Suuxdinta laf-dhabarta:

khataraha iyo waxyeelooyinka

Ku saabsan suuxdinta laf-dhabarta

Suuxinta laf-dhabarta waa hal cirbad oo dhabarkaaga lagu durayo. Waxay kabuubinaysaa qaybta hoose ee jidhkaaga,adiguna waad soo jeedeysa inta lagu jiro hawsha. Waxa loo isticmaali karaa qaliinka dhalmada ama qalliimo kale. Waxa sidoo kale loo isticmaali karaa xanuun baabiiye oo kale qaliinka ka dib.

Waxaad ka heli kartaa macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan suuxinta laf-dhabarta ee dhalmada bogga LabourPains: https://bit.ly/PainRelief-Labour

Waxaad ka akhriyi kartaa maclumaad dheeraad ah oo ku saabsan khataraha la xiriira suuxdinta laf dhabarta ee qalliinka ama xanuun baabiiye kadib qalliinka boggayaga internetka,kaas oo laga heli karo luqado kala duwan halkan: www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations#languages.

Ku saabsan khatarta iyo suuxdinta laf-dhabarta

Dadku isku mid ma ahan sidoo kalana macquul ma ahan in la ogaado cida dareemi doonta saamaynta xun ama khatarta.

Ogaanshaha khataraha kusaabsan waxay kaa caawin kartaa inaad kala hadasho xulashooyinka kooxdaada daryeelka caafimaadka oo aad samayso go'aamo kusaabsan daryeelkaaga.

Khatarta lagu xusay buug-yarahan waa celcelis laga helay daraasado cilmi **baaris ah.** Waxaad ka heli kartaa maclumaad ku saabsan cilmi baarista aan adeegsanay jadwalka caddaynta halista ee suuxdinta laf-dhabarta, oo aad ka arki karto boggayaga:www.rcoa.ac.uk/patientinfo/spinal-evidence-table.

Khatarahaagu way ka sarayn karaan wayna ka hoosayn karaan kuwa tiroyinkan. Hadli aad ka fikireyso in laguu sameeyo suuxdinta laf-dhabarta, suuxiyahaaga ayaa kula falaqeyn doona khataraha adiga kuu gaarka noqon kara.

Maadaama fooshu ay tahay mid aan la saadaalin karin, waxaa laga yaabaa inaad u baahato qalliinka dhalmada, xitaa haddii aadan qorsheyneynin. Akhrinta buug yarahan iyo kuwa kale ee ku yaalla bogga LabourPains (XanuunkaFoosha) waxay kaa caawin karaan inaad u diyar garawdo waxyabaha lama filaanka ah oo aad ka fikirto su'aalaha aad qabto.

Suuxdinta laf- dhabarta (xangulaha) ma kordhisaa khatarta dhibaatooyinka inta lagu jiro iyo ka dib dhalmada?

Marka la eego caddaymihii ugu dambeeyay, suuxdinta laf-dhabarta:

- ***Ma keento dhabar xanuun dhalmada kadib***
- ***Ma seexiso ilmaha, umana geysato waxyeelo waqti dheer ah.***

Maxaa dhacaya haddii suuxinta laf-dhabarta aysan shaqayn?

Inta badan suuxdinta laf-dhabartu si fiican ayay u shaqaysaa. Caadi ahaan waxay ku qaataan ilaa 10 daqiiqo inay shaqeeyaan. Dhakhtarka suuxinta ayaa hubin doona laf dhabartaadu si fiican ugu shaqeyneyso qalliinka. Haddii ayna diyaar u ahayn, waxay samayn karaan:

- In ay mar labaad cirbada suuxdinta ku duraan laf-dharta ama ay ku so bandhigaan epidural.
- In ay ku soo bandhigaan nooc kale oo suuxdin ah sida suuxdinta guud.

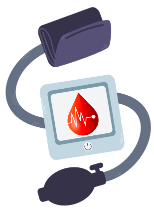
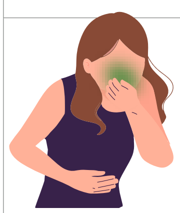
100kii qof ee lagu sameeyay suuxinta laf dhabarta ee qalliinka dhalmada

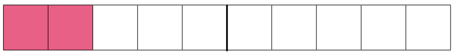
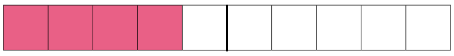
5 waxay u baahdeen xanuun baabiiye dheeraad ah — **95-na umay baahan**

2 Waxay u baahaatay suuxinta guud. — **98-na umay baahan**

Halista iyo waxyeelooyinka la xiriira suuxinta laf dhabarta(xangulaha)

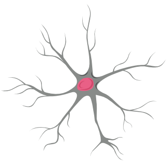
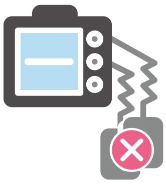
Tiradani waxa laga soo qaaday 100kii qof ee kasta oo lagu sameeyay suuxdinta dhabarka.

Maxaa dhacay?		Ilaa intee? Ma la daweyn karaa?	Meeqa? 100kii qofba (boqol qof)
	Madax-xanuun (madax-xanuun daba-dheeraaday)	Waxay dhici kartaa inta u dhaxaysa hal maalin iyo hal usbuuc kadib suuxinta laf dhabarta. Waxay noqon kartaa mid fudud oo ku roonaata dhowr maalmood gudahood iyadoo la adeegsanayo daawooyinka xanuun baabiiyaha ee farmashiyaha laga helo, ama waxay noqon kartaa mid daran oo u baahan in lagu daaweeyo dhakhtarka. Waxaad ka heli kartaa macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan madax-xanuunka ka dhasha daloolinta lafdhabarta (Post-Dural Puncture Headache) boggayaga: www.rcoa.ac.uk/patientinfo/headache-spinal-epidural	**0.5 ilaa 1 ayaa madax xanuun yeeshay 99 ilaa 99.5-na** ma yeelan
	Qarqaryo/ Dhaxan	Waxay dhici kartaa 2-4 saacadood ka dib suuxinta laf dhabarta. Qarqaryadu badanaa waa waxyeelo kadhalata suuxinta laf dhabarta. Qabow in aad dareento may sababin, laakiin waxaad isticmaali kartaa buste si aad raaxo udareentid . Qarqaryadu waxay joogsataa marka suuxinta laf-dhabarta ay baxdo.	**40 ilaa 55** ayaa qarqaryooday**45 ilaa 60-na** ma qarqaryoon
	**Cadaadiska dhiigga oo hooseeya**	Waxay dhici kartaa isla markiiba waxayna socon kartaa dhowr saacadood, isla markiiba ka dib suuxinta laf dhabarta. Waxay kaa dhigi kartaa inaad xanuunsato, dawakhdo ama lulmooto. Kooxdaada daryeelka caafimaadku waxay ku siin karaan daawo si ay u hagaajiyaan cadaadiska dhiiggaaga.	**Kudhawaad 70 ayaa cadaadiska dhiigoodu hoos udhacay Kudhawaad 30-na uma dhicin**
	**Dareen jirro (lalabbo)**	Waxay dhici kartaa isla markiiba waxayna socon kartaa dhowr saacadood, isla markiiba ka dib suuxinta laf dhabarta. Kooxdaada daryeelka caafimaadku waxay ku siin karaan daawooyinka ka hortagga jirrada haddii ay dhacdo.	**Kudhawaad 35 ayaa lalabooday Kudhawaad 65-na ma lalaboon**

	Inad jiran tahay (matag)	Waxay dhici kartaa isla markiiba waxayna socon kartaa dhowr saacadood, isla markiiba ka dib suuxinta laf dhabarta. Kooxdaada daryeelka caafimaadku waxay ku siin karaan daawooyinka ka hortagga jirrada haddii ay dhacdo.	 **Kudhawaad 20 ayaa mantagay Kudhawaad 80-na ma mantagin**
	Cuncun	Isla markiiba way dhici kartaa oo badiyaa way dhammaataa dhawr saacadood ka dib. Kooxdaada daryeelka caafimaadka ayaa ku siin kara daawo aad ku daweyso cuncunka.	 **Kudhawaad 40 ayaa cuncun dareentay Kudhawaad 60-na cuncun ma dareemin**
	Kaadida oo adkaata	Waxaa laga yaabaa inaadan dareemin haddii aad u baahan tahay inaad musqusha gasho laf dhabarta ka dib. Kooxda daryeelka caafimaadku waxay mararka qaarkood ku taliyaan tuubbada kaadida, tuubo dhuuban si ay kaadida si toos ah uga soo baxdo kaadiheystaada. Tani waxay sii jiri kartaa ilaa maalinta xigta.	

khatarahan hoose waa kuwo naadir ah.

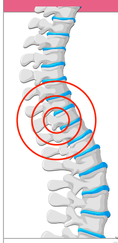
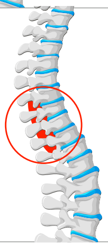
Lambaradaani waxaa laga soo qaatay 20,000 ee qof ee kasta.

Maxaa dhacay?		**Ilaa intee?** **Ma la daweyn karaa?**	**Meeqa?** **20,000kii ee qofba (labaatan kun oo qof)**
	**Tabardarro, kabuubyo, lug dareen lalis ah leh, barida ama cagta (waxyeellada neerfaha)**	**Dhaawac ku meel gaar ah (maalmo ama toddobaadyo) oo sida caadiga ah iskeed u soo raynaysa.** **Waxyeello Abadiya(joogtada ah) .**	**Kudhawaad 10 ayaa yeeshay Kudhawaad 19,990 ma yeelan** **Kudhawaad 1 ayaa haystay Kudhawaad 19,999-na maa ay saamayn**
	**Miyir-beelka ama wadnaha oo istaaga (marka wadnuhu joojiyo garaaca)**	Dhakhtarka suuxinta aya si degdeg ah kuu daawayn doona oo ku siin doona suuxdin guud haddii taasi ay dhacdo.	**1 ilaa 7** ayaa miyir beelay **19,993 ilaa 19,999-na** ma miyir beelin

Lambaradaani waxaa laga soo qaatay 50,000kii qof ee kasta.

Maxaa dhacay?		**Ilaa intee?** **Ma la daweyn karaa?**	**Meeqa?** **50,000kii qofba (konton kun oo qof)**
	Calaamadaha qoorgooyaha waa madax-xanuun, qandho iyo matag	Infekshanka qoorgooyaha wuxuu dhici karaa maalmo ama toddobaadyo ka dib laf dhabarta. Tan waxaa lagu daweyn karaa antibiyootik.	**1 ayaa qoorgooye ku dhacay 49,999-na waxba kuma dhicin**

Lambaradaani waxaa laga soo qaatay 200,000 ee qof ee kasta.

Maxaa dhacay?		Ilaa intee? Ma la daweyn karaa?	Meeqa? 200,000kii qofba (laba boqol oo kun oo qof)
	**Caabuqa gudaha ama agagaarka lafdhabarta**	Waxay dhacdaa maalmo ama toddobaadyo ka dib laf dhabarta. Waxaa lagu daweeyaaantibiyootik ama mararka qaarkood qalliin si loo daadiyo nabarrada.	**2 ayaa caabuqu ku dhacay 199,998-na kuma dhicin**
	**Dhiigxinjirow ku wareegsan laf dhabarta (vertebral heematoma)**	Tani waa dhibaato halis ah oo laga yaabo in ay u baahato qalliin degdeg ah. Waxay sababi kartaa curyaan lugaha haddii aan si dhakhso ah loo daweyn.	**1 ilaa 2** ayaa dhiig xingirow ku dhacay **199,998-na kuma dhicin**

Lambaradaani waxaa laga soo qaatay 500,000kii qof ee kasta.

Maxaa dhacay?			Meeqa? 500,000kii qofba (shan boqol oo kun oo qof)
	Curyaamid		**2 ayaa curyaamay 499,998- may curyaamin**

Macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan halista dhaawaca neerfaha ka dib epidural'ka ama lafdhabarta ayaa la heli karaa halkan:www.rcoa.ac.uk/patientinfo/nd-after-spinal-epidural.

rcoa.ac.uk

patientinformation@rcoa.ac.uk

© 2025 Royal College of Anaesthetists (RCoA)
Macluumaadkaan waxaa lagu nuqulan karaa ujeedada soo saarista wacyigelin loogu talagalay bukaanka .
Fadlan tixraac ishan asalka ah. Haddii aad rabto inaad qayb ka mid ah macluumaadkaan ku isticmaasho daabacaad kale, waa in la bixiyaa mahadnaq ku habboon waana in laga saaraa calaamadaha, sumadaha, sawirada iyo astaamaha. Wixii macluumaad dheeraad ah, fadlan nala soo xiriir.