

! Waa maxay boffning?

Qofka markuu dhuuqo gaaska ku jiro quraarada timaha lagu buufiyo sidoo u sakhraamo.

Gaaskas waxaa caadiyan laga helaa waxyaabaha nolol maalmeedka loo isticmaalo sida camal shambada qallaalan quraarada ey ku jirto, shiir-bixiye[deodorant] ama quraarada guriga lagu buufiyo si loo carfiyo. Qofka si dhaqso leh buu ku sakhraami iyo 5 minid gudaheeda wey uga bixi.

Boffning carruurta ma halis buu u yahay?

Boffning wuxuu si toos sabab ugu noqon kara dhimasho deg deg oo aanan lagu arkin waxyaabaha kale oo la isku sakhraansiiyo oo carruurta iyo dhallinyarada caadiyan ey tijaabiyan.

Boffning waa nooc aad halis u ah markey noqoto is sakhraansiin, haddii ey noqoto canug iyo qof weyn. Gaaska quraarada ku jiro si toos buu u saameyn xididada maskaxda iyo qeybaha ugu muhiimsan wadnaha. Markuu gaaska maskaxda iyo wadnaha saameyo buu qofka sakhraansami, laakin waxaa xita suurtagal ah in qofka wadnaha si deg deg u istaago iyo dhimto

Qofka boffning[gaaska la dhuuqi] wuu u dhiman kara, oo ma ku xirna haddii inyar ama in badan laga dhuuqo. Waa suurtagal qofka inoo dhimto markasto suubiyo boffar, iyo wadnaha istaago haddii xita uu sakhraamo inyar.

Halis ma'ahan haddii shambada qallalan quraarada ku jirto iyo quraarada hawada lagu carfiyo sida loogu talagalay loo isticmaalo. Gaaskas markii hawada toos loogu buufiyo awood badan ma yeelan, laakin markii toos loo dhuuqo gaaskas jirka qofka buu si toos u gali.

Miyuu ku badan yahay carruurta isticmaalida boffning[gaaska la dhuuqo]?

Tirada oo dadka soo wici Wakaalada warbaahinta arrimaha sunta oo ku saabsan boffning wey soo badanoosaa laga soo bilaabo 2020 ilaa hada iyo waxey caadiyan quseysaa carruurta jiro 10 ilaa 14 sano. Isla markaasna lama dhihi karo in boffning[gaaska la dhuuqida] ey tahay dhibaato weyn Iswiidhan ku tahay.

Taariikh ahaan boffning waa arrin degmo qaas ka dhici jiray oo markas dad koox ahaan isla dhuuqan gaaska. Boffning waa uu ku faafi kara sociala media. Dadka inta ugu aqoon u ma lahan halista uu leeyahay.

Gaas dhuuqida[boffning] wuxuu xita leeyahay magacyo kale, oo sida camal:

Sniffning

Glejda

Chroming

Inhaling

Huffing



Tilmaamaha lagu garto canuga inoo gaas dhuuqo[boffar]

Gaas dhuuqida waxey qofka ka dhigi sida camal qof xoog khamri ugu sakhraamay, laakin qofka inyar oo wakhti kooban buu sakhraansanaan - oo kama badna shan minid.

Wey adag tahay in la garto haddii canuga isticmaali gaas dhuuqida. Waxaa caadiyan lagu gartaa inaa guriga ka heshid quraaradaha la isku buufsho iyo bacyaal oo wax ka soo carfi ka heshid tenegga/dambiisha waraaqaha la tuuro, ama musqusha ama meelo kale. Ama waxaa suurtagal ah in carruurta midkood kuu sheego wuxuu suubiyo

Haddii canug aad ku qabatid asagoo gaas dhuuqi waa in aad si degnaansho leh ula hadashid, oo aadan cabshi ama naxdin dareensiin, maadaama cabsi iyo walwal sabab u noqon karto inoo wadnaha canuga istaago. Qofka markuu saas u dhuuqo gaaska wadnaha baa tabar daro ku dhici oo walwal iyo wax lamid ah ma awoodo wadnaha.

Maxaa suubin haddii arrin noocan la kulmo?

Waxaa suurtagal ah in marka la isku mashquuliyo oo hadal haayo arrinta isticmaalida boffning halista ey leedahay in arrinta ey sidaas ku sii faafto oo ey gaarto carruur cusub oo arrinta waxbo ka ogeen iyo carruurtaasna xiiso ahaan u tijaabiyan. Sidaas daraadeed baa loo dhifi karin in ka hortagida markey carruur noqoto natiijada la dooni eysan noqon. Isla markasna aad bey muhiim u tahay in adiga qofka weyn ah aad la socotid ilaa heerka halista ey leedahay, iyo in muhiim ey tahay in adiga sida ugu dhaqsaha badan tilaabo ka qaadid haddii degaanka aad ku nooshahay joogo canug dhuuqo gaaska.

Tilaabada koowada waa inaa ka wardoontid kuwa isticmaalo gaaska la dhuuqo[boffning] iyo kuwas kaliya baa isku mashquulin. Raadso dadkale oo ku caawiyo si aad warbixin uga heshid wixii dhacay iyo dadka ka qeybqaato.

Carruurta isticmaalo gaaska la dhuuqo waa in warbixin la gaarsiyo oo halista ey leedahay iyo in qofka dhiman karo markasto oo dhuuqo gaaska[boffning] si isku sakhraansiyo.

Markasto soo wac Wakaalada warbaahinta arrimaha sunta[Giftinformationscentralen] si aad talo lagaaga siiyo gaas dhuuqida[boffning].

Qofka markuu dhuuqo gaaskas waxaa wanaagsan in isbitaal la geeyo si xaaladiisa looga warhaayo. Haddii qofka dhuuqay gaaska oo suuxo, tabar daro ku dhacdo ama neefsashada dhibto, sida ugu dhaqsaha badan soo wac 112.

Bogga interneta oo giftinformation.se ka akhriso warbixin oo halista ey leedahay isticmaalida boffning.

Haddii aad walwalsantahay ama dooneysid su'aalo na weydiisid la soo xiriir Wakaalada warbaahinta arrimaha sunta [Giftinformationscentralen] : 010-456 67 00

Haddii ey xaalado deg deg tahay, wac 112



Giftinformationscentralen
SWEDISH POISONS INFORMATION CENTRE



Giftinformationscentralen
SWEDISH POISONS INFORMATION CENTRE

Warbixin aad muhiim u ah oo quseeyso carruurta isticmaali boffning.