

Baaritaanka naytarik oksaydhka (Nitric oxide) yar ee hawada lagu siidaayo (FeNO)

Baaritaankaaga bararka xiiqda oo la sharraxay



WAA MAXAY?

Baaritaanka naytarik oksaydhka yar ee hawada lagu siidaayo (FeNO) waa baaritaan loo isticmaalo in lagu ogaado xiiqda iyadoo la cabbirayo neeftaada. Baaritaanku waa mid sahlan oo fudud in la sameeyo, oo ay wehliyaan baaritaannada kale ee lagu ogaado cudurka, oo kuu sheegi kara adiga iyo kooxdaada xiiqda nooca xiiqda ee aad qabto.

MUXUU MUHIIM U YAHAY?

Baaritaanka FeNO waa mid waxtar leh oo kaa caawin kara inaad faham wanaagsan ka qaadato xiiqda aad qabto iyo inaad maareyso adoo adeegsanayo taageerada kooxdaada xiiqda. Baaritaanka FeNO wuxuu cabbiraa bararka marinnada hawo-mareenadaada. Haddii bararka aan la daaweynin wuxuu keeni karaa xiiq qabasho nafta halis gelin karta.

Markaad ogaato nooca xiiqda ee aad qabto, waxaad:

- > Si fiican u fahami kartaa daawadaada
- > Aqoonsan kartaa markay daawooyinkaagu si fiican u shaqaynayaan
- > Iska ilaalin kartaa xiiq qabashada nafta halis gelin karta.

SIDA LOO SAMEEYO BAARITAANKA

Baaritaanka FeNO waa mid ammaan ah oo fudud in lagu sameeyo dadka waaweyn iyo carruurta.

Waxaad qaadan doontaa neef badan kadibna si tartiib ah ayaad uga neefsan doontaa shaandheeyaha afka lagu xiro waxaadna ku siideyn doontaa qalab yar oo la qaadi karo ilaa 10 il-biriqsi. Baaritaanku aad ayuu u sahlan yahay in la sameeyo marka loo eego baaritaanada kale ee xiiqda sida baaritaanka shaqaynta sambabka ama baaritaanka siideynta neefta. Qalabku wuxuu qoraal ku soo qori doonaa shaashadiisa.

SIDEE LA ISKUGU DIYAARIYAA BAARITAANKA

Kahor baaritaanka, waxaa jira dhawr waxyaabood oo ay tahay inaad isku daydo inaad iska ilaaliso si aad u hubiso in baaritaanku waxtar leeyahay:

- > Waqti badan u qorshee oo iska ilaali inaad inaad lixaadsato ugu yaraan **1 saac** kahor ballantaada
- > Ka fogow sigaar-cabbista ugu yaraan **1 saac** kahor baaritaankaaga
- > Cabitaannada kulul, kafeynta iyo khamriga waa in la iska ilaaliyaa ugu yaraan **1 saac** kahor baaritaankaaga
- > Ka fogow cuntooyinka hodanka ku ah Naytaraytka sida khudaarta caleenta cagaaran leh (tus., seleriga, basal-baarta, baytaraafka, salarka iyo isbinaajka) ugu yaraan **3 saacadood** kahor baaritaanka

Waad u qaadan kartaa daawooyinkaaga caadiga ah sida caadiga ahayd kahor baaritaanka. Hubi in dhakhtarku ka warqabo daawo kasta oo horay loo qaatay ama haddii mid ka mid ah hawlaha kor ku xusan ay dhaceen kahor baaritaanka.



Wixii macluumaad dheeraad ah, fadlan booqo: **ACCELERATED ACCESS COLLABORATIVE**
www.asthma.org.uk/advice/diagnosis/tests