Goorta la wacayo isbitaalka: Talooyin khuseeya dhamaadka uurka

Marka uurkaagu uu gaaro meesha u dambeysa ee ay dhowdahay inaad dhasho, jirkaagu wuxuu u diyaargaroobayaa inaad dhasho. Waxaad ka hadli kartaa isbeddeladan marka aad tagto ballantaada xigta ee rugta caafimaadka, balse qaar ka mid ah isbedeladan waa in aad ugala hadasho umulisada ama dhakhtarka sida ugu dhakhsaha badan.

Goorta la wacayo isbitaalka

Wixii ka bilowda markuu uurkaagu gaaro 37 isbuuc, naga soo wac **(03) 8345 3635** haddii aad leedahay calaamadahan soo socda:

- biyahaaga (bacda biyaha kujiraan ee ku wareegsan ilmahaaga) haddii jabaan - tani waxay dhici kartaa ka hor ama ka dib marka xanuunka foosha ay kugu bilaabato
- haddii nabarka foosha uu si joogto ah kuu qabanayo in ka badan 30 ilbiriqsi oo ay u dhaxeyso wax ka yar 5 daqiiqo, ama waxaad leedahay 3 foosha 10 daqiiqo gudahood
- haddii aad u baahan tahay in lagaa caawiyo sidii aad ku maareyn lahayd xanuunka foosha.

Goorma ayay tahay inaad aado waaxda gurmadka?

Haddii aad leedahay mid ka mid ah waxyaabaha soo socda, toos u aad **waaxdeena gurmadka degdegga ah:**

- dhiig ka imanaya siilkaaga oo aan dhareer xaako camal ah ahayn. Haddii dhiiga uu yahay mid dhareer camal ah, waxaa loo yaqaan 'show' oo badanaa macnaheedu waa fooshu si caadi ah ayey u socotaa
- haddii aad dareemayso in isbeddel ku yimi dhaq-dhaqaaqa ilmahaaga, ama aadan dareemayn dhaqdhaqaaqa ilmahaaga
- haddii isbitaalka lagugu siiyay tilmaamo gaar ah si aad u aaddo qaybta gargaarka degdega ah
- haddii aad dareemayso calool xanuun aan kuula muuqan nabarkii foosha
- haddii ay qandho ku qabato
- haddii aad dareemayso lalabo ama aad matageyso
- haddii aad leedahay madax-xanuun joogto ah ama aragtida caad kaa saran yahay
- Haddii ay jiraan xaalado kale oo ku welwel gelinayo.

Yaa loo baahan yahay inaad wacdo?

Haddi aad ku dhalayso Xarunta Haweenka oo aad u baahan tahay inaad kala hadasho umuliso mid ka mid ah walaacyadan, wac: **(03) 8345 3635**

Fadlan ha u wicin lambarkaan si aad u weydiiso suaalo guud.

Foosha markay bilow tahay (sidoo kale loo yaqaan marxaladda qarsoon), jidhkaagu wuxuu bilaabayaa inuu isu diyaariyo dhalmada. Haddii kani yahay ilmahaaga ugu horreeya, bilowga foosha waxay socon kartaa dhowr saacadood ama xitaa dhowr maalmood.

Inta lagu jiro wakhtigaas, waxaa laga yaabaa inaad dareento nabarka foosha oo aan joogto ahayn. Taas waxay kaa caawinaysaa in makaanka afkiisa uu jilco isla markaasna qaliir noqdo (luqunta ilmo-galeenka ama ilmo-galeenka), si ay si fiican ugu furanto.

Dad badan ayaa sheega in nabarka foosha uu la mid yahay xanuunka caadada ama in murqaha lakala jiidayo oo kale.

Goorma ayay tahay inaad aado isbitaalka?

Waxaa laga yaabaa inaad u baahato inaad aado cusbitaalka in ka badan hal mar ka hor intaanay foosha si dhameystiran kuu qaban. Taasi maaha wax aan caadi ahayn, waliba haddii uu yahay ilmahaaga ugu horreeyay.

Si kastaba ha ahaatee, cilmi-baadhis la sameeyay ayaa waxay muujinaysaa in haddii adiga iyo ilmahaagu aad caafimaad qabaan oo muddada uurkaaga ay dhameystiranto (in ka badan 37 toddobaad), waxaa fiican inaad joogtid guriga inta lagu jiro marxaladdan foosha.

Guriga markaad ku sugan tahay, waxaad ku raaxaysan kartaa meel kuu gooni ah. Xor baad u tahay inaad wax cunto, seexato, oo aad u socsocoto sidaad jeceshahay.

Laakiin haddii lagu siiyay tilmaamo gaar ah oo khuseeya xaaladahaaga gaarka ah, fadlan raac tilmaamahaas.

Dhegayso jidhkaaga oo samee waxa kugu habboon. Waxa aad dareemayso waa mid adiga un kuu gaar ah.

Mau baahan tahay turjubaan?

Waxaad codsan kartaa turjubaan haddii aad u baahan tahay.

Marxaladda ama xilliyada kala duwan ee foosha	Dareenka	Calaamadaha xanuunka ee laga yaabo inaad dareento	Waxyaabaha ku caawin kara
Foosha ka hor • Makaanka afkiisa ayaa laga yaabaa inuu bilaabo inuu dhuubto • Nabarka foosha ayaa laga yaabaa inuu bilowdo ama uusan bilaaban. Caadi ahaan si aan joogto ahayn, iska fudud, isla markaasna wax yar soconaya. Dhowr maalmood ayay iman kartaa oo ayna tagi kartaa.	Farxad, welwel 	• Wax diif oo kale ah ayaa siilka ka imaanaya oo xoogaa dhiig ah kujiraan • Dhabar-xanuun • Xanuun yar, oo sida xanuunka caadada oo kale ah • Saxaro biyo-biyo ah • Biyahaaga ayaa jabaya • Waxaad dareemaysaa daal.	• Sii wad howlaha aad caadiyan samayso • Samee dhaqdhaqaaq oo is mashquuli • Naso haddii aad nasiino u baahan tahay • Biyo badan cab • Si caadi ah wax u cun haddii aad awoodo
Marxaladda 1-aad: marxaladda qarsoon Caadiyan waa marxalada ugu waqtiga dheer. • Afka ilmagaleenka 0 ilaa 5cm uu fidsan yahay (furan yahay) • Nabarka foosha waxay noqdaan kuwo joogto ah, iyadoo ku dhawaad 2 ilaa 3 nabar ay ku qabanayaan muddo 10-daqiiqo gudaheed ah.	Farxad, welwel 	• Waxaad dareemaysaa daal • Wax diif oo kale ah ayaa siilka ka imaanaya oo xoogaa dhiig ah kujiraan • Dhabar-xanuun • Xanuunku wuxuu noqdaa mid joogto ah oo xoog badan • Saxaro biyo-biyo ah • Biyahaaga ayaa jabaya	• Sii joogtee cunto cunista iyo cabitaanka adoo cunaya marar badan cunto yar • Samee dhaqdhaqaaq oo is mashquuli • Naso haddii aad nasiino u baahan tahay • Faaruqi kaadi haystaada (kaadi) ugu yaraan 2-dii saacadoodba mar • Saacad u qabo inta daqiiqo oo uu nabarka foosha ku heynayo - laga bilaabo bilawga nabarka foosha ilaa dhamaadka nabarka foosha • Wac isbitaalka.
Marxaladda 1aad: xilliga firfircoonida Caadi ahaan way ka yartahay tahay xilliga qarsoon. • Ilmo galeenka 5 ilaa 10 cm buu furmayaa • Nabarka foosha waxay noqdaan kuwo xoog badan oo joogto ah, oo qiyaastii ilaa 3 ilaa 4 jeer ku qabanaya mudo 10-daqiiqo gudaheed ah, oo waxay markiiba soconaysaa 50 ilaa 60 sekan.	Waxaad noqonaysaa qof daal badan dareemaya, aan nasiino dareemayn 	• Xanuunka ayaa sii xoogaysanaya • Dhabar-xanuun • Waxaad diirada si buuxda u saareeysaa foosha • Baahida aad u qabto in lagu caawiyo ayaa kordheysa • Wax diif oo kale ah ayaa siilka ka imaanaya oo xoogaa dhiig ah kujiraan • Biyahaaga ayaa jabaya	• Isticmaal farsamooyinka neefsashada qoto dheer iyo nasashada • Diirada saar • Qubeyso ama baafka qubeyska gal - haddii aysan wax dhibaato ah kaaga imaaneyn - ama isticmaal boors-kaaldo biyo kulul kujiraan • Boos bedelasho samee • Naso inta u dhaxeyso nabarada foosha markay ku qabanayaan • Wax cab ama wax macaan dhuuq • Ka fakir inaad aado isbitaalka.
Marxaladda 2-aad Waxay socon kartaa ilaa 3 saacadood, waxayna ku xiran tahay sida aad usoo riixayso iyo caafimaadka ilmahaaga. • Makaanka afkiisa ayaa si buuxda u furan - 10cm • 2 ilaa 5 jeer ayu uku qabanayaa nabarka foosha muddo 10 daqiiqo gudaheed ah, markiibana wuxuu ku heynayaa 60 ilaa 90 ilbiriqsi.	Aad baad u shaqeynaysaa 	• Nabarka foosha ayaa sii kala fogaanaya • Xanuunka ayaa sii yaraanaya • Cadaadis badan oo xagga hoose ah ayaad dareemaysaa • Waxaa kugu dhalanaya dareen xoogan oo aad rabto inaad soo riixdo • Dareen ah in lagu kala jiidayo oo kale ama gubasho oo kale ah ayaad dareemaysaa marka madaxa ilmahaagu hoos u dhaqaaqo.	• Dhegayso rabitaanka dabiiciga ah ee jidhkaaga • Soo riix marka nabarka foosha ku qabto - isticmaal muraayad haddii loo baahdo • Naso inta u dhaxeyso nabarka foosha • Isticmaal maro qabow ama ku buufi wejigaaga iyo qoortaada • Dhageyso dadka ku taageeraya • Haddii aad dareento rabitaan xooggan oo aad rabto inaad soo riixdo, isku day inaad boobsiis u neefsato. Tani waxay kaa caawin kartaa inay daahiso in ilmaha madaxiisa uu soo baxo • Waa wax fiican inaad ku sugan tahay isbitaalka marka aad kujirto marxaladan.

Macluumaadkani waxaa loogu talagalay inuu ku hago oo kaliya. Qofkasta khibrada ay kala kulanto foosha waa mid gooni u ah .

Cudurdaar: Xaashidan xaqiiqda waxa ku qoran waa macluumaad guud oo keliya. Wixii talooyin adiga kuu gaar ah ee ku saabsan baahiyahaaga daryeelka caafimaadka ama tan ilmahaaga, waa inaad talo ka raadsataa dhakhtarkaaga. Isbitaalka Haweenka Royal masuul kama aha khasaare ama dhaawac ka dhasha ku tiirsanaanta aad ku tiirsan tahay xaashidan halkii aad kala kulmi lahayd dhakhtar. Haddii adiga ama ilmahaaga aad u baahan tihiin daryeel caafimaad oo degdeg ah, fadlan la xidhiidh waaxda gurmadka degdegga ah ee kuugu dhow.

© The Royal Women's Hospital 2025.