kadib aan la shaacbixin karin. Mudada waxay noqon karaan bilooyin ama sannnadooyin. Teeda kale, way adag tahay sida lagu saadiyo. Takhtarka arrimada MRSA ka mas'uul ah iyo takhtarka korilaalinta cudurrada faafa ayaa wadajir ku dhaqaaqa kormeerida, iyo haddii la ciribtiraayo baahida ku dhaqanka hab-dhaqanka MRSA iyo in kale. Qiimayntaas oo lagu dhaqaaqi karo goorta MRSA shaybaarada laga waayo kaddib markii ugu yaraan saddex jeer isku xigta lagu dhaqaaqo mudo aan ka yaran hal sanno gudaheeda.

Waxyaalaha ugu muhimsan ee u baahan in laga fekero

- Hufnaanta gacmaha ee heerka sare ah ayaa waxay tahay qodobka ugu muhimsan, ee cudur faafin looga hortegi karo. Saabuun biyo-biyo ah ku dhaq gacmahaaga.
- Haddii aadan qabin sababaha halista cudur faafinta, si caadi ah ayaa dadyoowga kale u la dhaqmi kartaa haddii qofku u yahay sideha MRSA.

- Haddii aad sababaha halista cudur faafinta qabto, waxaa sare u kaca halista in dadyoow kale aad cudurka qaadsiiso. Xaaladaas nadaafadda heerka sare waa arrin aad muhim u ah. Hab xasilan gacmahaaga u dhaq. Skukumaan iyo qalabyada musqusha ee adiga ku gaar ah ku isticmaal. Beddelka qubeysashada dhexgal biyaha hanta ama kuwa goobta lagu dabaasho. Faasho saar nabarrada. Teeda kale, beddel faashada haddii nabarrada ay dheecaan leeyihiin. Waa inaad dharka hoostiisa ku qaadata haddii aad tuubada dhuuban ku isticmaasho. Haddii gacmahaaga ay taabtaan nabarrada ama tuubada dhuubaan waa inaad iska dhaqda.
- Haddii aad qabto infeekshanka maqaarka, nabarrada aan dhaqsida laga bogsan ama nabarrada dheecaanka leh ama cambaar ha ka qayb gelin dhaqdhaqaaqa isboortiga iwm, kuwaasoo jirka aad isku taab taabto ama la adeegsado qolalka tababarka ama jimicsiga.
- Haddii aad qabto sababaha halista cudur faafinta waxaa muhim ah tixgelinta hufnaanta gacmaha ee heerka sare ah waa haddii xayawaan aad taabato, maxaayeelay xitaa xayawaanada waxay noqon karaan sideyasha MRSA.

Talo-bixin iwm oo gaar ah

- Shaqaalaha ama ardayda daryeel-caafimaadeedka iyo xannaanadda loo ma oggola in ay ka qaybgalaan hawlaha caafimaadka, waa haddii ay qabaan sababaha halista cudur faafinta. Waaxaha daryeel-caafimaadeedka lagu daryeelo bukaan-socodyada gaar ahaan u ilaan, waa in shaybaarkooda aan MRSA laga helin, kahor intii shaqaalaha aysan ka qayb gelin hawlaha daryeel-caafimaadeedka.
- Carruurta waxay guud ahaan tegi karaan dugsiga xannaanadda oona ka qayb geli karaan dhamaan dhaqdhaqaaqyada. Haseyeeshe, loo ma oggola in dugsiga xannaanadda ay tagaan haddii cunugu maqaarkiisa u infeekshanno leeyahay, aan hab fudud ku bogsan ama nabarro dheecan leh iyo cambaar.
- Dadyoowga xirfad ahaan xoolo-dhaqato ah waxaa muhim ah, in xayawaanada ay cudurka ku faafin. Talo-bixin arrimahaas ku saabsan waxaa laga hela takhtarka kahortegida cudur faafinta iyo takhtarka daryeelka xaayawanada.

Hab-dhaqanka kugu waajib ah inaad tixgeliso taasoo ku xusan Xeerka ka hortagga cudurrada faafa

- Waxaa waajib kugu ah inaad timaado booqashada lagaga yeero, oona laga qaado shaybaarada u takhtarkaaga kugu amro in laga qaado.
- Waa inaad gacan ka geysataa raadraaca halka ay cudur faafinta ka timi. Waa inaad shaqaalaha caafimaadka siisaa warbixin, taasoo u suurtagelin doonto qiimaynta goorta, halka iyo sida cudur faafinta lagu qaad siiyay iyo haddii aad dadyoow kale qaadsiisay.
- Goorta lagu siinaayo daryeel-caafimaadeed, daryeel-caafimaadeedka ilkaha iyo daryeel-caafimaadeedka cagaha waxaa waajib kugu ah inaad ka warbixiso cudur faafinta MRSA ku salaysan. Waa inaad isla sidaas u dhaqanta goorta daryeel-caafimaadeed shaqsiyeed ama xannaanadda lagugu siinaayo hoygaaga ama hoy kale. Haddii caawinaadda ay ka kooban tahay oo keliya u adeegsasho, nadaafadda guriga, daaw0 siin ama wehlinta socsocdka uma baahnid xaaladaha badidooda ka warbixiso cudur faafinta MRSA ku salaysan.
- Haddii aad qabto sababaha halista cudur faafinta waa inaad ka warbixisaa cudur faafinta MRSA ku sallaysan goorta jirka daloolinayso, jir masawirrayso, jir duugayso, daryeelayso cagaha aan daryeel-caafimaadeedka shaqo ku lahayn iwm iyo daryeelka maqaarka iyo xuub-axaleedyada. Teeda kale, daryeelada noocaas ah dib ayaa u dhigan kartaa ilaa sababaha halista ay ka ciribtirmaan.

MRSA waa cudur guud ahaan halis ah, taasoo laga soo xigsaday Xeerka ka hortagga faafinta cudurrada. Sidaas awgeed, waxaa waajib kugu ah inaad tixgeliso hab-dhaqamada u takhtarkaaga kula taliyay. Waxaad Takhtarka ka hortagga faafinta cudurrada ee goboka ku nooshahay ka hawlgala ka codsan kartaa in dib looga fiirsado go’aanka hab-dhaqamada adiga ku gaarka ah.