Xaashida

I S B

indeklima og sundhed på Bellahøj

macluumaadka ka qeybqaataha -

Cimilada gudaha iyo caafimaadka ee Bellahøj (Af Dhaanish: *ISB*)

Ciwaanka: Cimilada gudaha iyo caafimaadka ee Bellahøj - tijaabo dabiici ah oo lagu eegayo doorka ay xaalada gurigu ka ciyaarto caabuqyada habdhsika neefsiga iyo astaamaha cudurada habdhiska neefsiga.

English?

اردو؟

Türkçe?

Soomaali?

عربي؟

Waxaan jeclaan lahayn inaan kugu martiqaadno inaad ka qeybqaadato mashruuc cilmi-baaris cilmiyeed, oo uu hoggaaminayo cilmi-baare sare Jonathan Groot oo ka tirsan Cisbitaalka Herlev iyo Gentofte (COPSAC/Xarunta Xiiqda Dhallaanka ee Denmark). Dukumeentigan macluumaadka ee loogu talagalay qeybqaataha, waxaad awoodi doontaa inaad hesho xog ku saabsan asalka mashruuca.

Kahor inta aanad go'aansan haddii aad rabto inaad ka qeybqaadato iyo haddii kale, waa inaad fahantaa waxa mashruucu ku saabsan yahay, iyo sababta aanu u fulinayno mashruucan. Sidaa darteed waxaan kaa codsan lahayn inaad si taxadar leh u akhrido dukumeentiga macluumaadka ee loogu talagalay ka qeybqaataha. Haddii aad go'aansato inaad ka qeybqaadato , waxaan kaa codsan doonaa inaad saxeexdo foom oggolaansho ah oo qoran. Xasuusnoow inaad xaq u leedahay inaad qaadato wakhti si aad uga baaraandegto inaad saxeexdo foomka oggolaanshaha iyo in kale, kahor inta aanad gaadhin go'aanka kama dambeysta ah.

Ka qeybqaadashada mashruuca waa ikhtiyaari. Waad la noqon kartaa oggolaanshahaaga wakhtiga aad doontid adiga oo aan u baahan in aad qiil u hesho sababta aad uga noqonayso. Jawaababahaaga waxaa lagu daraa jawaababaha ka qeybqaatayaasha kale si loo helo aragtid guud oo ku saabsan saamaynta ay dib u habeyntu guryahu ku leedahay tayada hawada gudaha iyo caafimaadkaaga degane ahaan. Jawaababaha waxaa kaliya lala wadaagaa cilmi-baarayaasha iyo shaqaalaha cilmi-baarista ee xiriir toos ah la leh mashruuca.

Marka la soo koobo

Sannadahan dambe fooqyada dhaadheer ee Bellahøj waxaa ku socday dib u habayn joogto ah, tani waxay keeni kartaa walaac badan iyo farxad waxaanay u badan tahay inay sababto isbeddel ku yimaada cimilada gudaha iyo tayada hawada gudaha.

Waxaan jeclaan lahayn inaan baarno sida cimilada gudaha iyo tayada hawada gudahu (gaar ahaan caaryada iyo qoyaanku) ay u saameeyaan marinnada hawadu marto iyo difaacacaaga jireed. Sida caadiga ah waxa aanu wareysiyada ku qaadi doonaa gurigaaga, laakiin haddii aad doorbido waxaa lagu saamixi doonaa inaad ku buuxiso badi xog-wareysiyada onlayn amaba taleefan. Dhas ururiye yar ayaa la dhigi doonaa gurigaaga. Dhas ururiyaha waxa sida caadiga ah la dhex dhigaa qolka fadhiga, hadhowna wuxuu sheegi doontaa haddii uu gurigu leeyahay wax caaryo ah. Guryaha qaarkood, waxaanu sidoo kale cabbiri doonaa heerkulka, qoyaanka hawada, iyo heerarka CO2. Haddii aad jeclaan lahayd inaad oggaato inaad xasaasiyad leedahay, waxaanu ku marin doonaa baaritaanka xasaasiyada ee maqaarka ee lagu baadho xasaasiyadaha caamka ah ee hawada ku jira. Intaa waxaa dheer, waxaanu bixin doonaa laba baaritaan oo lagu baarayo sambabada: mid lagu cabbirayo shaqeynta sambabadaada iyo mid kale oo lagu oggaanayo calaamadaha suurtagalka ah ee bararka. Gebi

ahaanba mashruuca wuxuu ka dhacayaa gurigaaga, haddii aad doorbidayso in wareysiga lagaaga qaado meel kale mooyaane, ama haddii aad doorato inaad kaga jawaabto xog-wareysiga onlayn ama taleefanka.

Dadka intooda badani waxay bukoodaan inta lagu jiro dhamaadka dayrta iyo jiilaalka, waxaanay qaadaan hal ama in ka badan oo caabuq (tusaale hargab, ifilo, ama COVID-19). Dadka badankiisa, jirradu iskeed ayay iskaga bogsataa, halka kuwa kalena ay jirradu ku noqon karto mid daran.

Cimiladaada gudaha iyo tayada hawadaada gudaha ayaa laga yaabaa inay door ka ciyaaraan inta jeer ee aad jirrooto iyo sida aad dareento marka aad jirrooto. Sidaa darteed, waxaa lagu siin doonaa qalabka baaritaanka sunta iyo walxaha shisheeye kuwaas oo aad isticmaali karto si aad isku baarto inta uu socdo mashruucu, haddii aad isku aragto astaamaha lamid ah kuwa caabuqa. Baaritaanada sunta iyo walxaha shisheeye waxay kuu sheegi karaan haddii aad qabto mid ka mid ah caabuqyada fayrasku keeno ee ee caamka ah inta lagu jiro billaha jiilaalka (ifilada A iyo B, RSV, iyo COVID-19). Haddii lagaa helo mid ka mid ah kuwan, waxaad noo sheegi kartaa tan marka aan kaa wareysano inta jeer ee aad isku aragtay labadii bilood ee ugu dambeysay (laga yaabaa ilaa afartii) gudahood. Marka laga yimaado wax ka weydiinta caabuqyada, waxaan sidoo kale ku weydiin doonaa astaamaha xiiqda ama xasaasiyadda ee laga yaabo inaad qabtay.

Jawaabahaaga waxaa loo tixgelin doonaa qarsoodi ahaan oo sinaba saameyn uguma yeelan doonaan xaaladdaada guriyeynta ama ma beddeli doonaan inaad la xiriirto dhakhtarkaaga guud ama adeegyada kale ee daryeelka caafimaadka. Jawaabahaaga lalama wadaagi doono maamulka, degmada, ama cid kasta oo aan ku lug lahayn mashruuca, waxaana loo isticmaali doonaa oo kaliya ujeedooyin cilmi baariseed. Waad la noqon kartaa oggolaanshahaaga wakhtiga aad doontid.

Haddii aad ku sii jirto mashruuca, waxaanu ku soo booqan doonaa mar labaad 2026. Booqashada ugu dambeysa ee la qorsheeyay waa 2027/2028. Waxaan filaynaa inaan dhameyno mashruuca 2028. Waxaan rajeyneynaa in aan helno ka qeybqaatayaal ku filan si ay u soo gubidyaan xog wanaagsan oo ku saabsan sida ay cimilada gudaha iyo tayada hawada gudaha ee Bellahøj ay u saameeyaan caafimaadkaaga degane ahaan, marka laga hadlayo caafimaadka habdhiska neefsiga iyo astaamahiisa. Sidaa darteed aad ayaan uga mahadcelineynaa haddii adiga iyo dad badan oo kale oo degan Bellahøj, aad ka qeybqaadataan mashruucan. Markasta oo ay ka qeybqaatayaasha mashruucu bataan, kalsoonida aanu ku qabno waxyaabaha ka soo baxaana waa ay badan doontaa.

Macluumaadka xiriirka

Hoggaamiyaha mashruuca ee mas'uulka ka ah mashruuca cilmi-baarista
Jonathan Groot
Xarunta Dansk BørneAstma
Cisbitaalka Herlev iyo Gentofte
Ledreborg Allé 34
2820 Gentofte
Iimayl: jonathan.groot@regionh.dk
Taleefan lambar: 38 67 41 39

Ujeeddada ISB

Cilmi-baaris hore ayaa muujisay in cimilada gudaha iyo tayada hawada gudaha ay saameyn ku yeelan karaan halista qaadista xiiqda, xasaasiyaddaha iyo caabuqyada. Haddii uu gurigu leeyahay caaryo iyo qoyaan, waxaa laga yaabaa inaad astaamaha ku aragto sanka, cunaha iyo sambabada, wayna adkaan kartaa in la kala saaro jirrooyinka. Sidoo kale way adkaan kartaa in la oggaado qoddobka jawiga gudaha ee saameynaya cuduradan. Caaryada iyo qoyaanku way ku dhici karaan dhammaan dhismayaasha iyo guryaha laakiin inta badan waxaa laga helaa dhismayaasha da'da weyn iyo kuwa aan si wanaagsan loo dahaadhin. Taasi waa sababta aan rabno inaan u baarno waxa dhaca marka dhismayaasha dib loo habeeyo waxaanay u badan tahay in cimilada gudaha iyo tayada hawada gudaha ay hagaagaan. Waxaan si gaar ah u daneynaynaa caaryada iyo qoyaanka iyo faraqa u dhexeeya guryaha dib loo habeeyay iyo kuwa aan weli dib loo habayn.

Waxaan rabnaa inaan fiiro gaar ah siino cimilada gudaha iyo tayada hawada gudaha iyo caafimaadka dadka degan guryaha raqiiska ah - ee ku yaala Bellahøj Waxaanu taas sameyn doonaa annagoo darsayna saameynta uu dib u habeynta dhismaha ee joogtada ah uu ku leeyahay cimilada gudaha iyo tayada hawada gudaha ee guryaha. Waxaan rajeynaynaa in cimilada gudaha iyo tayada hawada gudahu ay hagaagto. Laakiin waxaan sidoo kale jeclaan lahayn inaan diiwaangelino haddii aad isku aragto astaamaha xitaa kadib marka guriga si buuxda dib u habayn loogu sameeyo. Waxaan nahay koox xeeldheerayaal ah oo ku takhasusay guryeynta, cimilada gudaha iyo tayada hawada gudaha, xiiqda, xasaasiyadaha iyo caabuqyada. Taasi waa sababta mawduucyadani ay xiiso gaar ah noogu leeyihiin. Laakiin sidoo kale waxaa muhiim noo ah inaad adiguna u aragto mashruuca mid macno leh.

Ujeeddadu waa in la awoodo in laga jawaabo su'aasha ah haddii dib u habaynta iyo cimilada gudaha iyo horumarinta cimilada gudaha iyo tayada hawada gudahu ay sababaan hoos u dhaca caabuqyada habdhiska neefsiga iyo astaamaha cudurada habdhiska neefsiga. Waxaanu ka baari doonaa tan dadka waaweyn iyo carruurta da'doodu u dhaxayso 0-10 sanno, labadaba. Marka laga yimaado ujeeddada koowaad ee mashruuca, waxaan jeclaan lahayn inaan isticmaalno xogta mashruucan mustaqbalka, si aan uga jawaabno su'aalaha kale ee cilmiyeed ee lagu xallin karo xogtan.

Qorshaha mashruuca

Luuqadaha iyo isgaarsiinta: Af dhaanish, Ingiriisi, Urdu, Carabi, Soomaali, Turki

Waxaa muhiim noo ah inaad ka qeybqaadan karto xitaa haddii aanad si fiican ugu hadlin Af dhaanishka Inta uu socdo mashruucu, waxa aanu kuu wareysan doonaa si fool-ka-fool ah anagoo kaashanayna xog-wareysiyada, laakiin waxa kale oo jiri doona ikhtiyaarka ah in lagaa wareysto taleefanka ama aad iskaa onlayn uga jawaabto xog-wareysiyada.
Waxaan qaadan doonaa wakhtiga iyo agabka loo baahan yahay si aan u xaqiijino inaad dareentay inaad heshay oo aad fahantay dhammaan macluumaadka khuseeya xog-wareysiga. Waxa aanu sida caadiga ah ku qaadi doonaa wareysiyada af dhaanish ama Ingiriisi, laakiin haddii aad doorbidayso in lagugu wareysto Urdu, Carabi, Soomaali ama Turki, waxaanu ku qaadi doonaa wareysiga luqadda aad rabto. Haddii adiga ama annagu aynu rumaysanahay in aanay suurtogal ahayn in la dhammaystiro wareysiga iyada oo aanay dhicin dhibaato xagga isgaadhsiinta ah, waxaanu joojin doonaa ama dooran doonaa inaanan bilaabin wareysiga, maadaama ay muhiim noo tahay in jawaabahaaga si sax ah loo diiwaangeliyo. Waxaan taas beddelkeeda kaaga mahadcelin doonaa daneyntaada ka qeybqaadashada waxaanan ka cudur daaran doonaa in aanu awoodi weynay in aanu kaaga qaadno wareysiga ama xog-wareysiga luqad aad taqaano.

Haddii mustaqbalka, aanku darno mashruuca luqad aad taqaano, mar labaad ayaan kula soo xiriiri doonaa. Wareysiga waxaa lagu diiwaangelin doonaa keydka macluumaadka isagoo ku qoran Af Dhaanish, xitaa haddii aad kaga jawaabto su'aalaha Ingiriisi, Af Dhaanish, Urdu, Carabi, Soomaali ama Turki. Waxaan sidan u sameynaa si aan u xaqiijino in xog ururinta loo sameeyo si ammaan ah oo qarsoodi ah, si looga baaqdo khatarta inay arkaan dadka aan xidhiidhka la lahayn mashruuca haddii jawaabaha waraaqo caadi ah lagu qoro.

Wareysiga xog-ururinta

Kulanka xog-siinta, ka qeybqaadashada hordhaca ah, iyo wareysiga koowaad waxa la qaadi doonaa inta u dhaxeysa Ogosto iyo Disembar. Waxaan isku dayi doonaa inaan ka qeybqaadashiino oo aan wareysi la yeelano dad badan hadba intii suurogal ah muddada gaaban ee u dhaxeysa (Sebtembar ilaa Noofambar). Laakiin ka qeybqaatayaasha ugu horreeya ee xilli kasta oo xog ururin la sameynayo ayaa la wareysan doonaa marka koowaad bisha Ogos, halka ka qeybqaatayaasha ugu dambeeyana la waraysan doono marka koowaad bisha Disembar.

Wareysiga ugu horeeya waa caadi ahaan lagu qaban doonaa gudaha gurigaaga. Waxa kale oo aad dooran kartaa in lagugu wareysto meel kale, taleefanka, ama aad kaga jawaabto xog-wareysiga onlayn. Haddii ay jiraan dhowr qof oo waaweyn oo ku nool guriga, waa inaad qorsheysaa wakhti yar oo wareysi lagula yeesho mid kasta. Dhib uma aragno inaan mar kale kugu soo laabano, haddii aysan dhamaan dadku xaadir ahayn wakhti isku mid ah.

Wareysiga koowaad wuxuu qaadan doonaa qiyaastii 20-30 daqiiqo. Wareysiyada xiga ee lala yeelanayo dadka waaweyn ee kale ee ku nool gurigu waxay qaadan doontaa wakhti intaas ka yar. Haddii wareysiga lagu qaado Urduu, Carabi, Soomaali ama Turki, waxay u badan tahay inay qaadan doonto wakhti dheeraad ah, maadaama aanu si talantaali jawaabahaaga ugu turjumi doono Af Dhaanish si aanu u galino keydka elektaroonigga ah.

Waxaanu gelin doonaa oo ku keydin doonaa jawaabahaaga keyd-xogeed sugan. Bilawga wareysiga, waxa aad heli doontaa nuqulka xog-wareysi madhan oo ku qoran luqadda wareysiga lagu qaadayo (Af Dhaanish, Ingiriisi, Urdu, Carabi, Soomaali, Turki). Xog-wareysigan madhani waxa uu u nidaamsan yahay isla markaana leeyahay jawaabo lamid ah kuwa aan galinayno keydka xogta. Waxaanu sidoo kale ku weydiin doonaa macluumaad guud oo ku saabsan naftaada, caafimaadkaaga, iyo sida aad u isticmaasho gurigaaga, iwm. Foomka xog-ururinta ee madhan waxa laga heli karaa onlayn boggayaga internetka isaga oo ku qoran af Dhaanish, Ingiriisi, Urdu, Carabi, Soomaali iyo Turki (https://bornogastma.dk/indeklimaogsundhedpaabellahoej/), si aad hore ugu sii fiirsato si aad u aragto waxa uu xambaarsan yahay.

Haddii aan la kulano cillado farsamo oo xagga keyd-xogeedka elektaroonigga ah, wareysigu waxaa lagu sii wadi doonaa nuqulka warqada ah ee xog-wareysiga. Isla sidaas oo kale ayaynu sameyn karnaa haddii adiga ama annaga aan doorbidno inaan wareysiga qaadno anagoo adeegsanayna nuqulka warqada ah ee xog-wareysiga. Nuqulka warqada ah ee xog-wareysiga ayaa markaas la gelin doonaa keyd-xogeedka, kadibna warqada ah ayaa la jarjari doonaa.

Waxaan ku wareysan doonaa inta lagu jiro dabayaaqada xilliga dayrta/jiilaalka iyo Abriil. Wareysiyadan, waxaan kugu weydiin doonaa haddii aad isku aragtay wax jirrooyin ama astaamo ah labadii bilood ee la soo dhaafay. Waxaan tan sameyn doonaa laba jeer, oo ay u dhaxeeyaan ku dhawaad 2 bilood (tusaale, billaha Jenewari

iyo Maarij). Haddi ay taasi suurtogal noqon waydo, waxaanu isku dayi doonaa inaanu ku wareysano hal mar 4 bilood kadib. Waxa aad heli doontaa baaritaanada sunta iyo walxaha shisheeye jadwal/xasuus-qor si aad ugu qorto wixii astmaaho ah inta lagu jiro xilliga dayrta/jiilaalka iyo Abriil. Marka aanu ku weydiino jirrooyinka iyo astaamaha, waxaanu sidoo kale ku weydiin doonaa haddii aad isticmaashay mid ama dhowr ka mid ah baaritaanada sunta iyo walxaha shisheeye iyo iyo waxa ay muujisay/muujiyeen. Sida caadiga ah, waxaanu mar labaad kugu soo booqan doonaa gurigaaga, laakiin waxa kale oo aad fursad u heli doontaa inaad na soo ogeysiiso haddii aad doorbidayso in lagugu wareysto taleefanka ama taa beddelkeeda aad rabto inaad kaga jawaabto xog-wareysiga onlayn adigoo adeegsanaya lingaxa iimeyl ama SMS laguugu soo diro. Haddii aad guurto muddada mashruucu socdo oo ka guurto guri aan weli dib loo habeyn una guurto guri dib loo habeeyay, waxaan ku celin doonaa wareysiga koowaad (ee ku saabsan guryeynta iyo cimilada gudaha iyo tayada hawada gudaha). Waxaan ku celin doonaa wareysiga ku saabsan jirrooyinka iyo astaamaha, markasta oo la gaadho dabayaaqada dayrta/jiilaalka ilaa 2028 - taas oo ah, wadar ahaan ah, saddex dabayaaqood oo xilliyada dayrta/jiilaalka ah, oo ay ku jirto Abriil.

Waxaan ka heli doonaa macluumaadka ku saabsan gurigaaga iskaashatooyinka guryeynta ama laamaha maxaliga ah ee iskaashatooyinka guryeynta, ama xogta guud ee la heli karo baraha dadweynaha, (tusaale, cabbirka, tirada qolalka, nooca dib u habeynta la sameeyay, haddii ay jirto wax tirtirida caaryada ama dayactir waxyeellada ay keenaan biyahu oo la sameeyay ka hor ama intii aad ku noolayd guriga, iyo taariikhaha ka soo guurtay guri kale una soo guurtay gurigan). Si kastaba ha ahaatee, kama soo qaadan doono wax xog ah oo shakhsiyeed oo lagugu aqoonsan karo iskaashatooyinka guryeynta ama laamaha maxaliga ah ee iskaashatooyinka guryeynta (tusaale. cabashooyinka shakhsiyeed ee ka yimaada adiga ama dadka kale).

Haddii aad leedahay hal ilmo (ama laba) oo ka yar da'da 11 ka oo ka qeybqaadanaya mashruuca, waxaa lagaa codsan doonaa inaad ka jawaabto dhowr su'aalood oo ku saabsan ilmahaaga ama carruurtaada. Looma baahna inay iyagu iskood uga jawaabaan. Waxa ay noqon doontaa wareysi gaaban oo ku saleysan xog-wareysi ku saabsan caafimaadka ilmaha, kaas oo la sameyn doono marka lagu wareysto ee ugu horeysa. Waxa kale oo lagu weydiin doonaa inaad ka jawaabto su'aalo ku saabsan cudurrada iyo astaamaha ilmaha ee xilliga jiilaalka, marka sidoo kale lagu wareysto/ka jawaab su'aalaha ku saabsan cudurrada iyo astaamaha. Laguma weydiin doono natiijada baaritaanka sunta iyo walxaha shisheeye, maadaama baaritaanka sunta iyo walxaha shisheeye loogu talagalay inay isticmaalaan oo kaliya dadka waaweyn ee ka qeybqaadanaya mashruuca.

Cabbiraadaha cimilada gudaha iyo tayada hawada gudaha

Waxaanu isticmaali doonaa dhas ururiye si aanu u oggaano dhaska gurigaaga. Rakibaada dhas ururiyahu waxay u lagama maarmaan ka dhigaysaa gelitaanka

gurigaaga, laakiin kaliya waxaan u baahanay aagga fadhiga. Haddii aad oggolaato, waxaa lagu rakibayaa meel ka mid ah fadhiga (jikada, fadhiga, ama qolka cuntada) waxaanuu dhulka ka sareynayaa 1.5 mitir. Haddii lagu rakibo qolka jiifka ama meel kale, waxaa laguu oggolaan doonaa inaad iskaa u rakibto, ka dib marka lagu siiyo tilmaamo. Waxaanu qaadi doonaa dhas ururiyaha 2-4 toddobaad kadib, marka hore, waxaanu ku keydin doonaa qaboojiyaha COPSAC, Cisbitaalka Herlev iyo Gentofte. Kadib waxaa loo diri doonaa Jaamacadda Aarhus, halkaas oo lagu keydin doono ilaa inta laga baarayo fangas iyo bakteeriyada iyo waxyaabaha kale. Mustaqbalka, dhas ururiyayaashan waxa kale oo loo isticmaali karaa in lagu oggaado joogitaanka takfida ee guriga (xayawaan yaryar oo aan lagu arki karin isha laakiin keeni kara xasaasiyad iyo cuncun).

Heerkulka, qoyaanka hawada, iyo heerarka CO2 ayaa lagu qaadi doonaa qalabka loogu yeero diiwaangaliyayaasha cimilada gudaha kuwaas oo lagu xidhay fiishta dabka ee guriga ee qolka fadhiga ama qolka cuntada waana inay fiishta ku xidhiidhsanaataa 2-4 toddobaad. Waxaa la doorbidayaa in tan la sameeyo isla toddobaadyada ay dhas ururiyayaashu dhaska ururinayaan. Maadaama ay xaddidan yihiin tirada diiwaangaliyayaasha cimilada gudaha ee aan haysano hadda, waxay u badan tahay in aanay suurtogal noqon doonin in la cabbiro cimilada gudaha ee dhammaan guryaha. Diiwaangeliyayaasha cimilada gudaha ayaa markaa ka dib la falanqeyn doonaa waxaanay gacan ka geysan karaan in si cad loo fahmo cimilada gudaha iyo tayada hawada gudaha ee gurigaaga.

Baaritaanka xasaasiyadda marin-haweedka (ee jidhka toos loo siiyo xasaasiyad) iyo baaritaanka sambabada

Waxaan ku marin doonaa baaritaanka xasaasiyadda marin-haweedka ee xasaasiyadaha caamka ah ee la neefsado, baaritaanka xaalada sambabada, iyo nooca baaritaanka bararka sambabada (FeNO).
Marka la isku daro, baaritaanadani waxay qaataan ilaa 20 daqiiqo in la dhamaystiro. Baaritaanka xasaasiyaddu wuxuu cabbiraa haddii aad falcelin maqaarka ah ka qaado dhowr ka mid ah xasaasiyadaha ugu caamsan ee hawada ku jira, kadib marka maqaarkaaga si tartiib ah loogu mudo. Baaritaanka xaalada sambabada ayaa cabbiri kara haddii aad shaqada sambabada fiican tahay marka loo eego waxa laga filayo, ama haddii ay jiraan calaamado muujinaya hoos u dhaca shaqada sambabada. Baaritaanka bararka sambabada (FeNO) ayaa inta badan la isticmaalaa marka ay jiraan astaamaha xiiqdu waxaanuu cabbiraa bararka. Baaritaanadani beddel uma noqon karaan baaritaanka caadiga ah ee uu sameeyo dhakhtar, sidaa darteed waxaanu kugu dhiirigelinaynaa inaad la xidhiidho dhakhtarkaaga guud haddii baaritaanadu muujiyaan xasaasiyad ama shaqada sambabada oo yaraatay.

Haddii aad haysatid hal ilmo (ama laba) kuwaas oo ka qeybqaadanaya mashruuca, waxay ka qeyb ka noqon doonaan - ilaa iyo inta suurtogalka ah -, go'aanka ka

gaadhista baaritaanada aan soo sheegnay ee ay rabaan inay maraan. Kaliya carruurta da'doodu u dhaxeyso 3 ilaa 10 sanno ayaa mari kara baaritaanka xasaasiyada maqaarka halka carruurta da'doodu u dhaxeyso 6 ilaa 10 sanno ay mari karaan baaritaanka xaalada sambabada iyo baaritaanka bararka sambabada. Haddi u ilmahaagu uusan rabin inuu maro baaritaanka xasaasiyada ee maqaarka, ama aanuu rabin in lagu sameeyo baaritaanka xaalada sambabada ama bararka sambabada, waa la tixgelin doonaa rabitaankooda, xataa haddii *aad* bixisay oggolaanshahaaga in baaritaanka lagu sameeyo. Haddii aad weli jeclaan lahayd in baaritaanka la sameeyo walow uusan ilmahaaga rabin, tusaale. maadaama aad ka walaacsan tahay inay xasaasiyad yeelan karaan, waxaa lagugula talin doonaa inaad la xiriirto dhakhtarkaaga guud.

Baaritaanka sunta iyo walxaha shisheeye iyo xusuus-qorka caabuqyada iyo astaamaha

Laba bilood ka hor mar kasta oo aan ku wareysanayno (ilaa xilliga dabayaaqada dayrta/xilliga jiilaalka iyo Abriil), waxaanu xaqiijin doonaa inaad marto 3 ilaa 6 baaritaanka sunta iyo walxaha shisheeye ah kuwaas oo kuu sheegi kara haddii aad qabto caabuqa ifilada A iyo B, RSV, iyo COVID-19. Kahor intaanad isticmaalin baaritaanka sunta iyo walxaha shisheeye, waxaad heli doontaa tilmaamo ku saabsan sida loo isticmaalo loona fasirto.

Waxaan kaa codsan doonaa inaad isticmaasho hal baaritaan mar kasta oo aad jirrooto. Taas waxa laga wadaa haddii aad isku aragto astaamahan amaba kuwo kale waxaan rajeyneynaa inaad sameyn dooonto baaritaanka sunta iyo walxaha shisheeye.

- Madax xanuun
- Xanuun iyo jir xanuun iyo dareen caafimaad daro/jirro
- Hargab
- Qufac
- San cabudh ka saaris
- San cabudh
- Hindhiso
- Cunne xanuun
- Astaamaha xasaasiyadda, ilaa aad hubto in ay sabab u tahay xasaasiyadu mooyee
- Neefsashada oo adkaata
- Hiinraag
- Jirro/xannuun
- Qandho

I S B
indeklima og sundhed på Bellahøj

Waa ikhtiyaari adeegsiga qalabka baaritaanku, waana mas'uuliyaddaada inaad u isticmaasho qalabka baaritaanka si waafaqsan tilmaamaha. Waxaan sidoo kale ku siin doonaa jadwal/xasuus-qoraal, kaas oo aad ku qori karto astaamaha iyo jirrooyinka.

Haddii aad haysato hal ilmo (ama laba) oo lagu soo daray mashruuca, waxaanu sidoo kale kaa codsan doonaa inaad qorto wixii astaamo iyo jirrooyin ah ee laga yaabo inay qabaan. Baaritaanada sunta iyo walxaha shisheeye waa in aan lagu baarin ilmahaaga, laakiin waa inaad isku baarto adiga oo kaliyi. Inkasta oo baaritaanka si taxadar leh loogu baari karo carruurta, haddana mashruucu ma laha masuuliyadda xaqiijinta in carruurta si sax ah oo aan dhib ku keenin muunad looga qaado.

Faa'iidooyinka Mashruuca

Mashruucu waxa uu ku siin karaa xoogaa xog ah oo ku saabsan caafimaadkaaga iyo cimilada gudaha iyo tayada hawada gudaha ee gurigaaga.
Haddii aad ka qeybqaadato baaritaanka xasaasiyadda iyo cabbiraada sambabada, waxaad heli kartaa natiijo degdeg ah oo muujinaysa haddii aad leedahay astaamaha xasaasiyadda, shaqada sambabada oo yaraatay, ama calaamadaha caabuqa sambabada. Si kastaba ha ahaatee, macluumaadkan looguma talogalin inuu galo booskii baaritaanka uu sameeyo dhakhtar waana inaad la xiriirtaa dhakhtarkaaga guud haddii aad u baahan tahay in laguu baaro habab kale ama lagu daaweeyo. Marka aan falanqeyno xogta mashruuca, waxaan awoodi doonaa inaan sheegno haddii ay jiraan wax kala duwanaansho ah oo ku yimaada astaamaha cudurada habdhiska neefsiga marka dhismayaasha dib loo habeeyo.
Maadaama carruurta da'doodu u dhaxeyso 0-10 sanno ay ku jiraan, waxaanu heli doonaa fursad aanu ku baadhno haddii ay caruurtu si gaar ah ugu nugul yihiin inay qaadaan caabuqyo badan (ama xasaasiyad ama xiiq) oo ay sababeen cimilada gudaha ama tayada hawada gudaha oo liidata. Tani waxay si gaar ah u khuseysaa maadaama carruur badan oo yaryar ay badanaa saameeyaan caabuqyada habdhiska neefsiga, xasaasiyadaha iyo xiiqdu.

Mashruucu wuxuu ina siin doonaa xog ku saabsan sida cimilada gudaha iyo tayada hawada gudahu ay saameynta ugu leedahay dib u habeyntu iyo sida qofka guriga degani uu u isticmaalo guriga. Waxay qaadan kartaa inta u dhaxeysa hal ilaa dhowr sanno ka hor inta aanad helin natiijooyinka fangaska iyo baarista bakteeriyada, maadaama ay u baahan yihiin in marka hore la falanqeeyo. Haddii aad ka mid tahay kuwa loo soo bandhigay in gurigooda lagu dhejiyo diiwaangaliyaha cimilada gudaha oo aad taas oggolaato, waxaad warcelinta heli doontaa marka diiwaangeliyaha cimilada gudaha la falanqeeyo.

Aqoon cusub oo ku saabsan sida uu gurigu u saameeyo caafimaadka ayaa ay dad badani ka faa'iidaysan doonaan. Khaasatan, waxaan awood u yeelan doonaa inaan si sax ah u oggaano inta ay le'eg tahay saameynta uu gurigu ku leeyahay caabuqyada habdhiska neefsiga iyo astaamaha cudurada habdhiska neefsiga marka dad ku filani ka qeybqaataan.

Waxyaabaha mudan in la oggaado - 'il ma qabaytiga'

Ma jiri doonaan muunado jirka laga qaadi doono

Kaagama qaadi doono muunadaha jirka mashruucan.
Adiga ayaa mas'uul ka ah inaad si xilkasnimo leh qashinka u raaciso qalabka baaritaanka sunta iyo walxaha shisheeye ee lagu siiyo. Haddii aad sawirtid natiijada baaritaanka sunta iyo walxaha shisheeye, waanu soo dhaweyn doonaa inaad na tustid sawirka marka aan ku wareysaneyno, laakiin shuruud maaha caddeynta sawirka ah. Natiijooyinka baaritaanku wax saameyn ah kuma yeelan doonaan waxa aad sameyn karto ama aanad sameyn karin inta uu socdo mashruucu ama nolol maalmeedkaaga.

Walxaha loo adeegsado baaritaanka xasaasiyadda (baaritaan xasaasiyada ee maqaarka) ayaa ay si degdeg ah u tuuri doonaan shaqaalaha cilmi-baaristu lamana keydin doono. Kaliya natiijada baaritaanka ayaa ay diiwaangelin doonaan shaqaalaha cilmi-baaristu. Walxaha loo adeegsado baaritaanka xaalada sambabada ayaa sidoo kale la tuuri doonaa natiijadana waxaa sidoo kale diiwaangelin doona shaqaalaha cilmi-baarista.

Kaliya shaqaalaha cilmi-baarista ee xiriirka la leh mashruuca ayaa heli doona natiijooyinka baaritaanka iyo dhas ururiyaha iyo xogta lagugu aqoonsan karo ee meesha laga keenay dhas ururiyayaasha. Si kastaba ha ahaatee, cilmi-baarayaasha aan ka tirsanayn mashruuca ayaa falanqeyn doona maryaha, iyaga oo aan garanayn guriga laga keenay.

Waxyeellooyinka weheliya, khataraha, dhibaatooyinka iyo carqaladaha

Baaritaanka sunta iyo walxaha shisheeye waa inaad u adeegsataa sida lagu faro waana in la dhigaa meel aanay carruurtu gaadhi karin. Waa in aan la baarin ilmaha

waana in laga fogeeyaa muunada baaritaanka sunta iyo walxaha shisheeye. Ma jiraan wax saameyn, khatar, ama dhibaatooyin la og yahay oo la xiriira adeegsiga baaritaanka sunta iyo walxaha shisheeye, haddii tilmaamaha la qeexay la raaco.

Qalabka baaritaanka oo dhan waa in laga fogeeyaa carruurta yaryar (iyo xayawaanka rabaayada ah) ee guriga jooga, maadaama laga yaabo inay si khaldan u isticmaalaan suufka iyo muunadaha. Sidaa darteed waa mas'uuliyaddaada inaad isticmaasho baaritaanada sunta iyo walxaha shisheeye adigoo si buuxda u raacaya tilmaamaha waana inaad ku baarto naftaada oo keliya. Waxaan si kal iyo laab ah kuu tusi doonaa qaabka loo adeegsado baaritaanka sunta iyo walxaha shisheeye marka aan ku soo booqano, haddii aanad hubin waxa sharaxaada ku qoran ama sida loo isticmaalayo. Haddii uu dareere kaa galo indhahaaga, raac tilmaamaha. Mas'uul kama nihin si khaldan u adeegsiga baaritaanka sunta iyo walxaha shisheeye. Tusaale ahaan, waa in si taxadir leh saambalka looga soo qaado sanka waana in aan lagu fogayn sanqaroorka. Haddii aanad hubin qaabka loo isticmaalo, waad nala soo xidhiidhi kartaa si aanu kuu siino macluumaad dheeraad ah kuuna tusno. Haddii aad weli shaki ka qabto qaabka baaritaanka sunta iyo walxaha shisheeye loo isticmaalayo, waa inaadan isticmaalin ka hor inta aanad kalsooni buuxda ku qabin. Waxaanu kugu dhiirigelinaynaa inaad isticmaashid qalabka baaritaanka sunta iyo walxaha shisheeye haddii aad xanuunsato, haddii aysan dhib kugu ahayn oo aad u samayn karto baaritaanka si waafaqsan tilmaamaha. Adeegsiga qalabka baaritaanka sunta iyo walxaha shisheeye inta uu socdo mashruucu waa ikhtiyaari.

Dhas ururiyayaasha iyo diiwaangaliyayaasha cimilada gudaha waa qalab yar oo aan loo waayayn meel la dhigo laakiin waxa laga yaabaa inaanad jeclaysan ku dhejintooda guriga. Baaritaanka xasaasiyada ee maqaarku waxay ku keeni kartaa xanuun yar gacanta, marar dhif ahna, waxay u horseedi kartaa fal-celin xasaasiyadeed oo daran. Waxaanu xidhiidh la leenahay Cisbitaalka Herlev iyo Gentofte, dhamaan shaqaalaha sameynaya baaritaanada xasaasiyada ee maqaarku waxa ay qaateen tobabar dhameystiran. Baaritaanada sambabada waxa lagu sameeyaa tubooyin balaastig ah oo cusub isla markaana nadiif ah, ka qeybqaate kastana waa u gaar qalabkiisu, sidaa awgeedna ma jirto khatarta in qofku qaado caabuqa xanuunada dadka kale.

Mashruucu wuxuu u baahan doonaa gelitaanka gurigaaga si loo soo qaado cabbirka cimilada gudaha. Mashruucu waxa uu qaadaan doonaa qeyb kamid ah wakhtigaaga waxaana laga yaabaa inuu culays yar kugu noqoto.
Intaa waxa dheer, waxa jiri kara khataro iyo culaysyo aan hore loogu sii xisaabtamin oo la xidhiidha mashruuca.

Mashruucu waa inuusan beddelin xiriirka aad la leedahay dhakhtarkaaga guud

Waxaan kugu dhiirigelineynaa inaad la xiriirto dhakhtarkaaga guud haddii aad isku aragto astaamo ama jirrooyin u baahan kara hanaanka baaritaanka cudurka ama daaweynta. Mas'uul kama nihin daaweynta ama oggaanshaha cudurka ee mashruuca. Natiijooyinka ka soo baxa baaritaannada sunta iyo walxaha shisheeye, baaritaanada xasaasiyada ee maqaarka, ama baaritaanka sambabada waa in loo tixgeliyaa inay yihiin tilmaamid kaliya. Haddii aanad hubin waxa ay tahay inaad sameyso, waxaan kugula talinaynaa inaad la tashato dhakhtarkaaga guud ama aad tixraacdo macluumaadka laga heli karo maamulka caafimaadka. Natiijooyinka baaritaanka sunta iyo walxaha shisheeye had iyo jeer ma aha kuwo la isku halleyn karo sida baaritaannada kale qaarkood, markaa kuwaas waa inaan lagu saleyn go'aannada lagu raadsanayo gargaar caafimaad ama daryeel. Fadlan raac tallooyinka khuseeya jirrada, waxay doonaanba ha noqdaan natiijooyinka baaritaankuye.

Xogta diiwaanka

Haddii aad na siiso lambarkaaga CPR, waxaan rabnaa inaan fursad u helno inaan ku xirno xogta ISB waxa loogu yeero mashruuca diiwaangelinta, kaas oo isticmaala xogta ku qoran diiwaanka Denmark marka aad, tusaale ahaan, isbitaal laguu dhigo ifilo. Xogta diiwaanku waa xog bilaa magac ah, natiijooyinkana waxaa loo oggol yahay in lagu muujiyo koox ahaan oo kaliya, si aan shakhsiyaadka loo aqoonsan karin natiijo kasta oo la falanqeeyo. Mashruuca diiwaangelinta, waxaanu ku sameyn karnaa falanqeynta sida haddii ay jiraan isbeddelo ku yimaadda xiriirka daryeelka caafimaadka ama adeegyada daryeelka caafimaadka inta lagu jiro dib u habeynta. Diiwaanada ay kamidka yihiin Diiwaanka Daawo-qorista Qaranka ee Denmark, Diiwaanka Bukaanka Qaranka ee Denmark, Diiwaanka Dadweynaha ee Denmark, Diiwaanka Waxbarashada ee Denmark, Diiwaanka CPR, iyo Keyd-xogeedka Maykrobayoolajiga ee Denmark ayaa laga yaabaa in lagu daro falanqeyntan. Mashruuca diiwaangelintu waa mashruuc gaar ah oo laga abuurayo Jaamacadda Copenhagen, waxaanad naga codsan kartaa in aanaan ku xidhin xogtaada mashruuca diiwaangelinta, xataa haddii aad ka qeybqaadato ISB.

Ka shaqeynta xogta

Dhammaan xogta waxaa looga shaqeyn doonaa oo loo maareyn doonaa si qarsoodi ah oo ammaan ah, mana awoodi doontid inaad iska aqoonsatid natiijooyinka daraasadda. Mashruucu wuxuu u hoggaansan yahay sharciyada khuseeya ee ka shaqeynta xogta shakhsiyeed, sida ku cad xeerarka ilaalinta xogta iyo sharciyada ilaalinta xogta (ku eeg af Dhaanish, "Lov om behandling af sundhedsoplysninger", "Databeskyttelseloven" iyo "Databeskyttelseforordningen").

Ka saarida iyo ka bixida daraasadda

Waxaad ka qeybqaadan kartaa haddii aad gaadhay 18 sanno oo aad degan tahay Bellahøj, mid ka mid ah guryaha fsb, AAB, AKB ama SAB I iyo II. Sidoo kale waad ka qeybqaadan kartaa, xitaa haddii aad qorsheynayso inaad guurto Haddii aad leedahay

ilmo (ama carruur) da'doodu u dhaxeyso 0 iyo 10 jir, ilaa laba ka mid ah carruurta da'dan ah ayaa ka qeybqaadan kara. Tani waxay u baahan tahay in oggolaansho qoran laga helo mid ka mid ah mas'uuliyiinta/waalidiinta sharciga ah ee ilmaha, maadaama mashruucu uu yahay mid wax yar lagu sameynayo ilmaha. Si kastaba ha ahaatee, waa *inaan* saambal laga qaadin ilmaha, waxaanan ku weydiin doonaa oo kaliya da'dooda, jinsigooda, caafimaadkooda, lambarkooda CPR, astaamaha iyo jirrooyinka habdhiska neefsiga, iyo jirrooyinkii hore ee ku dahcay.

Waxaad la noqon kartaa oggolaanshahaaga iyo ka aad ku metelayso ilmahaaga wakhtiga aad doontid, waxaanad codsan kartaa in xogtaada ama xogta ilmahaaga la tirtiro. Mar kasta oo aad ka qeybqaadato wareysi ama xog ururin, waxa kale oo aad haysataa ikhtiyaarka inaad sheegto rabitaankaaga inaadan wakhti dambe ka qeybqaadan iyada oo aan xogtaada la tirtirin. Haddii aad dooratid ikhtiyaarkan, waxay la dhigan tahay in wixii hadda ka dambeeya *aanaan kaala soo xidhiidhi doonin* wixii ku saabsan ka qeybqaadashada wareysiyada iyo xog ururinada cusub, laakiin xogtaada waxaanu u *haysan doonaa* si aan u falanqeyno.. Weli waan kula soo xiriiri doonaa haddii aanan hubin haddii aad rabto inaad gebi ahaanba ka baxdo mashruuca ama aanad rabin inaad ka qeybqaadato qeybaha mashruuca ee mustaqbalka. Waa inaad warqad u qortaa jonathan.groot@regionh.dk haddii aad rabto inaad ka baxdo, ama haddii aad rabto in aan lagaala soo xidhiidhin ka qeybqaadashada mashruuca ee mustaqbalka. Uma baahnid inaad sababayso go'aankaaga, laakiin waxaan jeclaan lahayn inaan diiwaangelino sababta haddii aad raali ka tahay inaad sheegto. Tusaale ahaan, wax bay noo taraysaa haddii aad noo sheegto in aanad ku qanacsanayn ikhtiyaarrada luqadda ee aan kuu soo bandhignay inaan kugu wareysanno. Waxaan haysan doonaa xog yar ((waxaa suurtagal ah inay xogtaas kamid ahaadaan lambarka CPR haddii aad na siisay), aqoonsiga ka qeybqaataha mashruuca, macluumaadka ciwaanka, iyo xaalada la cusboonaysiiyay ee ka qaybqaadashada) si aan u xaqiijino inaanan mar dambe kula soo xidhiidhin haddii aad codsato in lagaa saaro. Haddii aad sheegto sababta aad u doonayso inaad uga baxdo mashruuca, waxaanu sidoo kale haysan doonaa xogtan si aan u awoodno inaan u sheegno sababta ka qeybqaatayaashii hore aysan u rabin inay ka qeybqaataan. Sababaha laga yaabo inay dadku soo sheegaan ee la xiriira ka bixista mashruuca waxay ahaan doonaan qarsoodi sida dhammaan xogta kale ee kugu saabsan. Macluumaadkan looma isticmaali doono ujeeddo kale oo aan ka ahayn in la lagu iftiimiyo caawimada sababaha ay dadku soo sheegaan ee ka bixista mashruuca.

Wakhtiga aad ka baaraandegi karto arrintan iyo xuquuqda aad u leedahay inaad raadsato la-taliye

Waxaad xaq u leedahay inaad hesho ugu yaraan 24 saacadood si aad uga baaraandegto haddii aad jeclaan lahayd inaad ka qeybqaadato daraasadda ka hor inta aanad bixin oggolaanshahaaga. Intaa waxa dheer, waxa aad xaq u leedahay in aad la-taliye u soo kaxaysato kulanka xog isugu gudbinta hadalka, kaas oo la qabto marka aad si toos ah noola kulanto. Waxaan ku weydiin doonaa haddii aad rabto saxeexdo

foomka oggolaanshaha ee qoran ka dib markaan qabano kulanka xog isugu gudbinta hadalka. Isla sidaas oo kale ayaa la sameynayaa haddii aad ka qeybgasho kulanka xog siinta ee kooxda ah. Labada xaaladoodba, waxaanu xaqiijin doonaa inaad fahantay xogta qoraalka iyo hadalka ah. Haddii aad doorbidayso inaad bilowdo wareysiga ugu horreeya isla marka uu dhamaado kulanka xog siintu, waanu sameyn karnaa sidaas. Haddii aad rabto inaad adeegsato xuquuqda aad u leedahay inaad qaadato wakhti aad kaga soo baaraandegto arrintan, waxaanu soo laaban doonaa marka ay dhamaadaan ugu yaraan 24 saacadood, si aan u oggaano haddii aad daneynayso ka qeybqaadashada.

Macluumaadka ku saabsan xiriirka maaliyadeed iyo shuruudaha

Mashruuca waxa lagu taageeray deeqo gaadhaya (ilaa) 3 380 000, 999 843 iyo 450 000 dkk oo ay bixiyeen Realdania, Landsbyggefonden iyo Helsefonden, siday u kala horreeyaan (iyada oo cida deeqahaas la siiyay ay tahay cilmi-baare sare Jonathan Groot). Waxa uu ka shaqeeyaa COPSASC/Xarunta Xiiqda Dhallaanka ee Denmarka, Cisbitaalka Herlev iyo Gentofte. Wixii taageero dhaqaale ah ee dheeri ah ee la siiyo mashruuca si joogto ah ayaa loogu soo qori doonaa mareegtayada (https://bornogastma.dk/indeklimaogsundhedpaabellahoej/). Haddii la helo taageero dheeraad ah oo loogu talagalay daraasadda, Guddiga Anshaxa Cilmi-baarista (VEK) ayaa la wargelin doonaa, waxaana la cusbooneysiin doonaa dukumeentiga macluumaadka ka qeybqaadashada. Cilmi-baarista iyo daabacaadda natiijooyinka cilmi-baarista waa wax uu cilmi-baarahu hindisay (taas macnaheedu waa Jonathan Groot laftiisa ayaa leh hindisaha ka dambeeya daraasadda).

Iskaashadayaasha kale

Mashruucan waxaa iska kaashanaya cilmi-baarayaal ka socda Cisbitaalka Herlev iyo Gentofte, Jaamacadda Copenhagen, Jaamacadda Aarhus, iyo Institut Statens Serum. Mulkiilaha xogta mashruucu waa Cisbitaalka Herlev iyo Gentofte. Isku xirka xogta dibada (xogta mashruuca) iyo mashruuca diiwaangelinta waxaa loo fulin doonaa si waafaqsan heshiisyada ka shaqeynta xogta ee ka dhaxeeya dhinacyada ay khusayso (dhinacyada ku xidhan mashruuca ee Cisbitaalka Herlev iyo Gentofte iyo Jaamacadda Copenhagen). Falanqeynta muunadaha fangasku waxa lagu sameyn doonaa Jaamacadda Aarhus. Cilmi-baarayaal ka socda Statens Serum Institut, iyo sidoo kale cilmi-baarayaal ka socda Jaamacadda Copenhagen iyo Jaamacadda Aarhus ayaa gacan ka geysanaya mashruuca iyagoo adeegsanaya khibraddooda ku saabsan darsida cudurrada, cilmi-baarista guryeynta, cilmiga dadweynaha, darsida cudurrada faafa iyo kuwo kale.

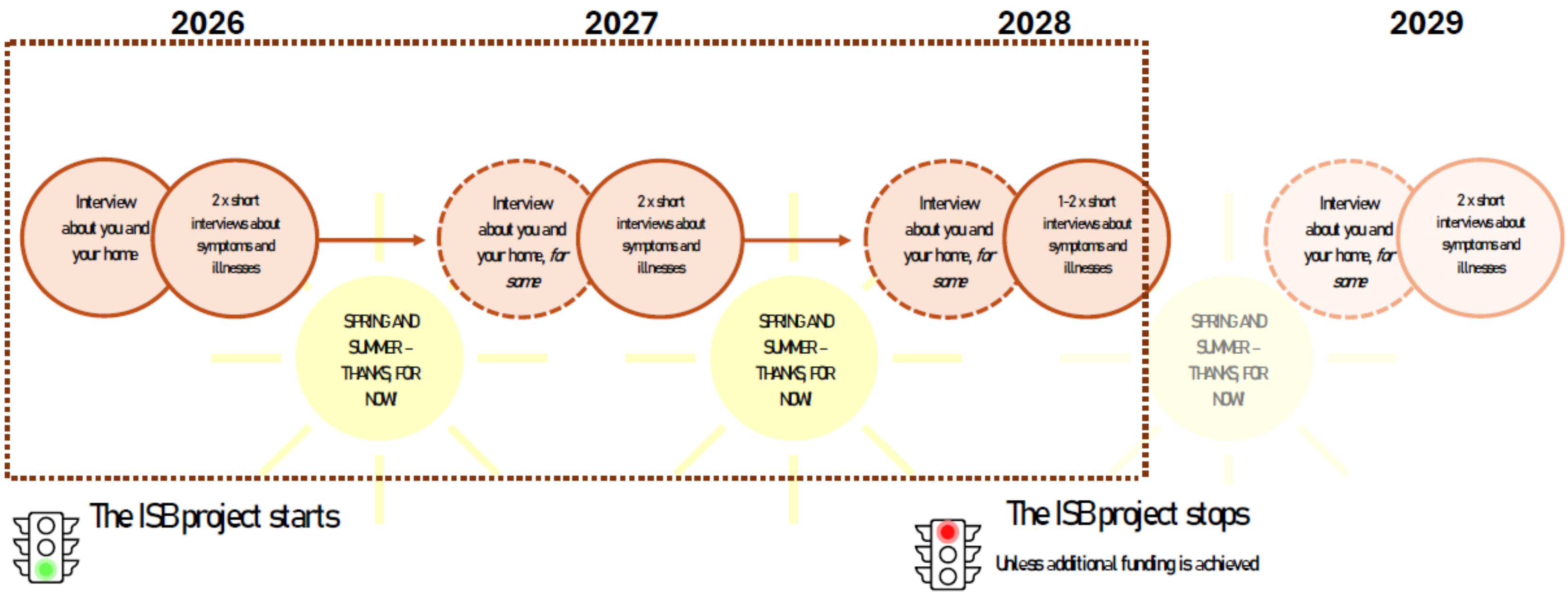
Helitaanka natiijooyinka

Natiijooyinka mashruuca waxaa caadiyan lagu daabici doonaa joornaalada sayniska. Intaa waxaa dheer, natiijooyinka hordhaca ah waxaa lagu soo bandhigi doonaa

kulamada iyo shirarka cilmi-baarista. Marka aan helno natiijada kama dambeysta ayaa lagula wadaagi doonaa kuwan maadaama aad tahay qof degan Bellahøj iyadoo loo marayo kanaalada loo arko inay ugu habboon yihiin. Tusaale ahaan, waxay noqon kartaa iyada oo loo marayo shirarka kooxaha deegaanka, bandhiga deegaanka, warside uu la socdo lingaxa natiijadu, baraha bulshada iyo qaar kaloo badan. Waxaan sidoo kale wadaagi doonaa lingaxyada maqaallada cilmiyeed ee lagu baahiyay boggayaga internetka, kuwaas oo had iyo jeer la heli karo marka la cusbooneysiiyo: https://bornogastma.dk/indeklimaogsundhedpaabellahoej/.

Xog ururinta mashruuca waxay dhamaan doontaa 2028. Si kastaba ha ahaatee, waxaa suurogal ah in la kordhiyo, haddii mashruucu helo maalgelin dheeraad ah oo loogu talagalay ururinta xogta dheeraadka ah (marka guryo badan dib loo habeeyo). Iyadoo ku xiran hadba sida uu u socdo mashruucu, waxaan filaynaa in natiijada ugu horeysa ee mashruuca la shaaciyo wakhti kamid ah 2027 ama 2028. Mashruucu wuxuu si rasmi ah u dhamaan doonaa 29 Diisambar 2032.

Halkan waxaad ku arki kartaa jadwalka mashruucu oo dhameystiran, laakiin waxa la filayaa in isbeddel ku yimaado wakhtiyada jadwalka.



I S B
indeklima og sundhed på Bellahøj

Ugu dambeyntii

Waxaanu rajeynaynaa in xogtan aanu ku siinay aad ka heshay macluumaad kugu filan oo ku saabsan waxa ka qeybqaadashada mashruucu tahay, si aad go'aan uga gaadho haddii aad rabto inaad ka qeybqaadato iyo haddii kale. Waxaanu sidoo kale kaa codsanaynaa inaad akhrido qoraalka ku lifaaqan, "Xuquuqda ka qeybqaataha mashruuca cilmiga caafimaadka".

Haddii aad rabto inaad wax badan ka oggaato mashruuca, waxaad kala xidhiidhi kartaa Jonathan Groot iimeyl ahaan (jonathan.groot@regionh.dk) ama kala xidhiidh Xarunta Xiiqda Dhallaanka ee Denmark taleefanka 38 67 41 39.

Salaan naxariis leh

Jonathan Groot

PhD, cilmi-baare sare oo ka tirsan COPSAC/Xarunta Xiiqda Dhallaanka ee Denmark iyo hoggaamiyaha mashruuca ISB

I S B
indeklima og sundhed på Bellahøj

Hay'addaha aasaasiga ah

COPSAC
COPENHAGEN PROSPECTIVE STUDIES ON ASTHMA IN CHILDHOOD

REGION H Herlev og Gentofte Hospital

UNIVERSITY OF COPENHAGEN

Iskaashadayaasha kale

AARHUS UNIVERSITET

STATENS SERUM INSTITUT

Waxa lagu maalgaliyay lacag ay bixiyeen

LANDSBYGGEFONDEN

Realdania

helsefonden

I S B
indeklima og sundhed på Bellahøj