

DAB

Dabku waa sababta ugu horreysa ee lambar lix uga jirta sababaha keena dhaawac iyo dhimasho kama' ah ee ka dhaca Maraykanka. Dabku waa sababta ugu sarraysa ee ay u dhintaan ilmaha ka yar 15 ee guriga ku dhinta.

Khataraha ay dababku keenaan waxaa ka mid ah:

- Cabbudhid: Cabbudhiddu waa sababta ugu sarreysa ee dabku wax ku dilo oo 3 ka 1 ay yihin gubashada.
- Kul: Dab qol oo si buuxda u shidmay wuxuu heerkulkiisu gaaraa in ka badan 1,100 digrii oo Feeranhayt ah
- Qiiq: Dabka ayaa sameeyaa qiiq madow oo aan la iska arki karayn kaas oo xira aragtida, indhaha belbeliya sambabbadana cufeeya. Waxaa aan suuraggal ahayn in lagu dhex socdo oo jihooyinka lagu kala garto dabkaa dhexdiisa.

DABABKA GURYAHA DHEXDOODA KA DHACA

Celceliska 85% oo geerida dabku keeno ahi waxay dhacdaa dadkoo hurda, sida guryaha, hoy-jaamicadeedyada, dhufaysyada, ama huteellada. Inta badan dababka wax dila waxay dhacaan marka ay dadka u badan tahay in aysan digtoonayn, sida habeenkii saacadihisa la hurdo.

Ku dhawaad dhamaan dababka guryaha iyo dhismayaasha ka dhoco oo dhan waa laga hortegi karaa, xitaa dababka kasta loo huriyo. Inta badan dababka kaska loo huriyo waxaa shida ciyaal, laga yaabo in ay la talin ku-wax-qaadan lahaayeen, inta kale ee dab ahna siyaabo dhawr ah oo kala duwan ayaa loo baajin karaa. Ma jiro dab aan la baajin karin.

Intii lagu jiray sanadii 2000, 3,420 oo dad ahaa u dhintay dabab ka kacay guryaha Maraykanka—ilaa 9 qof maalintiiba. Waxaa intaa dheer, kumannaan qof ayaa ku dhaawacantay dababka guryaha, oo ay badidood si ba'an u gubteen.

Dhibbanayaasha dadku waxay aad ugu badan yihiin carruur iyo waayeel. Labo ka mid ah shan kasta oo dab oo dila carruur yaryar waxaa billaabay carruur dab ku ciyaaraysay. Hilaadda 900 oo waayeel ah ayaa dab ku dhinta sanadkii.

DAB (WELI SOCDA)

Qorshe dabeedka qoys kasta waa in uu ku jiro:

- Ka-digaha (alarm) qiiqa oo ku rakiban dabaq kasta oo guriga ah iyo meelaha jifka.
- Labo dariiq oo lagu fakado oo ka baxda qol kasta oo guriga ka mid ah. Jaranjarooyin lagu dagto waa in loogu fikiraa meelaha dabaqa ah ee la seexo. Jaranjarootinkaasi waa in lagu xereeyaa meelaha u dhaw daaqadaha.
- Ku tababbaro qorshaha fakashada ugu yaraan laba jeer sanadkii. Baro bixidda habeen iyo maalinba. Barashada fakashada waa in ay ku jirtaa fakashada guurguurashada ah, iyadoo la xaqiijinayo dhamaan madaxyada xubnaha qoyska in ay ha lama laba fiit ka sarreeyaan dhul-dhaca. Iyadoo ka qayb ah qorshaha fakashada, samee meel guriga bannaanka ka ah oo uu qoysku isugu soo ururo markii uu dabka ka fakado. Xaqiiji in ay dhamaantood og yihiin in meeshaa lagu kulmo si markii ay yimaadaan dab-damiyeyaashu, si degdeg ah loogu sheegi karo xaaladda qoyska intii maqan iyo intii fakatay
- Ku tababbaro in aad xubnaha qoyska dabka uga qaylisid adigoo sis are u dhahaya “Dab!” dhawr jeer. Dab run ah markii uu dhaco, qayladani waxay qoyska ku caawin in ay fakadaan.
- Baro waaxda dabka lambarkeeda xaaladda degdegga ah, khaasatan haddii aysan bulshadaasi haysan adeegga 911. Xaqiiji in ay qoyska oo dhan yaqaanniin in marka hore dabka laga fakado dabadeedna waaxda dab-demiska laga Waco guryaha deriska.

Waa muhiim in xubnaha qoyska oo dhan lagala hadlo wixii haddii uu dab dhaco la samaynayo. Xubin kasta oo qoyska ahi waxay u baahan tahay in ogaato haddaanu lacalla qoysku wada joogin markii uu dabku dhacayo. Sidoo kale, ogaanshadu waxay yaraysaa cabsida waxayna xaqiijisaa in xubnaha qoyska oo dhami ay yaqaanniin wax ay sameeyaan.

Haddii aad aragtid dab ama aad maqashid ka-digaha qiiqa, waa in aad:

- Si sare u dhahdid “Dab!” dhawr goor markiibana aad baxdid. Abid ha isticmaalin wiishka guryaha lagu fuulo adigoo dab ka fakanaya. Waxaa kalood xusuusataa:
 - Haddaad ku dhex fakanaysid qiiq, hoos u guurguuro oo qiiqa hoos mar.
 - Haddii aad albaab xiran ku fakanaysid, albaabka ku hubi dhabarka gacantaada, iyo weliba bedka u dhexeeya albaabka iyo afargeeska uu ku jiro iyo faseexadda la qabto marka albaabbada la furayo inta aadan albaabka furin. Abid ha furin albaab kulul.
 - Haddii qiiq, kul, ama olol aya xiraan jidadka lagu baxo, joog qolka albaabka oo xiran. Daaqadda dhawr inji oo kor iyo hoos ah ka fur si ay u neefsato, marona ku sur bannaanka daaqadda si ay samatabbixiyeyaashu u arkaan markii ay yimaadaan. Haddii ay suuroggal tahay, albaabbada iyo meelaha layrta ku gufee tuwaallo, go’yaal, iyo maryo si aad qiiqa uga ilaalisid in uu qolka soo galo.
- Aad meeshii lagu heshiiyey in lagu kulmo, dabadeed qof u dir waca waaxda dab-demiska. Kulanka barkulanka waxay qoyska u sahlaysaa in ay degdeg u sheegaan ciddii bannaanka joogta waxaanay xubnaha u sahlaysaa in ay dabdemiska markay yimaadaanba talo siiyaan.

DAB (WELI SOCDA)

Haddaysan suuroggal ahayn fakasho, waa in aad:

- Xir meelaha uu qiiqu ka iman karo adoo isticmaalaya tuwaallo qoyan, go'yaal, ama dhar la gelinayo albaabbada iyo leyrshayaasha hoostooda.
- Wac waaxda dab-demiska una sheeg meesha aad joogto—xitaa haddii horay loogu yeeray.
- Daqaadaha si tartiib ah kor iyo hoos uga fur si aad qiiqa ugu oggolaato in uu baxo hawo nadiif ahna ay qolka u soo gasho.
- Hoos u badnoow oo daqaadna ag joog si aad neef cusub u qaadatid.
- Rux calal midab caddaan xiga leh oo ka laallaadi daqaadda si aad ugu baaqdid waaxda dab-demiska.

Si aad isaga ilaaliso dababka waa inaad:

- Samayso ugaarsi khatar quri. Alaabo badan iyo xaalado guriga dhex oolli kara ayaa keena khatar dabeed. Waqti haddii aad u qaadato in aad daydaydid oo baabbi'isid halistaasi, waxay yaraynaysaa khatarta.
 - Baar burjikooyinka xaabada iyo shooladda sanadkiiba. Xaabada gubata waxay reebtaa haraa maaddada kariisoot ah (creosote) oo gubata, waxaanay ku reebtaa sanduuqa dabka, qiiq-qaadda, iyo shooladda. Si xirfadlennimo ah waa in haraayadaas loo xaaqaa si loo yareeyo khatarta dabka.
- Kululeeyayaasha iibso keliya haddii uu shaybaar baaray oo oggolaaday. Raac tilmaamaha isticmaalidda ee soo-saaraha. Ka durji bustayaasha, dharka, daahyada, faraajiinta, iyo wixii kasta ee kale ee guban kara ilaa saddex fiit meesha uu ka imanayo kulaylku. Ku gufee kululeeyayaasha barees qabte derbiga ku dheggan si toos ah, kana saar bareeska markii aan la isticmaalaynin.
- Tarraqa iyo qaraxadda carruurta ka fogee. Carruurta waxay la ashqaraartaa dabka waanay ku ciyaarayaan tarraqa iyo qaraxadda haddii ay heli karaan.
- Eeg xiridda koranto, oo fiilooyinka salkoodu ay dubkaceen iyo bareesyada jilcay beddel. Xaqiiji in dhamaan koranto keenayaashu ay dabool leeyihiin, iskana jir in aad rar-dhaafiso bares ama qaybiso koranto.
- Maaddooyinka quban kara ka fogee burjikada, waxaana ku jira tuwaallada, daahyada, dharka, sanaadiiqda iyo qalabyada kale. Waxyaabaha guban kara ee u dhaw burjikada dab ayaa si degdeg ah u qabsan kara iyadoo dareenka kariyuhuna uu meel kale jiro.

Kuwani waa dhawr soo jeedinood oo dab ilaalinta ah. Soo jeedinno dheeraad ah oo ay ku jirto sida loo xusho dab-bakhtiiyayaasha, waxaa lagu sheegi doonaa Cutubka 2, Ka Nabdoonaanta Dabka.

DAB (WELI SOCDA)

DABDUUREEDYADA

Waxaa jira saddex heer oo dabduureedyo ah:

- Dab duleed waa nooca ugu caamsan ee dab ah waana marka uu gubo dhulka dusha ah ee kaynta isagoo tartiib u socda oo dilaya ama dhaawacaya geedaha.
- Dabka gudaha dhulka waxaa inta badan billaaba wirqda (jac) waxaanu gubaa kayta korkeeda ama dhulka kaynta hoostiisa waxaanu gubaa lakabka huyuumasta ilaa iyo macdanta carrada.
- Dababka dhoorka sare inta badan waxa si degdeg ah u faafiya dabaysha waxaanu isaga boodaa guudka geedaha.

Dabduureedyada inta badan waxay billowdaan iyadoo aan ciduna garan, dababka saa u bandanna waxay u faafi karaan si dhaqso ah, iyagoo sii gubi hawdadka, geedaha, iyo guryaha.

Iyadoo ay sabab u tahay in dad badani ay guryahooda u doortaan meelo geedo badan ama meelo u dhaw kaymaha, meelo miyi ah iyo buuraley fog fog, dad tiro badan ayaa halis ugu jiraya khatarta dabduureedka.

In ka badan afartiiba hal oo dabduureed kasta ah waxaa billaaba dad. Dabeecadda aadamiga oo daycaadda ah, sida sigaar-ku-cabbidda aagagga kaymaha, ama iyadoo aan si wacan oo daminaynin dababka kaymaha, ayaa sababa inta badan dababka kaymaha.

Qaabayn aan habboonayn, maaddooyin guban kara iyo dhul qaabayn, iyo u-soo jeedid la'aanta in jaanka laga xaaqo meelaha kaymaha ah ee la deggan yahay ayaa iyaguna wax ku kordhiya khatarta haysata aadamiga iyo xayawaanka.

In badan oo ka mid ah tabaha u diyaarsanaanta dabduureedyada waxay la mid yihiin kuwa u diyaarsanaanta dabka guriga, oo samaysiga qorshe dab-ka-fakasho oo qoys wuxuu muhiim u yahay dabduureedka sida uu muhiim ugu yahay dabka guriga. Marka uu dhaco dabduureed, tabo dheeraad ahaa loo baahan yahay.

Waa inaad:

- Haysataa tuubbo biyaysan oo dheer oo qaarta aag kasta oo ka mid ah gurigaaga iyo dhismayaasha kale. libso jaranjaro dherer ahaan qaarta saqafka hoyga.
- Haddii berked, lag, ama farraq la heli karo, hel matoor biyood gaas ku shaqeeya.
- Ku rakib shooladda iyo tuubbooyinka burjika dhimbil-celiyayaasha.
- Gacanta ha kuugu jireen qalabka dabka. Waxaana qalab-dabeedka ka mid ah badiillada, fargeetooyinka, faasaska, miishaaraha kala duwan, baaldiga, iyo mkid iyo laba dabdemiye.
- Isticmaal qaab-dhisme iyo dhuleed habboon. Khubarada dabduureedka waxay isku raacsan tahay in cawska guban kara laga falo ugu yaraan 30 fiit oo guriga hareerhiisa ah.

DAB (WELI SOCDA)

Tabo dheeraad ah oo u diyaarsanaanta dabduureedka waxaa ka mid ah:

- Calaamadinta dhamaan marinnada gelidda si ay dabdemisku u ogaadaan in guri meesha ku yaal oo ay degdeg u heli karaan markii uu dab dhaco.
- Raacidda dhamaan sharciyada gubidda. Abid ha gubin wax iyadoo ay cimiladu engegan tahay iyadoo 75 fiit loo jiro meel ay gubasho ka suuraggasho. Abid dab baadi ah ha ka teqin, xitaa sigaar.

Aadba ha loo dedaalee, dabduureedyadu way dhici.

Waxaa jira dhawr tallaabo oo ay tahay in aad gurigaaga ka qaaddo si aad uga hortagto dhaawaca ka yimaada dabduureed.

Tallaabooyinka soo socda maskaxda ku hay:

- Ka dhegayso xogta gurmada raadiyaha ama saldhigyada telefishanka ama EAS. Haddii lagugula taliyo in aad guurto, degdeg sidaa u yeel. Daahu wuxuu kordhiyaa halista loogu jiro in aad dabka ka dhex go'doonto, waxaanu khashkhashi karaa dedaalka waaxda dabdemiska.
- Ku xannib hebedka (eeyaha, iwm) hal qol ah ama u habee meel ay la joogaan saaxiib ama qaraabo.
- U rar faraajinta guban karta bartamaha guriga oo ah meel ka fog daaqadaha iyo albaabbada siqa ee quraaradda ah.
- Daahyada iyo gandoobyada guban kara. Xir daahyada caagga ah iyo waxyaabaha aan guban karayn eek u gedfan daaqadaha.
- Xir dhamaan albaabbada iyo daaqadaha si aad u yarayso socodka hawada.

Haddaad ku go'doonto dabduureed, waa in aad isku daydaa in aad hesho meel biyo leh oo aad u guurguurato. Hadday suuroggal tahayna, ku dedo madaxa iyo qaybta sare ee jirka dhar qoyan. Haddii aadan meel biyood heli karayn, gabbaad ka dayo meel banana ama qalow gebiyo leh. Neefso hawada dhulka u dhaw, waxana fiican in aan maro qoyan ka neefsatid.

DAB (WELI SOCDA)

Dabduureed gadaashiid, waa in aad:

- Taxaddartaa markaad dib u gelay sid meel uu ka dhacay dabduureed. Khataruhu way jiri karaan weli, sida meelo karaya, oo qarxi kara iyadoon digniinu aysan ka horreyn.
- Degdeg u baar saqafka oo demi dhimbilaha iyo dambaabburooyinka dib u billaabi kara dab.
- Haamahas barobeynta ama gaaska ha baaro wakiilkii keenay ka hor intaadan isticmaalin. Haamahu way ka durqi karaan kana dhici karaan meeshoodii ama tuubbooyinka shidaalka ayaa debci kara. Kulka dabka ka yimid ayaa haanta ka dhigi kara mid duuban ama meregsan (khaasatan haddii aanay haantu ahayn mid leysan).
- Eeg sida ay u salaysan yihiin geedaha guriga ku hareeraysan. Waxaa laga yaabaa in aysan salaysnayn dabka awgiis. Sidoo kale deeb-xoorta (ay sameeyeen geedihii iyo salalkii gubtay). Ku dhicidda qalow deebheed kulul waxay keeni kartaa gubasho khatar ah.
- Haddii aanay koranto joogin, eeg xiraha weyn. Dababku waxay sababi karaan in ay simbiirixdaan xirayaashu. Haddii xiruhu shidan yahay, korantana aanay weli joogin, wac shirkadda yutiilitida.

Waa inaad taxaddartaa marka aad maaladda hagaajinaysid dab gadaashii adiga oo:

- Qoynaya gashinka burburka si aad u yarayso siigada hawada ku jirta.
- Isticmaalaya maaskaro kala googgo'an oo leh godin-saneed iyo inta kale oo wada jirta. Xiro galoofyo meged ah.
- La xiriiraya madaxda maxalliga ah inta aadan qubin wax ka mid ah aaladaha khatarta ah ee guriga lagu isticmaalo.