



## WAXA LOO BAAHAN YAHAY INAAD KA TAQAANID DEGDEGGA KIIMIKADA

### Waa maxay degdegga Kiimakadu?

Aafo ama degdeg kiimiko waxa uu dhacaa marka hawada ay sumeeyaan kiimiko waxyeello lihi, ama marka kiimiko la isticmaalo oo lagu sumeeyo cuntada ama lagu daro biyaha la cabbo. Kiimakadaa waa la neefsan karaa, ama maqaarka ay jidhka uga dusi kartaa, ama waxa la liqi karaa marka cunto la cunayo ama biyo la cabbayo.

### Maxaan sameeyaa *mudada* u jiro aafo ama degdeg kiimiko?

Wixii fariimo ah ka dhageyso raadhyowga, telefshanka, ama habka digniinta degdegga loogu talagalay. Haddii loo baahdo, diyaar ha kuu ahaado raadhyow baytari leh. Saraakiisha ayaa kuu sheegi doona in loo baahan yahay inaad gudaha joogtid ama ka baxdid gurigaaga. Iyagaa kuu sheegi doona meeshii aad tagi lahayd haddii loo baahdo inaad gurigaaga ka baxdid. Haddii lagu sheego inaad gurigaaga sii joogtid, waxa lagugu siin karaa fariimahan:

- Bakhtii dhamaan qalabka hawada keena. Waxa taa ku jira foornooyinka, hawo qaboojiyeyaasha, iyo marawaxadaha.
- Joog qol aan lahayn daa'qado. U hubso inaad meel ku filan u haysid qof kasta oo qolka jooga.
- Ku gufuu meelaha qolku ka banaan yahay dhajis adag iyo bac. Meelaha qolku ka banaan yahay waxa ku jira albaabada iyo dhamaan meelaha naqasku ama hawadu ka baxdo ama ka soo gasho.

Haddii dhibka ama aafadu kiimikadu dhacdo adiga oo jooga meel banaan oo aan badbaado lahayn, waa inaad:

- Isku daydid inaad ka carrartid meesha sumowday sida ugu dhakhsaha badan.
- Isku daydid inaad heshid meel lagu gabado sida ugu dhakhsaha badan.

### Aafada kiimikada ma ku jiran doonaa?

Marka u jiro aafo ama degdeg kiimiko, waxa dhici karta inaad isku aragtid calaamadahan:

- Indho biyo ka da'ayaan
- Socodka tooska ah oo dhib kugu noqdo
- Gubasho ah maqaarka dushiisa
- Neefsasha oo dhib kugu noqota
- Ceejis/neefta oo ku qabata
- Wareer/dawakhid
- Dubaacis

Haddii aafo ama degdeg kiimiko dhaco, saraakiisha degmada ama gobolka ayaa kuu sheegi doona calaamadaha loo baahan yahay inaad la socotid. Haddii aad jiratid, isla markiiba wac dhakhtarkaaga. Waxa dhici karta in lagu yidhaahdo:

- Iska saar dharkaaga kuna rid bac ama boorso caag ah. Xidho dhar nadiif ah.
- Si miyir ah oo buuxda ugu maydho biyo iyo saabuun. HA xoqin haragga sababta oo ah kiimaku waxay kuu keeni kartaa gubasho kale.

### Maxaan sameeyaa degdeg ama aafo kiimiko ka dig?

Sii wad inaad wixii fariimo ah ka dhageysatid telefshanka, raadhyowga, ama habka digniinta degdegga. Haddii aad u malaynaysid in sun kiimiko ahi ku soo gaadhay, wac xafiiska caafimaadka ee degmadaada ama boliiska degmadaada.

---

**Ready in 3 (Diyaar ku Noqo 3 talaabo)** waa barnaamij loogu talagalay degdeg-u-diyaarsanaanta Missouri dhexdeeda. Waxa barnaamijka soo qabanqaabiyay Wasaaradda Caafimaadka iyo Adeegyada Waayeelka ee Missouri. **Ready in 3** waxa loogu talagalay in dadka iyo beelaha lagaga caawiyo diyaar u-noqoshada noocyo badan oo ah degdegga ama aafayinka sida duufaanada ilaa argagaxisada. Wixii war dheeraad ah, u booqo [health.mo.gov/emergencies/readyin3](https://www.health.mo.gov/emergencies/readyin3).

Somali-Chemical Emergencies (Rev. 1-04)