

Suuxdin – khataraha iyo saamaynta xun Dhuun/Cuna xanuun

Ku saabsan warqadaan

Buug-yarahaan waxa uu ku saabsan yahay cuna xanuunka la dareemo ka dib suuxdinta guud. Tani waa saamaynta xun ee aad dareemi karto haddii aad gasho suuxdin guud. Waxay sharxaysaa sababaha keena cuna xanuunka iyo waxa laga qaban karo.

Suuxdinta guud waa dawooyin keena hurdo qoto dheer oo la mid ah mida dhabta ah. Waxay muhiim u tahay qalliinnada iyo niddaamyada qaar. Inta lagu jiro suuxdinta guud, waad miyir la'dahay oo waxba ma dareemaysid.

Waxaad website-keena ka akhrisan kartaa noocyada kala duwan ee suuxdinta, kuwaas oo looga heli karo luuqado kala duwan
halkan: www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations#languages.

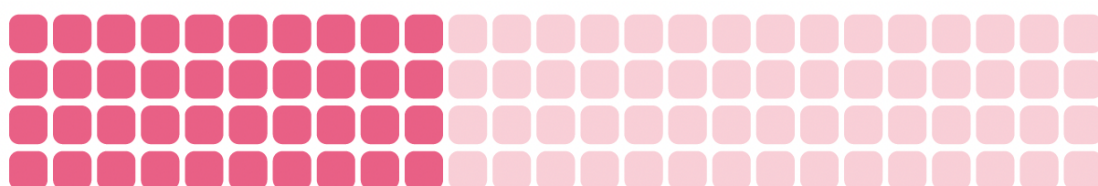
Sidee ayay u egtahay?

- Waxaad dareemi kartaa xoogaa raaxo la'aan ah ama xanuun daran oo cunaha ah.
- Cuna xanuunku badanaa wuxuu socdaa 24 ilaa 48 saacadood.
- Codkaagu wuxuu noqon karaa mid xabeebsan.
- Waxaa laga yaabaa in aad dareento cuno qallayl daran.

Waa sidee suurtagalnimada ay ku dhici karto?

Suurtagalnimadeedu waxay ku xidhan tahay qalabka uu takhtarkaaga suuxdintu isticmaalo.

Laga soo qaaday 100 qof ee kasta



**20 ilaa 40 ayaa cuno xanuun
dareemay**

**60 ilaa 80-na cuno xanuun ma
dareemin**

Lamabaradaani waxay ka imaadeen cilmi baarisyo. Waxaad website-keena ka eegi kartaa halka aan ka soo xiganay lambaradeena: www.rcoa.ac.uk/patientinfo/risks/evidence.

Maxaa keena cuna xanuunka kadib suuxdinta?

Qaar kamid ah gaasaska suuxdinta iyo daawooyinka ayaa cunahaaga ka dhigi kara mid qallalan.

Qaar ka mid ah qalabka ay takhaatiirta suuxdinta isticmaalaan inta lagu guda jiro suuxinta guud ayaa xanuujin kara cunahaaga.

Inta lagu gudo jiro suuxinta guud, murqaha jirkaaga waa ay dabcaan, oo ay ku jiraan murqaha dhuunta iyo kuwa xabadka. Tani waxay yarayn kartaa xadiga hawada ee gasha sambabadaada.

Si loo hubiyo in ogsijiintu si joogto ah ugu socoto sambabadaada, dhakhtarka suuxinta wuxuu galin karaa tuubo neefsasho dhuuntaada si hawo/neef qaadashadu kuugu sii furnaato/socoto. Badanaa waxay tan sameeyaan ka dib markaad miyir beeshid.

Tuubooyinka ama maaskarada uu takhtarkaaga suuxinta isticmaalo intaad miyir la'dahay ayaa ku siin kara cune xanuun sababtoo ah:

- waxay ku xanuujin karaan marka dhuuntaada geliyo ama laga saaro
- qaarkood waa la buufin karaa sidoo kalena waxay cadaadin karaan dhuuntaada markay buufismaan. Tani waxay keeni kartaa raaxo darro.

Waxaad ka heli kartaa macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan [marin-haweedkaaga iyo neefsashadaada xilliga suuxinta](http://www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations#languages) website-keena kaas oo looga heli karo luuqado kala duwan halkan: www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations#languages

Maxaa ku caawin Kara?

Waxaad isticmaali kartaa xanuun baabi'iye sida ibuprofen ama paracetamol. Waa inaad ka hubisaa dhakhtarkaaga guud ama farmashiistahaaga nooca xanuun baabi'iya adiga kugu habboon. Isbitaalkaagu wuxuu sidoo kale ku siin karaa xoogaa dawooyin xanuun baabi'iye ah ka hor intaadan gurigaaga aadin.

Goormee gargaar/caawimaad dalban kartaa

- Haddii xanuunku sii xumaado oo aad dhib kala kulanto liqitaanka hal usbuuc ka dib suuxinta, waa inaad u tagtaa dhakhtarkaaga guud ama kalkaaliyahaaga ama aad talo ka raadsataa farmashiye.
- Haddii, wakhti uun, ay kugu adag tahay inaad neefsato amaba aad dhiig qufacdo, waa inaad si degdeg ah ula xiriirto dhakhtarkaaga guud ama dhakhtarkaaga suuxinta si aad u hesho talo dheeraad ah.

Afeef

Waxaan aad isugu daynaa in aan macluumaadka ku jira buug yarahaan ka dhigno mid sax ah oo cusub, laakiin taas ma dammaanad qaadi karno. Ma fileyno in macluumaadkaan guud ay dabooli doonto dhammaan su'aalaha laga yaabo inaad qabto ama aad wax uga qabato wax kasta oo muhiim kuu ah. Waa inaad kala hadashaa doorashooyinkaaga iyo wixii walwal ah ee aad qabto kooxdaada caafimaadka, adigoo u isticmaalaya buug yarahaan hage ahaan. Buuggan yar oo keligiis ah waa inaan loola qaadan sidii talo. Looma isticmaali karo ujeeddo iib ama ganacsi. Afeef dhamaystiran, fadlan fiiri:

www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/somali.

Dhammaan turjumaadaha waxaa bixiyay bulshada turjubaanada ee Translators without Borders. Tayada turjumaadahaan waxaa loo hubiyaa si ay u noqdaan kuwa ugu saxan ee suurtagal ah, balse waxaa jirta suurtagalnimo khaladaad iyo fasiraad khaldan oo ku jira qaar ka mid ah macluumaadka.

Noo sheeg maxay kula tahay

Waxaan ku soo dhawaynaynaa talooyinka lagu hagaajinayo buug-yarahanta.

Haddii aad haysid wax faalin ah oo aad jeceshahay Inaad nala waadaagto fadlan ku soo hagaaji: patientinformation@rcoa.ac.uk

Royal College of Anaesthetists

Churchill House, 35 Red Lion Square, London WC1R 4SG

www.rcoa.ac.uk

Sixth Edition, November 2024

Buug yarahan waxaa dib u eegis lagu samayn doonaa saddex sano gudahood laga bilaabo taariikhda la daabacay.

© 2024 Royal College of Anaesthetists

Buug yarahan waxaa lagu nuqulan karaa ujeedada soo saarista agabka macluumaadka bukaanka. Fadlan tixraac ishan asalka ah. Haddii aad rabto inaad qayb ka mid ah buug-yarahaan ku isticmaasho daabacaad kale, waa in la bixiyaa mahadnaq ku habboon waxaana laga saarayaa calaamadaha, sumadaha, sawirada iyo astaamaha. Wixii macluumaad dheeraad ah, fadlan nala soo xiriir.