

MACLUUMAADKA BUKAANKA
KA HOR IYO KA DIB

Furitaan/furitaanka qalliin ee faruuryaha



Somaliska

SÖS

SÖDERSJUKHUSET

Waa maxay Jarista qayb kamid ah xubinta taranka ee dumarku/gudniinka fircooniga ah?

Marka la gudaayo gabadhaha waxaa laga gooyaa dhammaan ama qaybo ka mid ah xubnaha taranka ee dibada laga gooyaa iyo/ama wax laga beddelaa iyadoo aanay sabab caafimaad ahaaneed jirin. Taasi hadhow ayay nlosha danbe ee qofka u keeni kartaa dhibaatooyin kala duwan. Way kala duwan yihiin dhibaatooyinku iyagoo ku xiran sida gudniinka fircooniga loo sameeyay. Haddii ay dhacdo in gudniinka fircooniga ah (awditaan) la sameeyo, waxaa la isku tolaa labada janb ee xubnta taranka gabadha.

Daloolka yar ee laga furay janbiyada la isku tolay ayaa keena dhibaatooyin badan:

- Waxa laga yaabaa in kaadidu adkaato ama ay wakhti badan qaadato
- Waxa laga yaabaa in caadada dhibaatooyin lagala kulmo
- Waxa laga yaabaa inay xanuun badan tahay, adag tahay ama aan suurtoagal ahayn in galmo la sameeyo
- Waxa laga yaabaa inay adkaato ama aanay suurtoagal aheyn in dhakhtarka dumarku baaritaan sameeyo, marka tusaale ahaan si loo soo qaado tijaabada pap ee afka ilmo-galeenka laga soo qaado si baaritaanada kansarka loogu sameeyo
- Dhalmada siilka ama baaritaanka siilka ee xilliga foosha la sameeyo ayaa adkaan kara

Qaliinka:

Haddii daloolka janbiyada la isku tolay uu aad cidhiidhi u yahay oo uu keenaayo dhibaatooyinka kor ku xusan, ayaanu ka caawin karnaa inaanu samaynta qaliinka furitaan ah, oo sidoo kale loo yaqaan furitaan.

Dhakhtarka qalliinka (dhakhtarka) ayaa markaa furi doona buundada maqaarka ee horeysa afka siilka isagoo marka gaftinada ku toli doona dhinac kasta Qodobada ayaa kor u qaada bogsashada, dhima xanuunka iyadoo faruuryaha ka illaalisa inay hadana mar labaad isku soo dhaqaan xilliga ay bogsanayaan. Qodobada ayaa ku sii jira qiyaastii 2-3 todobaadyo iyagoo kadibna kaligood iska baaba'a Waxa buundada maqaarka lagaaga muddi doonaa cirbad dawo suuxdin ahi ku jirto qaliinka ka hor si aanad xanuun ugu dareemin. Qalliinka ayay suurtoagal tahay in la sameeyo xitaa haddii aad uur leedahay.

Qaliinka ka hor:

Waxaad noloshaada ugu noolaan kartaa si caadi ah qaliinka ka hor iyadoo la doorbidaayo inaad wax cunto ka hor inta aanad rugta caafimaadka imaanin. Wakhti wanaagsan kaalay. Waxaad awoodi doontaa inaad guriga aado isla marka qaliinka la sameeyoba ka dib. 1,5 saacadood qalliinka ka hor waa in kiriimka suuxdinta ee aad heshay la mariyaa buundada jidhka ee qeybta xubinta taranka oo xanuun jabiye la qaataa:

- 2 Alvedon (paracetamol) oo 500 mg iyo 1 Ibuprofen oo 400 mg haddii aanad uur laheyn.
- 2 Alvedon (paracetamol) oo 500 mg haddii aad uur leedahay.

Maalinta qaliinka, tag qeybta Gynmottagningen (dabaqa 0, wiishka B) halkaad dhakhtarkaaga kula kulantay booqashadii hore, oo iska diiwaangali xafiiska qaabilaada.

Qaliinka ka dib:

- Biyo ku maydh xubintaada taranka laakiin ha isticmaalin saabuun
- Waxa laga yaabaa inay ka raaxo badan tahay inaad biyo ku furto aaga xubintaada taranka markaad kaadshayso
- Iska ilaali inaad galmo samayso ugu yaraan 4 todobaad ama ilaa iyo inta nabarku uu ku bogsanaayo
- Iska illaali jimicsiga jidhka muddo 3 todobaad ah
- Waxa laga yaabaa inaad xilliga maalmaha ugu horeeya ee qaliinka ka dib xanuun dareento.

Fadlan si joogto ah u isticmaal xanuun jabiye si aad ugu nafisto.

2 Alvedon (paracetamol) oo 500 mg ah 3 jeer maalintii.

Haddii aanad uur lahayn ama aanad xasaasiyad qabin, ayaad ku dari kartaa 1 Ibuprofen oo 400 mg

3 wakhtiyada maalintii.

Waxaad sidoo kale heli doontaa jeel jidhka suuxisa taas oo kaa biisadareen inay wax ku mudmudayaan. Waxaad jeeshan marsan kartaa dhowr jeer maalin kasta.

- Xanuunku waa inuu maalin kasta ka soo roonaado
- Haddii loo baahdo, ayaa laga yaabaa inaad fasaxa xanuunka ilaa hal toddobaad ka dib Qaliinka qaadato

Haddii heerkulkaagu uu gaaro wax ka badan 38 digrii Celcius, ama haddii uu xanuunkaagu ka sii daro, fadlan soo Gynmottagningen ka soo wac telefoonka **08-123 627 00** xiliga maalintii, ama Gynakuten kala soo xiriir saacado caadiga ah (fiidkii, habeenkii ama dhamaadka todobaadka).

Waxa sidoo kale lagugu soo dhaweynayaa inaad Gynmottagningen la soo xidhiidho haddii aad qaliinkaaga ka hor su'aalo hayso.



SÖDERSJUKHUSET

GYNMOTTAGNINGEN, 08-123 627 00
SJUKHUSBACKEN 10, 118 83 STOCKHOLM, TEL 08-123 610 00
SL Buss 3, 4, 164, PENDELTÅG STOCKHOLM SÖDRA
WWW.SODERSJUKHUSET.SE