



# Daadka

**Daadku waxa uu ka mid yahay masiibooyinka dabiiciga ah ee ugu caamsan uguna faafsan. Haddii aad ku nooshahay aag daadku waxyeelo, waa inaad taqaanid macluumaadkan soo socda:**

## Waxa la sameeyo ka hor daadka

- Qorshee ka qaxidda ama ka bixidda oo uu ku jiro meesha aad tagaysid iyo jidka aad mari doontid.
- Gurigaaga u diyaari daad. Wac waaxda dhismaha ee degmadaada ama xafiiska maareynta xaaladaha degdegga si aad u heshid macluumaad.
- Iibso caymiska daadka.
- Dhammaan qoraalada caymiska iyo liis ah alaabtaada qaaliga ah ku kaydso meel ammaan ah.
- Sawiro ama fiidiyow ka qaad alaabta qaaliga ah ee aad ku haysatid gurigaaga.
- Raadyahaaga ama telefishanka ka dhegayso warbixinnada khatarka daadka.
- Baabuurka ha kaaga buuxo shidaal.

## Waxa la sameeyo marka uu jiro daad ama fatahaad

- Ha isku dayin inaad ku lugeysid ama baabuur ku martid aagaga daad ka jiro. Biyuhu waxay noqon karaan kuwo ka qoto dheer inta ay moodaysid waxana uu heerka biyuhu sare u kici karaa dhakhso. Raac jidadka qaxidda degdegga ah ee rasmiga ah ama maamulku sheego. Haddii baabuurkaagu ku badhtiyo biyo daad, dhakhso uga bax oo u dhaqaaq dhul sareeya.
- Ka fogow biyo socda; biyo socda oo leh qoto ah lix inji way ku legdi karaan ama ku mijo-xaabin karaan. Baabuurka si fudud ayay u dhufan karaan iyada oo ay jiraan kaliya biyo ah laba fiit.
- Ka fogow aagaga masiibadu haysato iyada oo maamulku u weydiisto tabaruceyaal mooyaane.
- Ka fogow khadadka korontada ee soo dhacay.
- Haddii guriga uu soo galay biyo daad, dami korontada, gaasta iyo adeegyada kale ilaa saraakiisha xaaladaha degdeggu kuu sheegaan inay ammaan tahay in la daaro. Aagga hoose ee guriga (basement) biyaha ha ka bamgareyn ilaa biyaha daadku yaraadaan. Iska ilaali dhulka, derbiyada iyo saqafyada daciifay.
- Marrar badan gacmahaaga ku dhaq saabuun iyo biyo haddii aad taabatid biyaha daadka.

## Waxa la sameeyo ka dib daad

- Xidho gacmo-galisyo iyo buudh marka aad nadiifinta sameynaysid.
- Fur dhammaan albaabada iyo daaqadaha. Isticmaal marawaxado si dhismaha loo siiyo hawo ama loo laydhiyo haddii ay suurto gal tahay.
- Dhammaan dharka iyo maryaha ku dhaq biyo kulul.
- Tuur furaashyada/joodariyada iyo farniijarka duf/buush leh; si ku filan looma nadiifin karo.
- Wasakhda iyo dhoobada ka maydh derbiyada, dusha miisaska iyo dhulka adag adiga oo isticmaalaya saabuun iyo biyo. Ka dil jeermiga adiga oo oogada ama sagxadda ku masaxaya milan/hoore ka kooban hal koob oo ah bilij oo lagu daray hal gallaan o ah biyo.
- Tuur dhammaan cuntada uu taabtay biyaha daadku. Cuntada qasaceysan dhib ma leh, laakiin si dhammeystiran u dhaq qasaca/daasadda ka hor inta aanad furin.
- Haddii ceelkaaga uu daadku galay, waxay u badan tahay in biyahaaga tuubada ama qasabada aanay ammaan ahayn. Haddii ay kuugu jiraan biyaha dadweynaha, waaxda caafimaadka ayaa kuu sheegi doonta— iyada oo la adeegsanayo raadyaha ama telefishanka — haddii biyahaaga in la cabo aanay ammaan ahayn. Ilaa biyahaagu ka noqonayaan ammaan, isticmaal biyo dhalo oo nadiif ah.
- Baro sida biyaha nadiif ama saafi looga dhigo. Haddii aad leedahay ceel, baro sida wasakhda looga saaro.
- Ha isticmaalin bulaacaddaada marka biyo ay joogaan dhulka u dhow. Dhulka hoose ma liqi doono biyaha ka imanaya goobta dhiqista ama musqulaha. Marka carradu qallasho, waxay u badan tahay inay ammaan tahay in markale la isticmaalo bulaacaddaada. Si aad u habsatid, la xidhiidh waaxda caafimaadka ee degmadaada.
- Marka biyaha daadku dib u noqdaan, fiiri inay jiraan sagxado jid oo daciifay.



PO Box 47890  
Olympia, WA 98504-  
7890

Bogga Internetka:  
[www.doh.wa.gov](http://www.doh.wa.gov)

360-236-4027  
(800) 525-0127

DOH Pub 821-038  
Somali