Dab Kacay

Dabka kaymaha iyo dabka kacay waxay halis gali karaan nafta iyo guryaha iyo kheyraadka dabiiciga ah. Waxa aad hadda qaadi kartaa talaabo gargaar ka geysan karta badbaadinta nafta isla markaana gargaar ka geysan karta in laga hortago oo la yareeyo khasaaraha uu sababo dabka kacay.

Waxa la sameeyo ka hor dab kacay

- Sameyso qorshe bixid ama qaxid. Waxa laga yaabaa inaad u baahatid inaad ka tagtid gurigaaga si aad u tagtid meel ammaan ah.
- Garo meesha aad u socotid iyo jidadka suurtogalka ah ee halkaas lagu tago.
- Tilmaan "aag ammaan ah" haddii dhammaan jidadka qaxiddu ay gubanayaan.
- Haddii aad qabtid baahiyo jidh ama caafimaad oo gaar ah, u hubso inaad haysatid kayd ah dawooyin iyo alaabooyin aad qaadatid marka aad qaxaysid. Dadka qaba cudurada wadnaha iyo sambabada waa inay gaar ahaan ka taxadiraan agagaarka qiiqa looxa/qoriga. Qorsheyaasha degdegga kala hadal bixiyahaaga daryeel caafimaad ama dhakhtarkaaga.
- Qorsheyaal degdeg u samee xayawaankaaga guriga iyo xoolahaaga.
- Xubnaha qoysku waa inay haystaan qof lala xidhiidho oo ka baxsan aagga oo ay wici karaan si ay ugu sheegaan inay ammaan yihiin marka ay kala lumaan. Diyaari kaadhadh galaya boorsada lacagta oo uu ku qoran yahay macluumaadka qofka lala xidhiidhayo.
- Diyaari xidhmo ah kaydka degdegga oo ah 72 saacadood. Ku dar biyo, cunto, dharka leh badbaadin—kabo adag, dhar ah cudbi ama suuf, surwaalo dhaadheer, shaadh gacmo dheer, gacmo-galisyo iyo masar/safaleeti. Ku kaydi baakooyin si fudud loo qaadi karo.
- Koobiyada diiwaanada iyo liisaskaaga muhiimka ah, sawirada iyo alaabta qiimaha sare leh ku kaydi sanduuqa ammaanka. Ku dar waraaqaha caymiska (insurance).
- Garo idaacadaha raadyaha iyo telefishannada ee degmada. Waxay bixin doonaan warkii ugu dambeeyay ee ku saabsan dabka ka jira aaggaaga.
- Aqalkaaga u diyaari dab kaca. Si cad dhammaan marinka baabuurka ugu calaamadee magacyo/adreesyo. Xaabada, dhirta yaryar iyo wixii kale ee guban kara ka qaad ama ka fogee guriga. Wac xafiiska dabka, kaymaha, ama kheyraadka dabiiciga ah, ama gal barta www.firewise.org si aad u heshid fikrado kale oo ku saabsan qaabka dhisidda guri iyo qaabeynta dhulka.
- Deriskaaga kala hadal ammaanka dabka kaca iyo sidii loo wada shaqeyn lahaa marka uu dab kaco.
- Markasta wac waaxda dab-damiska ee degmadaada ka hor inta aanad wax gubin. Taxadir samee marka aad dibadda wax ku karinaysid ama maalmaha dabaysha leh ee engegan ee aad isticmaalaysid qalab ku shaqeeya gaas.

Marka dab kacay uu halis keeno

- Is deji. Raadyaha iyo telefishanka ka dhegayso warbixinnada dabka iyo warka qaxidda. Raac talada uu bixiyo maamulku. (Hase yeeshee, haddii aad halis dareentid, ha sugin inaad baxdid.)
- Qoyska iyo saaxiibada u sheeg in laga yaabo inaad u baahatid inaad qaxdid oo u sheeg meesha aad tagaysid. Isticmaal kaadhkaaga la xidhiidhista qofka dibadda ka ah aagga.
- Baabuurka hore u sii saar alaabooyinka degdegga, diiwaanada muhiimka ah iyo wixii kale ee qiime leh. Baabuurkaaga u jeedi jihada baxsashada. Xayawaanka ku hay meel dhow.
- Xidho dhar leh badbaado si aad u badbaadisid jidhkaaga, wajigaaga iyo sambabadaada.
- Diyaari warqad aad ku dhejisid gurigaaga oo sheegaysa wakhtiga aad tagtay iyo meesha aad u socotid.
- Saqafka saar sallaan ama jaranjar, tuubada beerta iyo biyo firdhiyeyaal. Si aad biyaha u madhxisid, sug ilaa dhimbiiluhu bilaabaan inay soo dhacaan.

Haddii laguu sheego inaad qaxdid ama baxdid, isla markiiba sidaas samee

- Haddii uu jiro wakhti—xidh dhammaan daaqadaha, meelaha hawadu ka soo gasho iyo albaabada, oo soo saar daahyada miisaan khafiif ah leh.
- Xidh adeegga gaasta.
- Daar nalalka ama laydhadhka gurigaaga.
- Xidh albaabadaada.
- Warqaddii aad diyaarisay ku dheji albaabka weyn.
- Dooro jid aan ahayn dhinaca halista. Kaxee baabuurka iyada oo nalalku ama indhaha baabuurku kuu shidan yihiin oo la soco baabuurta degdegga.
- Haddii jidkaaga qaxiddu gubanayo—tag "aaggii ammaanka" ee aad tilmaansatay.
- **Ha isku dayin inaad dib u soo gashid aagga ilaa dab-damiyeyaashu ay ku dhawaaqaan inuu ammaan yahay.**

Washington State Department of Health
Wasaaradda Caafimaadka ee Gobolka Washington

PO Box 47890
Olympia, WA 98504-7890

Bogga Internetka:
www.doh.wa.gov

360-236-4027
(800) 525-0127

DOH Pub 821-044
Somali