

Talooyin loogu talogaley qofka ka baxaya isbitaalka oo galey qaliin lagaga saarayo ilmo-galeenka/minka iyada oo la sii marayo siilka (vagina/vaginal hysterectomy)

Waxaa qaliin lagaaga saarey ilmo galeenka iyda oo la sii marey siilka.

Dhiigbax

Dhiigbax aan wax xanuun ah lahayn waa mid yimaada oo iska caadi ah qaliinka ka dib. Dhiig aan la sugayn ayaa iman kara dhowr todobaad ka dib marka la aado. Maadaama ikmo galeenka la saarey waa au joogsan doontaa caadadu. Dhiig baxyo yaryar ayaa iman kara mudada ugu horeysa xitaa iyada oo ilmo galeenka la saarey

Galmada iyo wada noolaanshaha

Fursda ah in la wada noolado isla markaana la isku galmoon karo isma badali doonto qaliinka ka dib. Laakiin maadaama la saarey ilmo galeenkii oo dhaan waxaa haboon in la sugo in la isku galmoodo mudo ilaa 4-6 todobaad ah, si xdidkii la qaley ee ku yaala siilka korkiisa uu uga gaadho in uu u bogsado.

Cuntada

Cuntada waxaa loo cuni kraa siddii caadiga ahayd. Laakiin haddii calooshu ku adkaato waxaa lagugula talinayaa in aad isticmaasho midho caloosha lagu dahqaajiyo oo magacooga la yidhaa (katrinplommon), linfrö iyo buushiga ama qolfta sarreeanka (vetekli). Ka fikir sidoo kale in aad cabto cabitaan badan iyo lacala daawo mindhicirada dhaqaajisa.

Jimicsi jidheed oo fudud

Waxaa aad bilaabi kartaa in aad banaanka ku soc-socoto marka isbitaalka aad ka baxdo.

Jimicsi jidheed waxoogaa yira culus

Jimicsi, qoob ka ciyaas, jamnaastiig iyo orod waxaa la sameyn karaa 4 todobaad ka din qaliinka.

Qaadida waxayoobaha culus

Waxaa haboon in aad iska ilaaliso in aad wax culus qaado mudo 4 todobaad ah!

Dabaal iyo qubeys

Waa la qubeysan ama la maydhan karaa markii la rabo. Saxan lagu qubeysto iyo barkada lagu dabaasho ee gudaha iyo banaankaba waxaa wanagsan in laga joogo 10 ilaa 14 maalmood.

La xidhiidh mar kasta isbitaalka haddii ay qandho/xumad ku qabto, aad dhiig baxdo ama ay xanuunku kugu kordh!

Qaliinka waxaa mar kasta la socda haliso, tusaale ahaan infakshan, dhiig bax, dhiiga xinjirow ama xubin jidka ka mid ah oo dhaawac soo gaadho **Sidaa aawdeed waa in aad mar kasta la xidhiidhaa isbitaalka haddii ay qandho/xumad ku qabto, aad dhiig baxdo ama ay xanuunku kugu kordho.** Maadaami kuwaasi ay noqon karto calaamado in ay dhibaato qaliinku sababey ay jiraan. Waxaa aad lambarada telefoonadayada ka heli doontaa khaanadan hoos ku taala.

Mudootinka lagu gudo jir maalmaha shaqada waxaa aad waceysaa:

SkaS qaybta qaabilaada ee cudurada haweenka, ummuliso bixineysa talo ummulisda, lambarka telefoonka 010-473 92 20

Isniin-jimco: kl 7.00–14.20

Jimco: kl 7.00–11.50

Wakhtiyada kale ee dheeriga ah waxaa aad waceysaa:

Iftiimiyaha daryeelka caafimaadka lambarka telefonka 1177

Salaan saaxiibtinimo ku dheehantahay

Qaybta cudurada haweenka ee isbitaalka Skaraborg