

# Liiska Hubinta Caafimaadka ee Daka soo Booqan-aya iyo Shaqaalaha

**Ku Samee Baaritaanka Caafimaadka Markasta Oo Shaqaalaha Ama Dad Idin Soo Booqanayaa Aysoo Galaan Xarunta.**

Miyaad isku aragtay wax ka mid ah calaamadaha soo socda tan iyo maalintii kuugu dambaysay shaqada ama markii ugu dambaysay ee aad halkan joogtay, taas oo aadan ku xiriirin karin xaalad kale oo caafimaad?

Fadlan kaga jawaab “Haa” ama “Maya” su’aal kasta. Ma leedahay?

- Xumad ama ma dareemaysaa in aad qandhaysantahay?
- Qabow?
- Qufac cusub?
- Neefsashada oo kugu adag?
- Cune xanuun cusub?
- Murqo xanuun cusub?
- Urinta ama dhadhanka oo kaa tegey oo cusub?



Haddii shaqaale ama qof idin soo booqday uu kaga jawaabo “Haa” mid ka mid ah su’aalaha baaritaanka ama uu leeyahay heerkul cabbirkiisu yahay 100.0°F, waa in lagula taliyo inay guryahooda aadaan, kana fogaadaan dadka kale, oo ay la xiriiraan bixiyahooda daryeelka caafimaadka.

Waxaad sidoo kale dooran kartaan inaad sameysaan baaritaanka heerkulka, inkasta oo aan tan la idiinka baahnayn, loona baahanyahay in tan la sameeyo iyada oo la raacayo kala fogaynta bulshada iyo nadaafadda ku habboon. Baaritaanka heerkulka oo keli ah ma aha mid waxtar leh mana aha inuu beddelo su’aalaha baaritaanka.