

Xubinta dhalmada foosha kadib

Dumarka inta badan dhaawacyo kala duwan ayaa kasoo gaara xubinta dhalmada markey ummulaayaan. Darajada koowaad Inyar oo gudaha xubinta dhalmada iyo xuubka gudaha ayaa dilaaca. Darajada labaad iyo jarida, muruqyada meesha ay iska heystaan ayaa dilaacda.

Muruqii la jaray ama go,ay waxaa qasab noqoneysa in la tolo si muruqyadii si wanaagsan ugu raystaan. Jarida waxay suurto galineysaa si cunuga madaxiisa usoo bixi karo dhammaadka foosha. Qiyaastii 100kii dumar 3 buu ku dhacaa dillaaca oo uu dilaaco ilaa muruqa malawadka qaybtiisa hoose, waa dirajada saddexaad ama dillaca afarad. Malawadka qaybtiisa hoose waxey leedahay labo muruq, mid gudaha iyo mid bannaanka, oo qofka ka caawin inuu saxarada iyo dhuusada ceshankaro. Muruqa bannaanka qofka asaga baa awoodiisa ku koontarooli karo laakiin muruqa gudaha waa mid atomaatig ah oo anaga wax saameyn ah kuma yeelan karno. Inyar oo xargo muruq ama qeyb weyn oo muruqahaas baa dhaawac ahaan kara. Dilaacyada u baahan in wax laga qabto foosha kadib baa la xaliyaa. Markaas kadib waxaa bilaaban iney meesha dhaawaca soo bogsato iyo meesha la tolay. Dunta ayada baa iskeed uga tirtirmeyso. Meesha dillaca caadiyan si fiican bey u bogsataa, laakiin waqti bey qaadan karta qofka intuu ku soo noqdo siduu ahaan jiray.

Adiga waxaa ummulisada ka codsata iney sawiradan kaa tusiso sidaa u dillacday.

Xubinta dhalmada bannaankeeda



xubinta dhalmada gudaheeda



- Marka ummuleysay adiga waxbo ma aadan dillaacmin
- Marka ummuleysay adiga inyar waxaa ku dillacay maqaarka xubinta dhalmada (dirajo 1)
- Marka ummuleysay adiga waxaa ku dillac xubinta dhalmada gudaheeda iyo/ama inta u dhaxeysa (dirajo 2)
- Marka ummuleysay adiga waxaa lagu jaray halmar inta u dhaxeysa
- Marka aad ummuleysay adiga waxaa ku dillacay ilaa malawadka qaybtiisa hoose, oo muruqa futada gudaheeda, oo lagu magacaabo sfinterruptur/waad isgoosatay (dirajo 3 ama 4)

Warbixin kale waxaad ka heli <http://backenbottenutbildning.se> qeybta ey ku qorantahay *Interaktiv 3-D-modell*.

Xanuun iyo xanuun baabi,iye

Arin aad u dhib badan bey noqon karta inaad adoo kasoo kabsanaaya dhaawicii kasoo gaaray dhalmada hadana aad cunug yar xanaaneyso. Qofka markuu ka soo kabsanaayo dhaawicii ay dhalmadu sababtay Waxaa aad u muhiim ah inuu kaalmo iyo caawinaad uu ka helo qoyska iyo saaxibada.

Xanuun aad dereemi doontid markaad umul cusub tahay waa wax caadi ah laakiin waa inuu xanuunka nusqaamo maalinba maalinta ka dambeyso. Daawada xanuun jebiyaha oo la dhaho paracetamol, tusaale ahaan. Alvedon®, 500 mg 2 kiniini 4 jeer maalintiiba, waxaa kale oo aad cuni karta ibuprofen, tusaale ahaan. Ipre®/Ibuprofen® 400 mg 1 kiniini 3 jeer maalintiiba, baa lagu la talin. Daawooyinkaan wax saameyn ah kuma yeeshaan naas-nuujinta. Xanuun jebiye wanaagsan wuxuu adiga kuu suurtagalin inaa adiga dhaqdhaqaaq suubinkartid oo taasna waxey fududeyn in dhaawaca si wanaagsan kuugu bogsado.

Maadaama aad umul cusub tahay xubinta dhalmada ey ku bararsantahay oo aad xanuun ka dareemeysid. Waxaa dhib kugu noqoneysa inaad fadhiga badsid. Isku kala badal inaa fadhisiid, socotid ama jiiftid. Adigoo jiiftid naaska nuuji si aadan u dhibsan oo ay kuugu fududaato inaad si wanaagsan isku daciso. Iska ilaali barkinta wareegsan oo lagu fadhiisto maadaama ey qofka ku badinkarto bararka iyo xanuunka. Maalinba maalinta ka dambeysa dhaawucu wuu soo bogsanaayaa, bararkuna wuu sii yaraanaya, dhowr bilood kadibna dadka inta ugu badan weey ka soo bogsadan. Haddii aad xanfah ka dareentid marka aad kaadineysid waxaa meesha ku shubtaa biyo intaa kaadineysid oo dhan.

Daryeelka nabarka

Suufka iska badal dhowrkii saacba mar ama marka aad qooyaan ka dareentid. Xubinta dhalmada iska biyo raaci markaa u baahatid laakiin biyo raacinta ha ka badin hadii kale maqaarka baa ku qallali. Ha isticmaalin saabuun ama kareem. Ha xoqin inta u dhaxeysa xubinta dhalmada iyo futada marka aad iska qallajineysid. Markey kuu suurtagaleyso dabaysha u dhig. Haddii meesha dunta lagu tolax ey wax dhibsato waxaa ku biyo raacisaa biyaha nabarada lagu dhaqo oo waxaa ka heli oo ka soo iibsan farmashiyaha. Haddii dunta aad dareemeysid oo dhib kugu haayso markey labo usbuuc ka soo wareegto waxaa suurtagal ah inaad u baahantahay in lagaa furo dunta, oo nala soo xiriir sidaa ku heshiinay.

Shaqeynta Mindhicirta

Habka ey mindhicirta u shaqeyneyso waxaa saameyn ku yeelankarto canug dhallida iyo xita nolosha is badaleyso.

Foosha kadib waa caadi qofka inuu bilaawga dhuusada isku celinkarin. Laakiin arrintas qofka dhowr isbuuc kadib , wuu ka soo fiicnaan ilaa muddo gaari hal sano foosha kadib.

Caadiyan sababta ugu horeysa ee keenta dhuusada badan waxay tahay saxarada oo aan mindicirka kasoo wada dhamaan. Dhuusadu waxay ka sameysantaa saxarada ku hartay qeybta dambe ee mindicirada.

Taasna waxaa uga hortagikarta inaad musqusha aadid isla markas aad dareentid inaa u baahantahay inaad saxarootid. Markaas waxaa yaraaneysa halista oo in saxarada kugu dhegto iyo iney saxaradii kaa soo wada bixi weeyso. Dhaqdhaqaaq, tusaale ahaan lugee, biyo badana cab taasi waxey nusqaamin halista oo iney saxarada kugu dhegto ah. Haddii saxarada adkaato ama ey adkaato iney kaa soo baxdo waxad isku caawin kartaa inaad isku qabatid inta u dhaxeysa xubinta dhalmada iyo dabada ama darbiga dambe ee xubinta dhalmada taas oo kuu fududeyn karta saxarada iney kaa soo baxdo. Faa,iido kuuma kordhineysa hadaad iska soo riixdid saxarada . Waxaa dhaanto inaa sugatid ilaa aad ka dareemeysid

inaa saxarootid. Lugaha saaro gambar sidey jilbaha uga kor maraan simaha iyo adigoo jilcin caloosha soo riix.

Iska daryeel markasto saxarada kugu dhegto, tusaale ahaan isticmaal daawada caloosha jilcisa oo recept la,aanta ah oo loo yaqaan bulkmedel. Talo weeydiiso shaqaalaha farmashiyaha. Iska ilaali waxyaalaha/cuntooyinka hawo mindhicirada ku aburo.

Dhaawaca la dhaho sfinkterruptur kadib aad bey muhiim u tahay inaa iska ilaalisid iney saxarada ku adkaato sidey muruqaha u helaan fursad ey ku bogsadan. Markaas qofka waxaa kula talineynaa daawada paraffinemulsion oo saxarada jilcin kuuna fududeyn inaad saxarootid. Icticmaal 15 ml 2 jeer maalintiiba muddo gaari 2 isbuuc iyo haddii loo baahdo 1 mar maalintiiba muddo gaari 1 isbuuc. Halmar ha joojin, oo tartiib tartiib iskaga nusqaami iyo cun cuntooyinka caloosha soco siiyo.

Inteey kugu qaadan karto inaad bogsato

Soo bogsanaanta waa iney ahaato mid aad dareemeysid maalinba maalinta ka dambeyso. Dhowr bilood kadib waa inaa dareemi kartid in ciladahii degdega aad ka soo fiicnaanoosid iyo jirka soo ficnaandoono ilaa muddo hal sano dhalimada kadib.

Firfircoonida jirka

Firfircoonida Jirka ama inaad dhaqdhaqaaqdo waxay saldhig u tahay bogsashada dhaawaca hadii aadan xanuun dareemeynin. Bilaawga waxaa wanaagsan inaad lugeysid ilaa intaa lugeyinkartid tartiib tartiib iyo markas kadib wax ku dartid. Waa arrin caadi ah qofka inuu culeys ka dareemo xubinta dhalimada waqtiga ugu horeeya dhalida kadib.

Inyar la sug dhaqdhaqaaqyada firfircoonida badan leh sida boodboodida, orodka iyo biraha culeyska la qaadi waqtiga ugu horeeya intey kaaga adkaan lafta misigta. Tartiiib u bilaaw oo kordhi markaas kadib. Haddii aad dareemeysid inaad ceshankarin kaadida i.w.m ama cules xagga hoose ah, inyar dib u dhigo tababarka iyo sii wado tababarida lafta misigta. Haddii adhibaatu wali sideedi sii tahay markaad sameyso baaritaanka sideeda usbuuc dhalida kadib, waxaad xaq u leedahay inaad caawinaad fysioteapeut heshid.

Nolosha galmada

Nabarka gudaha xubinta dhalimada wuxuu u baahanyahay waqti uu ku bogsado. Waxey qaadan kartaa isbuucyo ama bilooyin. Waqtiga ey qaadan ilaa qofka ka dareemi inuu galmo suubiyo weey kala duwan tahay. Galmo jameecada ah waa in la iska ilaalshaa haddii ey leedahay xanuun iyo inta uu nabarka ka bogsan. Aad bey muhiim u tahay in galmada ey tahay mid adiga dooneysid. Waxaa haboon in adiga iyo qofka nolosha wada qeybsaneysiin aa tihiiin laba qof oo si toos ah u wada hadli kara. Fadlan ballanso waqti haddii aad dooneysid inaa nagala hadashid nolosha galmada. Intaa canuga naaska siineysid darbiyada xubinta dhalidu waa qafiif. Waxaa ku caawin karo boomaatada la dhaho östrogenkräm iyo/ama jeelka jilciya xubinta dhalimada. Ilaa qofka ka soo fiicnaan daawaca sfinkterruptur waa inuu iska ilaalshaa galmada futada ilaa intuu ka soo wada fiicnaan.

Tababarida lafta misigta

- Foosha kadib waxaa wanaagsan ilaa bilaawdid ku tababarashada fudud oo la dhaho "isku qabo"["hitta-knip"]. Isku qabo malawadka qaybtiisa hoose, xubinta dhalimada iyo kaadimareenka. Isku haay ilaa 2 ilbiriqsi. Is dibci iyo naso 2 ilbiriqsi. Ku celi 10 jeer, 3 jeer maalintiiba.

- Markuu xanuunka kuu diideyn adiga waxaa bilaabikarta inaa tababartid lafta misigta. Isku qabo malawadka qaybtiisa hoose, cambarka iyo kaadi mareenka iyo kor u qaad iyo hoos u dhig ilaa intaa awoodid. Isku haay ilaa 6-8 ilbiriqsi. Is dabci oo naso 6-8 ilbiriqsi markasto. Ku celi ilaa 10 jeer, 3 jeer maalintiiba.
- Markaa adiga xoog soo jeelatid, tababarkasto waxaa ku soo gabogabeysaa isku qabasho aad isku hayneysid inyar oo dheer. Isku qaboshadaas ma u baahna inaa xoog isku haysid. Waxaa isku daydaa inaa isku haysid ilaa inta awoodaada ah, 15-60 ilbiriqsi. Ha iloobin inaad neefsatid iyo nasatid marka aad tababarka dhameysatid.
- Adiga waa inaa dareentid inaa soo xoogsatay saddex bilood oo maalinkasto tababaraneysid. Haddii adiga aadan heli karin muruqaha ama tababarka dareemeysid inuu ku anfaceyn waxaa haboon adiga inaa la xiriirtid qeybta daryeelka dumarka.

Ka sii darid – goormee baa aniga la soo xiriiri isbitaalka?

- Barar iyo inaad si kale dareemeysid waa caadi isbuucyada koowad. Maalinba maalinta ka dambeyso waad soo fiicnaan. Laakin haddii xaaladaada ey sii xumaato oo adiga dareemeysid tabar daro, tusaale ahaan xubinta dhalmada ku soo uri, qandho ama dareemeysid jiro waxaa sabab u ahaan karta meesha nabarka inuu infekshan kaa galay. Waxaa markas dhici karta inaad u baahantahay in antibiyootika/qalajiso lagu qoro.
- Haddii aad xanuun dareentid marka aad saxarooneysid oo taasna kugu adkeyn inaa mindhicikarada saxarada ka soo saartid.
- Haddii tolniinka wali ku dhibi labo isbuuc kadib.
- Haddii saxarada aadan ceshan karin.
- Haddii cilmi nafsi ahaan aad dareemeysid caafimaad daro, oo tusaale ahaan fooshii dhib u dareentay iyo dhaawaca dhalmada oo saameeyn ku yeesho nolol maalmeedkaada ama canuga wada xiriiri la yeelankarin.

Ka wardooid

Aad bey muhiim u tahay inaad la xariirtid baaritaanka hubinta ummusha oo qeybta ummulisada. Adiga waa lagu baari si loo hubiyo inaad soo bogsaneysid.

Liiska diwaangalinta dhaawaca dhalida.

Liiska diwaan galinta dhaawaca dhalida waxaa la isticmaala dillaacyada aadka u weeyn sida isgoosashada. Taasna wuxuu ujeedkeeda yahay in shaqaalaha daryeelka caafimaadka warbixin ka helaan adiga xaaladaada meesha ey ku dambeyso foosha kadib, si lagu siiyo daryeel wanaagsan. Adiga waxaa ka jawaabi doontaa su'aalo markaa joogtid qeybta carruurta hada la dhallay, labo bil kadib iyo hal sano markey dhalmada ka soo wareegto, su'aalo ku saabsan xubinta dhalmada sidaa ka dareemeysid iyo isticmaalkeeda sida uu kula yahay. Dhakhtarkaaga ama ummulisada baa markas heli warbixin ku saabsan adiga xaaladaada meesha ey ku dambeyso waxaadna heleysaa caawinaad haddii ay jiraan wax dhibaato ah. Aad bey u wanaagsantahay inaad ka jawaabtid foomka su'aalaha haddii xita aadan wax dhib qabin. Haddii wax dhib kugu ah ey jiran isla foomkas baa ku soo dalban in lagula soo xiriiro.

Marmar weey adagtahay qofka inuu kala saaro maxaa caadi ah oo dhaawaca foosha kamid ah iyo maxaa dhibaato ah. Markey su'aalaha noqoto sidaan u fikir: haddii dhibka aad dareemeysid uu u baahdo in dhakhtarka daawo kuu qoro ama ballan dhakhtar dib ugu soo noqo lagu dhaho, waxaad ku xisaabin dhibka mid *fudud*. Haddii dhibka ku haysto aad u saameeyn tayada noloshaada iyo/ama adiga qalliin markale lagugu celiyo, waxaad ku xisaabin dhibka mid *culus*.

Dhalmada musqabalka

Uur cusub halis uma ahan lafta misigta. Dumarka inta ugu badan oo uu soo gaaro dhaawaca dhalida, canuga labaad dhib la,aan ayey dhalaan. Caadi beyna uga dhalaan xubinta dhalmada oo wax dhib ah kalama kulmaan. Markey noqoto dhaawaca dhalmad ee la dhaho sfinkterskada 100kiiba 5-7 baa halis ku jiro iney markale daawicii isgoosashada soo gaaro. Qofkii dhaawacaan isgoosashada soo gaara oo caadi u bogsada waxaan kula talinaa inuu si dabiici ah u dhalo. Laakiin qofka haddii uu wax ka dareemi malawadka qaybtiisa hoose ama xubinta dhalmada, waxaa loo qorsheyaa dhalmada qalliinka. Haddii aad uur kale yeelatid kulanka koowad oo la yeelaneysid ummulisada ama dhakhtarka baa uga wada xaajoneysiin habka aad u dhali laheyd dhalmada mustaqbalka soo socoto. Wada hadalkaas waa isku sii diyaarin kartaa oo su'aalahan baa isticmaali kartaa: Maxaan dooran karaa ? Faa'iido iyo qasaaro maxaa aniga xal igu jira? Caawinaadee baa aniga heli karaa sidee go'aan wanaagsan u gaari karaa?

Haddii aan dhib la kulmo meeshee baa aniga la xiriiri karaa?

- Haddii dhibaato degdeg aad la kulantid dhowr isbuuc gudahiiisa dhalmada kadib waxaa la xiriirta 1177 ama qeybta carruurta hada la dhallay sidey talo kuu siiyaan.
- Haddii aad dhib ka dareemeysid xubinta dhalmada bilooyinka koowad waxaa la xiriiri ummulisadii kugu shaqada laheed.
- Haddii aad dooneysid inaa su'aalo ka weeydiisid fooshaadi la xiriiri qeybta dhalmada ama qeybta carruurta hada dhashay.
- Haddii aad u baahantahay caawinaada shaqaalaha wada hadalka lala yeesho waad heli karta. Soo wac 1177 iyo weeydii wadada loo maro meesha adiga ku nooshahay.

Warbixintaan ku socoto bukaan jiifka waxa soo qorey dhakhtarada aqoonta qaaska u leh xubinta dhalmada dumarka iyo ummulisooyinka. Ururka la dhaho Svensk Förening för Obstetrik och Gynekologi iyo Svenska Barnmorskeförbundet baa la wada shaqeeyeen Löf (Ceymisha guud oo caafimaadka gobalada[Landstingens Ömsesidiga Försäkringsbolag]) oo mashruuca dhalida la hubo oo ujeedkeeda yahay in la nusqaamiyo halista dhalista dhibaatooyinka ku imaan karta, caruurta dhalaneeysa iyo haweenka dhalaaya

Fadlan la soo xiriir saker.forlossning@lof.se haddii aad dooneysid inaa macalluumaadka wax naga tiraahdid.