SOMALI

ALAABTA CESHADKA KAADIDA IYO SAXARADA

Saddex afartii qof ee qaba dhibaatooyinka kontoroolka kaadiheysta ama mindhicirka waa la daaweyn karaa ama laga caawin karaa inay si wanaagsan u maareeyaan dhibkooda.

WAA MAXAY ALAABTA CESHADKA KAADIDA IYO SAXARADA?

Alaabta ceshadka kaadida iyo saxarada waxaa loo isticmaalaa in lagu maareeyo astaamaha kontoroolka xun ee kaadiheysta iyo mindhicirka. Waxaa laga yaabaa in loo isticmaalo wakhti gaaban si ay kaaga caawiso inta lagu daaweynayo ama wakhti dheer haddii aan la daaweyn Karin kontoroolka mindhicirka iyo kaadiheysta xun.

La talliyayaasha ceshadka kaadiheysta ayaa yaqaan alaabta kala duwan ee caawin karta inay maareyso dhibaatooyinka kontoroolka mindhicirka ama kaadiheysta. Waxay kaa caawin karaan inaad doorato alaabta ku siineysa ilaalinta iyo kalsoonida nolol maalbeedkaaga.

Dhakhatarkaaga ama lataliyaha ceshadka kaadida iyo saxarada ayaa eegi kara waxyaalaha sababay dhibkaaga oo ku siin kara waxoogaa daaweyn ah. Haddii aadan waxba qaban oo aad isticmaasho uun suufyo ama waxyaalaha kale ee alaabta ceshadka kaadida iyo saxarada adoon iskudeyin wax daaweyn ah, dhibkaaga waxaa laga yaabaa inuu ka sii daro.

WAA MAXAY ALAABTA CESHADKA KAADIDA IYO SAXARADA EE LA HELAYAA?

Surwaalada iyo suufafka wax nuugaya

Surwaalada iyo suufafka waxay ku yimaadaan xajmiyo kala duwan iyo inta kaadi ah ee ay nuugi karaan. suufafka qaarkood waxaa loogu talagalay in la isticmaalo wakhti oo kaliya, ka dibna la tuuro. Suufaf kale iyo surwaalo waa la dhaqi karaa oo la isticmaali karaa wakhtiyo badan. Waxaad heli kartaa surwaalo mesh/net khaasa leh oo ka ilaaliya suufafka inay siibtaan. suufafka qaarkood waxay leeyihiin suuman ‘wax ku dhegaya’ oo ku dhegaya surwaalka si ay suufka meesha ugu hayaan.

Go’yaasha sariirta ee wax nuuga iyo kuwa kuraasta lagu daboolo.

Alaabtan, duubka kore ee ugu xigga maqaarka wuxuu siidaynayaa kaadida, laakiinse wuu qalalnaanayaa marka duubka hoose uu kaadida nuugo, oo ay ah marka ay sida ugu wanaagsan ugu shaqeeyaan marka maqaarka ay xiriir toos ah la yeeshaan.

ALAABTA CESHADKA KAADIDA IYO SAXARADA

Penile sheaths / external catheters

penile sheeths waxay ka sameysan yihiin silicone badanaana waa kuwo isku dhega oo leh laymanka koolada nonlatex oo ku dhegta guska. Ka kale, galka dhammaadkiisa wuxuu ku xirmaa lugta boorsada halkaas oo kaadidu ku dareerto.

Haddii ninku yahay mid dhaqdhaqaaqa, boorsada lugta ayaa la isticmaali karaa oo ku qarsoon dharkiisa dhexdiisa. Galka waxaa lagu xiri karaa boorso laba litir ah si ay habeenkii ugu da'do. Falcelinta maqaarka waxaa lagu arki karaa oo kaliya silikome cad isla markay dhacaan. Boorsooyinka ku xiran galka waa inay had iyo jeer lahaadaan tuubooyin balaaran si ay kaadidu ugu socoto boorsada oo aanay dib ugu laaban galka oo sababi kara inay noqoto mid debecsan. Boorsooyinka lagu xirto lugta waa in si adag loogu xiraa bowdada ama lugta hoose iyada oo la isticmaalayo xarig la yimid boorsada lana faaruqiyaa ka hor inta aanay cuslaan si looga saaro galka.

Alaabta kale ee kaa caawineysa musqusha

tuunjiga sariirta iyo kuwa lagu kaadiyo (nooca ragga iyo dumarka) waxaa la isticmaali karaa haddii aad sariirta ku xiran tahay. kuraasta commode ka ah ee sariirta la agdhigo habeenkii ayaa ku caawin karta haddii aadan u socon karin musqusha. fadhiyada musqusha ee kor loo qaaday iyo kuraasta musqusha la kor dhigi karo ayaa sidoo kale ku caawin karta haddii aad dhib kala kulanto ku fadhiisiga musqulaha gaagaaban.

MAXAAD KA FEKERAYSAA OO KU SAABSAN MARKAAD DOORANEYSID ALAABTA CESHADKA KAADIDA IYO SAXADA?

Alaabada ugu fiican waa mida sida fiican u shaqeysa, waa mid aad ku qanacsan tahay oo kaa caawineysa inaad nolol caadi ah yeelato. Markaad dooraneysid alaabta ceshadka kaadida, waa inaad ka fekertaa.

1. Dhibkaaga korontoroolka kaadida ama mindhicirka ee shakhsi ahaantaada.

doorashadaada alaabta waxay ku xirnaan doontaa baahidaada kontorool ee wakhti kasta. Dooro suuf qaban kara inta kaadi ah ee aad dhigi doonto u bedelna sida ugu dhakhsaha badan ee suurto galka ah markuu qoyo. Tan ayaa adiga kuu fiican kuuna raqiisan intii aad u deyn lahayd suuf balaadhan meeshiisa saacado badan. Xirnaanta suufaf qoyan oo kaadi leh ama saharada mindhicirka waxay ku keeni kartaa cuncunka maqaarka ama infekshanka kaadiheysta. Sidoo kale, wixii ur ah waa la yareyn karaa haddii loo bedelo suufka sida ugu dhakhsaha badan ee suurtogalka ah markuu qoyo ama la maroojiyo maqaarkana la biyo raaciyo oo la qalajiyo ka hor intaan suuf cusub la isticmaalin. Dooro suuf aan lahayn dabool balaastig ah oo midabo leh oo ka muuqan kara dharka midabka khafiifka ah leh ama sameynaya sanqad markaad dhaqaaqdo.

2. Hanaan nololeedkaaga

Baahida shakhsiyeed ee looga baahan yahay shaqo, guri iyo nolol bushadeedkaaga waa inay sidoo kale ay hagtaa doorashadaada alaabta. La taliyayaasha ceshadka kaadida ayaa kugu caawin kara tallo ku saabsan alaabta shakhsiyeed ee la isticmaalayo markaad ciyaarto ciyaaraha ama aad safarto fogaan dheer.

ALAABTA CESHADKA KAADIDA IYO SAXARADA

3. Dhaqdhaqaaqaaga

Alaabta inta ugu badan micnaheedu waxaa weeye inaad u baahan tahay inaad ka fakarto waxyaalaha ku saabsan caadada iyo awoodaha si aad u doorato alaabta u gu fiican dhibkaaga. Waxyaalahan sida ugu sahlan ee aad ku tegi kartid musqusha ama sida ugu sahlan ee aad ku heli kartid suufka bedelaada ayaa kaa caawin karta tusaha doorashada alaabta saxda ee aad u baahan tahay. Waxaa jira alaabo noocyo badan, mid baana adiga kuu fiicnaanaya.

4. Keenida alaabada

Alaabta ceshadka kaadida qaarkeed waxaa laga iibsan karaa farmasiyada iyo dukaamada waaweyn, iyadoo kuwa kale si sahal ah looga iibsan karo meelaha ku takhasusay alaabta caafimaadka. Waxaa laga yaabaa inaad u baahato caawimaad khabiirnimo si aad u doorato mida saxda ah ee aad u baahan tahay. La xiriir **Khadka taleefanka Qaranka ee Ceshadka Kaadida (wicitaanka bilaashka ah 1800 33 00 66)** oo ku siinaya tallo ama kula xiriirinaya la talliyaha goobtaada ee ceshadka kaadida.

5. Tuurida

Alaabta badanaa aadka loogu tuuro waxaa loo tuuri karaa sida qashinka caadiga ah ee guriga. Alaabta ceshadka kaadida waa inaan WELIGEED musqusha lagu tuurin si loo biyo raaciyo.

6. Awaamiirta dhaqitaanka

Alaabta dib loo isticmaali karo waa inuu kuu sheegaa galkeedu sida loo dhaqayo markaad iibsato. Ha iibsan alaabta dib loo isticmaali karo haddii aadan heysan qasaalad iyo qalajiye, ama xarkaha dharka lagu wadho oo ay sahlan tahay inaad gaadho. Marka loo eego siday u nuugayaan oo ay qaataan wakhti ka dheer inay ku qalalan goyaasha iyo kastuumayaasha, weydiiso kambiyoone aad marka koowaad isku daydo.

YAA WAX KA BIXIYA ALAABTA CESHADKA KAADIDA?

Alaabta ceshadka kaadida waxay noqon kartaa mid kharash badan xaaladaha badidooda waxaad u baahan doontaa inaad adigu bixiso nafsad ahaantaada.

Haddii aad qabto ceshad la'aanta kaadida iyo saxarada oo joogta ah oo darran, oo aad fuliso shuruudaha kale ee xaq u yeelashada, Qorshaha Lacagta Caawimaada Ceshadka qaranka ayaa kaa caawin karta adiga inaad fuliso qaar ka mid ah kharashaadka alaabta ceshadka kaadida.

Wasaaradda Arimaha Dadka dalka u soo dagaalamay sidoo kale ayaa maamula Barnaamijka Qalabka Dhaqancelinta oo laga yaabo inaad isticmaasho haddii aad heysato Gold Card ama aad xaq u leedahay White Card ka.

Sidoo kale, dawladaha territory-ga iyo gobolka qaarkood waxay bixiyaan adeegyo lagu taagero dadka ay saameysay ceshad la'aanta kaadida iyo saxaradu, oo ay ku jiraan siinta alaabta ceshad la'aanta. Adeegyadan way kala duwan yihiin gobolada, waxaana laga yaabaa inay ku jiraan qiimeynta macaamiisha, taageerada iyo waxbarashada.

ALAABTA CESHADKA KAADIDA IYO SAXARADA

Xaaladaha badidooda waxaad u baahan doontaa inaad ka doonato caawimaada aqoonyahanada caafimaadka sida dhakhtarkaaga ama kalkaalisada ceshadka kaadida si aad u isticmaasho adeegyadan.

Haddii aad la xiriirto National Continence Helpline waxaad caawimo adeegyada ceshad la'aanta ku saabsan taas oo aad heli karto .

CAAWIMAAD DOONO

Kelidaa ma tihid. Kontoroolka xun ee kaadiheysta waxaa si fiican loo maamuli karaa haddii la daaweeyo. Haddii aadan waxba sameyn waxaa laga yaabaa inay ka sii xumaato.

Haddii aad qabto wax su'aalo ah oo ku saabsan kontoroolka mindhicirka ama kaadiheysta, waxaad la xiriiri kartaa:

La talliyayaasha Khabiirada ah ee Khadka taleefanka ee National Continence si bilaash ah:

- Macluumaad;
- Tallo; iyo
- Warqado.

WECITAAN BILAASH AH * 1800 33 00 66 (8 subaxnimo ilaa 8 fiidnimo Isniinta ilaa Jimcaha), ama

Gal website kan: www.bladderbowel.gov.au

Khadka caawimaada wuxuu ka sameyn karaa turjumaan Adeega Turjumaada Taleefanka (TIS). Fadlan wac 131450 Isniinta ilaa Jimcaha weydiisona Khadka caawimaada.

Alaabta ceshadka kaadidu waxay caawin karaan in la maamulo dhibaatooyinka kontoroolka mindhicirka iyo kaadiheysta.

* Wecitaanada taleefanka gacanta waxaa lagu dalacayaa heerka lacagta ee qaabilsan.