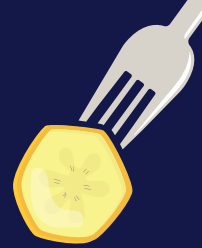


SIDA LOO ISTICMAALO MUUSKA IYO

DIIRKA MUUSKA



12%

culayska muuska waa diirka.

Taasi waa 780 MiLYAN RODOL oo diir ah oo loo diro dhulka sanad walba!



KAYDINTA MUUSKA:

Muuska waa in la daayo si uu ugu bislaado heerkulka qolka, isaga oo aan la bacayn.

Si aad u gaabiso bislaanshaha muuska, ka saar muus kasta xirmada oo ku duub jiridda xarig balaastig ah AMA ku keydi qaboojiyaha.



Muuska badankiisu wuxuu ku koraa 30 digrii dhulbaraha.



Muuska la goosto isagoo cagaaran wuxuu ku safraa masaafo dheer gawaarida qaboojiyaha leh.



Muusku wuxuu waqti ku qaataa "qolalka bislaynta" halkaa oo lagu daro gaaska ethylene.



Muuska waxaa loo raraa dukaamada cuntada.



Qoysasku waxay ku dambeeyaan inay tuuraan 25% muuska la iibsaday.



HA TUURIN MUUSKA AADKA U BISLAADAY!

Muuska aadka u bislaaday waa qayb fiican oo ku jirta rootiyada, macmacaanka, rooti-yar, iyo inbadan. Waxaad samayn kartaa jalaato adigoo shiidaya muus la qaboojiyey ilaa intay ka adkaanayso si ay u noqoto jalaato jilicsan! Keliya ku tuur rid muuska aadka u bislaaday bac afka ka xiran oo ku keydi qaboojiyaha illaa inta aad diyaar u tahay inaad isticmaasho.

ISTICMAAL. HA LUMIN.

KU BACRIMI DHIRTA.

Ku duub diirka muuska geedahaaga yaanyada ah si ay nafaqada uga nuugaan diirka. Ku qoy diirka muuska biyo oo u isticmaal inaad ku waraabiso dhirtaada. Ku dar diirka muuska daasadaha bacriminta ee daaradaada; diirka muuska si dhakhso leh ayuu u burburaa oo wuxuu ku daraa nafaqooyin badan.



KU BAABII FINANKA IYO CUNCUNKA.

Ku xoq diirka muuska qaniinyada cayayaanka, sunta ivy, finanka ama nabarrada cudurka psoriasis si loo yareeyo cuncunka loona horumariyo bogsashada.



KU JILCI HILIBKA.

Ku dar diirka muuska la dhaqay digsiigaaga dubidda si hilibku uusan u adkaan.



KU BISLEE AFAKAADHADA.

Ku rid diirka muuska iyo afakaadho bushqad bac ah dul saar miiska muddo 24 saac ah.



KU SOO JIID BALANBAALISTA IYO SHIMBIRAHA.

Dul saar diirka muus aad u bislaaday oo saar barxadda sare ee beerta oo fiiri inay macaan soo saarayso. Ka digtoonow in shinni iyo xuunshaduba ay soo jiidan karaan sidoo kale.



BAALASH MAQAAR.

Ku xoq dhinaca cad ee diirka muuska kabaha maqaarka ah, jaakadaha, ama alaabta guriga, kadibna ku masax maro jilicsan.

