



NORTH DAKOTA
DEPARTMENT *of* HEALTH

Iska Ilaali Ku-sumowga Neefta Kaarboon Monoksaydh

Isticmaalidda tamarta beddelaadda ah sida koronto-dhaliyeyaasha la qaadi karo waxay keeni karaan in lagu sumoobo neefta kaarboon monoksaydh.

GUDAHA HA KU ISTICMAALIN QALABKA QALABKA KU SHAQEEYA NEEFTA LA SHITO, KORONTO-DHALIYEYAASHA IYO QALABKA.

Raac talaabooyinkan soo socda si aad uga baxsatid ku-sumowga kaarboon monoksaydh:

- Koronto-dhaliye la qaadi karo ha dhigin meel xidhan sida geerash ama meel u dhow daaqad, albaab ama marin hawo cusub.
- Koronto-dhaliyaha dhig meel ugu yaraan guriga u jirta 50 fiit, haddii ay suurogal tahay, ama fogee intii aad kari kartid.
- Sidoo kale ha dhigin koronto-dhaliye meel aad ugu dhow guriga deriska.
- Gudaha ha ku isticmaalin qalab ama aalad ku shaqeysa neefta la shito.

Calaamadaha ku-sumowga kaarboon monoksaydh waxa ka mid ah:

- Madax-xanuun khafiif ah oo isu beddela madax-xanuun dakaan leh.
- Neefsashada oo dhib ah.
- Xanaaq dhow.
- Niyad ama caadifad aan xasilooni lahayn.
- Go'aan-gaadhista oo aan fiicnayn.
- Lumis xusuusasho.
- Si aad u dhakhso badan oo loo daalo.

Si dhakhso ah ayay calamaaduhu uga dari karaan oo keeni karaan miyir la'aan iyo dhimasho.

Raac talaabooyinka soo socda haddii aad u malaynaysid in qof leeyahay calaamadaha ku-sumowga kaarboon monoksaydh:

- Isla markiiba qof kasta ka saar dhismaha.
- Hawo cusub sii ama u soo daa.
- U wac gargaar caafimaad.

Wixii macluumaad dheeraad ah ee ku saabsan ku-sumowga kaarboon monoksaydh, la xidhiidh Waaxda Caafimaadka ee North Dakota, Qaybta Tayada Hawada telefonka 701.328.5188.