

# Cudurka sambabada ee joogtada ah - COPD

## Waa maxay COPD?

- COPD waa magac loogu talagalay koox ka mid ah xaaladaha sambabada oo neefsashadu ku adkaato, sida emphysema (waxyeello soo gaadhay sacyada hawada ee sambabada) iyo boronkiitada raaga
- Caadi ahaan waxay saamaysaa dadka da'da dhexe ama dadka waaweyn ee sigaarka cabba

## Maxaa sababa COPD?

- Sambabku way bararaan, dhaawacmaan, oo cidhiidhyaan
- Sababta ugu weyn waa sigaarka
- COPD waxa kale oo sababi kara qiiga sunta ah ama boodhka oo muddo dheer soo gaadha

## Waa maxay calaamadaha iyo astaamaha COPD?

- Kordhinta neefta, gaar ahaan marka ay firfircoon tahay
- Qufac feedho ah, oo joogto ah, oo leh xaako
- Caabuqyada laabta oo soo noqnoqda
- Hiiqsi joogto ah

## Sidee COPD lagu ogaadaa?

Takhtarkaaga guud ayaa wax badan kaa weydiin doona calaamadahaaga wuxuuna sameyn doonaa baaritaanka neefsashada.

## Daawaynta COPD

Dhaawaca COPD uu ku sameeyo sambabada waa mid joogto ah, laakiin daaweyntu waxay kaa caawin kartaa hoos u dhigista horumarka xaalada:

- Joojinta sigaarka - waa waxa ugu muhiimsan ee la sameeyo
- Neefsashada iyo dawooyinka - waxay kaa caawin karaan fududaynta neefsashada
- Baxnaaninta sambabada - waa barnaamij gaar ah oo jimicsi iyo waxbarasho ah
- Qalliin ama sambabada ku-tallaalidda - waxaa heli kara tiro yar oo dad ah

## Caawinaad waxaa laga heli karaa

- Kala hadal GP-gaaga wixii ku saabsan joojinta sigaarka ee la heli karo

## Tixraacyo

- <https://www.nhs.uk/conditions/chronic-obstructive-pulmonary-disease-copd/>