

Qalangniq

Agilraqhimaguffi qalangnirmut

Introduction

Inuit qalaktut angilraqhimaquyauliqpaktut unaguiqhirlutik. Ingattaqhimakpat kihimi aanniarutaa aanniarutiqaqqalluunniit aallamik, imailiurniq nakuutqiyauyuq qilamiklu naammakhiaangani. Hama itqaumayakhat qalakkuvit, iglumiutalluunniit, angilraqhimaguffi qalangnirmut.

Hunauva Qalangniq?

- Qalangniq piyauvaktuq aanniarutimit qalalaqinnaqtumit.
- Hiamilaaqtuq qilaminuaq inungnut.
- Taimailingavaktut 7 nit 10 nut upluni.
- Havautinit naammakhilimaittuq piyauhimannginnami qupilrunit.

Qanuritpa qalaliraangat?

- Hivuanit: kitjahaallakkumi (uunarnia avatqutpagu 38°C), niaqurlirumi, aanninarumi hakuirlunilu, qalaktuqhuni, iggiarliuqhuni ilaanilu aniqhaarungnairluni qingakkut.
- Qitqani: kitjaguivyakhuni aannirnaviyakhunilu. Nipyarliqhuni, paniqtutut ilipluni iggianga iggiarliuqhunilu, qalaktuqhuni hatqaalu ulurianaqhipyagluni. Unaguhulirnarungnaqhiutit quviirlutillu. Ilait inuit mirian'nguliqpkatut, miriaqhutik itiktaqhutikluunniit.
- Kinguani: naammakhivalliayuq. Qalaktuqhimmaarlutik, unaguhuinnaarlutik aallallu taimailinganiaqtuq 7 nit 14 nut upluni avatqullugilluunniit.

Munarinig inungmik qalaktutut ittumik

- Kitjangniq, aannirnaruiq, uluriahungnirlu havautikkut pilaaqtuq ukuninnga acetaminophen-mik ibuprofen-mikluunniit (Tylenol® unaluunniit Advil®). Maliklugit titiraqhimayut puungani uqaqhimayailluunniit munaqhivit. **Tunihiurlugit niaquqhiutinik (ASA) nutaqqat.** Nanuglugu niglaumayumik allarunmik akulianganut timianulluunniit tamaat kitjangaipalliayaangani.
- Pihimanahuarlutit atahuinnaarmik inirnimik munaqtikhamik aanniaqtumik – hingaiyaunngittumik.
- Aanniaqtuq pulaaqtianngittukhaugaluq kihiani munaqtumik. Hivayainnaarlutik kihimi.

Qakugu inuk munaqhiliaqtukhauva?

ligilugit qanuritjutait aanniaqtup munaqhiliarutigiyakhait, hapkua:

- Anirnirliqqat
- Hatqani uluriagiliqqagu
- Tunguktitpanik umilrugik
- Niuqqaraangami mirialiqqat
- Becomes less alert or kangiqhimayungnaiqtutut ilikpalluunniit
- Kitjakhimakpat naammakhihuiqhuni havautituraluaqhuni (Advil® / Tylenol®)

Munarigumigit nutaqqat, hapkua amiritjavait:

- Kitjakhimakpat avatquplugit 24 ikaarniit naammakhiyungnaiqqat havautituraluaqhuni (Advil® / Tylenol®)
- Tupagiamini ayuliqqat, niqliqattarungnaiqqat kiuyungnaiqqalluunniit
- imiqattaruiqtutut iligumi, naunaiqpaktuq makkaa kiniyuinmat 12ni ikaarnini

Inuk hapkuninnga pilirumi, HIVAYATJAVAT munaqhiqarviit qilamik.

Aallat inuit aanniaqtailiyat

- Inuit iglumiqatait ahiniipkarlugit aanniaqtumit.
- Pilaaqqat, aanniaqtuq inuk hiniktukhaugaluq ahini igluami.
- Allaqtirlugit qaangit igliup haniani ikpatit, quuyaqturvingmilu ulapqiyallu halummaqtirutimut upluq tamaat.
- Pihimalugit aanniaqtup piutait ukunatut aannuraangit, qipiit allarutailu ahianit ilaita.
- Aturuirugit aallat atuqhimayait niritjutit, niqilluunniit niuqqaqtaillu aanniaqtup.

