

Tilmaamaha Waalidiinta Ee Caafimaadka Caruurta

Ilmahaagu si degdeg ah ayuu u korayaa! Halkaan waxaan idinkugu soo gudbineynaa waxyaabo idinka caawinaya in ilmahaagu caafimaad ku nagaado da'a kasta oo uu jiro.



Booqashada Dhakhtarka Ee Fayo Qabka Caruurta (dhalashada ilaa Qaangaarka)

Waalidka, adiga ayaa ilmahaaga fure ugu noqon kara inuu caafimaadkiisa si wanaagsan ku bilowdo.

Xitaa haddii aad aaminsan tahay in ilmahaagu caafimaad qabo—waa muhim in aad ilmahaaga/qaangaarkaaga si joogta ah aad dhakhtarka u geysa. Caafimaadka ilmahaaga gacantaada ayuu ku jiraa. U dhameystir talaalada adiga oo dhibaataada caafimaadka xilli hore ogaanaya, oo ay ka mid yihiin neefta, xasaasiyadda, sokoroowga (macaanta) iyo cudurada dhimirka.

Waa maxay waxyaabaha la sameeyo booqashada dhakhtarka ee fayo qabka ilmaha?

Dhakhtarkaaga ayaa kaala hadlaya haddii ay jiraan wax dareen ah oo ilmahaaga/qaan gaarkaaga aad ka qabto—tusaale ahaan haddii uusan si fiican u seexan ama cuntada uusan u cunin, finan ka soo yaaca, xanuun iyo ooyin joogta ah, xasaasiyadda, isku buuqa, waxyaabaha uusan xoogga saareyn, iwm. Dhibaatooyinka caafimaadka ee aan horay loo ogaan way sii kordhaan marka ilmahaagu sii weynaado.

Baaritaanka jirka ee madaxa ilaa suulasha ayaa dhextaal u ah booqashada. Baaritaanka kale waxaa ka mid ah:

Indhaha — ilmahaagu/qaangaarkaagu si wanaagsan wax mau arkayaa.

Maqalka — ilmahaagu/qaangaarkaagu si wanaagsan wax ma u maqlayaa.

Miisaanka — ilmahaagu/qaangaarkaagu miisankisu ma yahay mid caafimaadkiisa ku haboon.

Maanta wac xafiska dhakhtarka si aad ilmahaaga ugu sameyso balanta fayo qabka!



Ma dooneysaa in lagaa caawiyo helitaanka dhakhtarka, gaadiidka aad dhakhtarka kutagto, ama aad qabto wax su'aal ah? Wac adeegga macaamiisha ee Molina ee **(888) 999-2404 (TTY: 711)**, Isniin-Jimce 8 aroornimo - 5ta galanimo. ee waqtiga gobolada dhexe. Su'aalaha la xiriira caafimaadka, soo wac khadka kalkaalisada caafimaadka ee 24 ka saac ee **(888) 275-8750** (Af Ingiriisi) ama **(866) 648-3537** (Af Isbaanish).

Waa maxay waxyaabaha ay fili karaan da'a kasta

Booqashada dhakhtarka ee caruurta, dhakhtarku waxa uu xaqiijinayaa in ilmahaagu koritaankiisu yahay mid ku taagan sidii loogu talo galay. Halkan waxaan kuugu soo gudbineynaa booqashada la socoshada koritaanka caruurta.

1 todobaad gudihiis (jir ah)	2 Bilood	4 Bilood
<ul style="list-style-type: none"> Baaritaanka jirka Talaalada 	<ul style="list-style-type: none"> Cabirka iyo miisaanka ilmahaaga Baaritaanka indhaha iyo dhagaha Baaritaanka haddii ay jirto dhibaato la xiriirta neefsiga iyo finan ka soo yaaca Ilmahaaga lugihiisa oo la dhaqdhaqaaqiyo si loo hubiyo in miskuhu si wanaagsan u dhaqdhaqaaqayaan Su'aalo ku saabsan sida ilmahaagu u seexo Wada sheekeysii guud ee xaaladda ilmahaaga Talaalada 	<ul style="list-style-type: none"> Baaritaanka jirka Cabiraadda miisaanka In lagu weydiiyo in ilmahaagu is gedgediyo, ilko cadeynayo, ama qoslayo. In aad nala wadaagto waxyaabaha aad eegeyso in ilmahaagu sameeyo bisha soo socota Talaalada
6 Bilood	9 Bilood	12 Bilood
<ul style="list-style-type: none"> Miisaanka, dhererka iyo wareegga madaxa ilmahaaga oo la cabiro Salka ilkaha oo la fiiriyo iyo calaamado muujinayo ilka soo baxaya In aad la socoto sida ilmahaaga uu madaxiisa u xakameyn karo marka uu fadhiyo In lagu weydiiyo inta jeer ilmahaagu qoslo ama uu hadaaqo. In lagaa hadlo haddii ay jirto cunto ay hido ahaan ay qoysku xasaasi ku yihiin In lagaa hadlo talaabooyinka xiga oo ilmahaaga lagu barayo cuntada adag Talaalada 	<ul style="list-style-type: none"> Baaritaanka jirka Talaalada 	<ul style="list-style-type: none"> Miisaanka, dhererka iyo wareegga madaxa ilmahaaga oo la cabiro Baaritaanka maqalka iyo araga ee ilmahaaga In la baaro in ilmahaagu ilko u soo baxayaan In lagu weydiiyo haddii ilmahaaga uu erayo ku dhawaaqayo ama uu isku dayo inuu iskiis u socdo In lagaala hadlo dabeecadda cuntada ee ilmahaaga ee isbedeleysa Dhiigga oo laga baaro sunta rinjiga (lead) Talaalada
12 Bilood	15 Bilood	18 Bilood
<ul style="list-style-type: none"> Miisaanka, dhererka iyo wareegga madaxa ilmahaaga oo la cabiro Baaritaanka maqalka iyo araga ee ilmahaaga In la baaro in ilmahaagu ilko u soo baxayaan In lagu weydiiyo haddii ilmahaaga uu erayo ku dhawaaqayo ama uu isku dayo inuu iskiis u socdo In lagaala hadlo dabeecadda cuntada ee ilmahaaga ee isbedeleysa Dhiigga oo laga baaro sunta rinjiga (lead) Talaalada 	<ul style="list-style-type: none"> Baaritaanka jirka Talaalada 	<ul style="list-style-type: none"> Baaritaanka jirka Talaalada
18 Bilood	2 Sano	3 Sano
<ul style="list-style-type: none"> Cabirka iyo miisaanka ilmahaaga Baaritaanka indhaha iyo aragga ilmahaaga Cabiraadda madaxa ilmahaaga, hab lagula socdo koritaanka maskaxda ee ilmaha In lagu weydiiyo waxa uu ilmahaagu odhanayo. Maka jawaabaan waxyaabaha aad weydiiso? In lagaala hadlo cuntada uu ilmahaagu cuno 	<ul style="list-style-type: none"> Baaritaanka jirka Talaalada Dhakhtarkaaga weydii baaritaanka leedhka haddii aan ilmahaaga horay loogu sameyn baaritaanka 	<ul style="list-style-type: none"> Baaritaanka jirka Talaalada



Talaalka Durayga

Talaalka durayga (talaalka) waa mid amaan ah oo ilmo kasta oo 6 bilood ka weyn qaadan karo. Haddii uu qaato, waxaa yaraanaya fursadaha uu ilmahaagu ku xanuunsado oo durgiga ama halka caruurta lagu hayo ka baaqdo. Talaalka durayga waxa uu mararka qaarkood badbaadiyaa noloshu caruurta. Haddii duraygu aad ugu xumaado, ilmaha da'doodu ka yar tahay 5 sano ama xaaladaha qaarkood waxaa ka dhalan kara dhibaato aad u daran waana in la geeyaa isbitaalka. Taas waad ka digtoonaa kartaa oo badbaadin kartaa ilmahaaga. Maanta qabso balanta talaalka durayga!

4 Sano	5 Sano	6 Sano
<ul style="list-style-type: none"> • Baaritaanka jirka • Baaritaanka maqalka iyo aragga • Talaalada 	<ul style="list-style-type: none"> • Baaritaanka jirka • Baaritaanka maqalka iyo aragga • Talaalada 	<ul style="list-style-type: none"> • Baaritaanka jirka • Baaritaanka maqalka iyo aragga • Talaalada
7 Sano	8 Sano	
<ul style="list-style-type: none"> • Baaritaanka jirka • Talaalada 	<ul style="list-style-type: none"> • Baaritaanka jirka • Talaalada 	
Sanad kasta laga bilaabo: 9-12 sano	Sanad kasta laga bilaabo: 13-21 sano	
<ul style="list-style-type: none"> • Baaritaanka jirka • Talaalada • Weydii dhakhtarkaaga talaalka HPV 	<ul style="list-style-type: none"> • Baaritaanka jirka • Talaalada • Weydii dhakhtarkaaga sida uu ilmaha ugu dhameystiri lahaa talaalka durayga 	

Sunta rinjiga ka dhalata

Sunta ranjiga ku jirto waxa ay dhacdaa marka uu leedh fara badan raaco dhiigga. Waxaa laga helaa rinjiga guryaha, wasaqda iyo busta u dhow wadooyinka waaweyn, qaar ka mid ah qalabka alaabada caruurta ku ciyaarto, waxyaabaha la isku qurxiyo, dheriyada qaarkood, iyo nacnaca. Xitaa tiro yar oo sunta rinjiga ah ee laga helo ilmaha jirkaaga waxa ay keeni kartaa dhibaato caafimaad oo khatar ah.

Ilmahaaga halaga baaro marka uu gaaro ha sano.

Baaritaanka dhiiga ee leedhka waa mid lacag la'aan ah!

Maanta balan ka qabso dhakhtarka ilmahaaga oo ka socdo baaritaanka dhiigga ee leedhka. Sunta leedhka way fududahay in la daweyo haddii xilli hore la ogaado.



Talaalka HPV

Ma ogsoon tahay in talaalku uu caawin karo ka hortagga LIX nooc oo kansar ah ee ilmo kasta lab iyo dhedigba?

American Cancer Society (Ururka Ka Hortagga Kansarka) waxa uu ku talinayaan in talaalka human papillomavirus (HPV) qaataan caruurta da'doodu u dhaxeeyso 9-12. Talaalka labaad waxaa la qaataa 6-12 bilood ka dib, sidaa darteed way fududahay in aad talaasho ilmahaaga booqashada xigta ee fayyo qabka ka dib marka uu qaato talaalka koowaad.

Waa maxay sababta loo qaadanayo talaalka HPV?

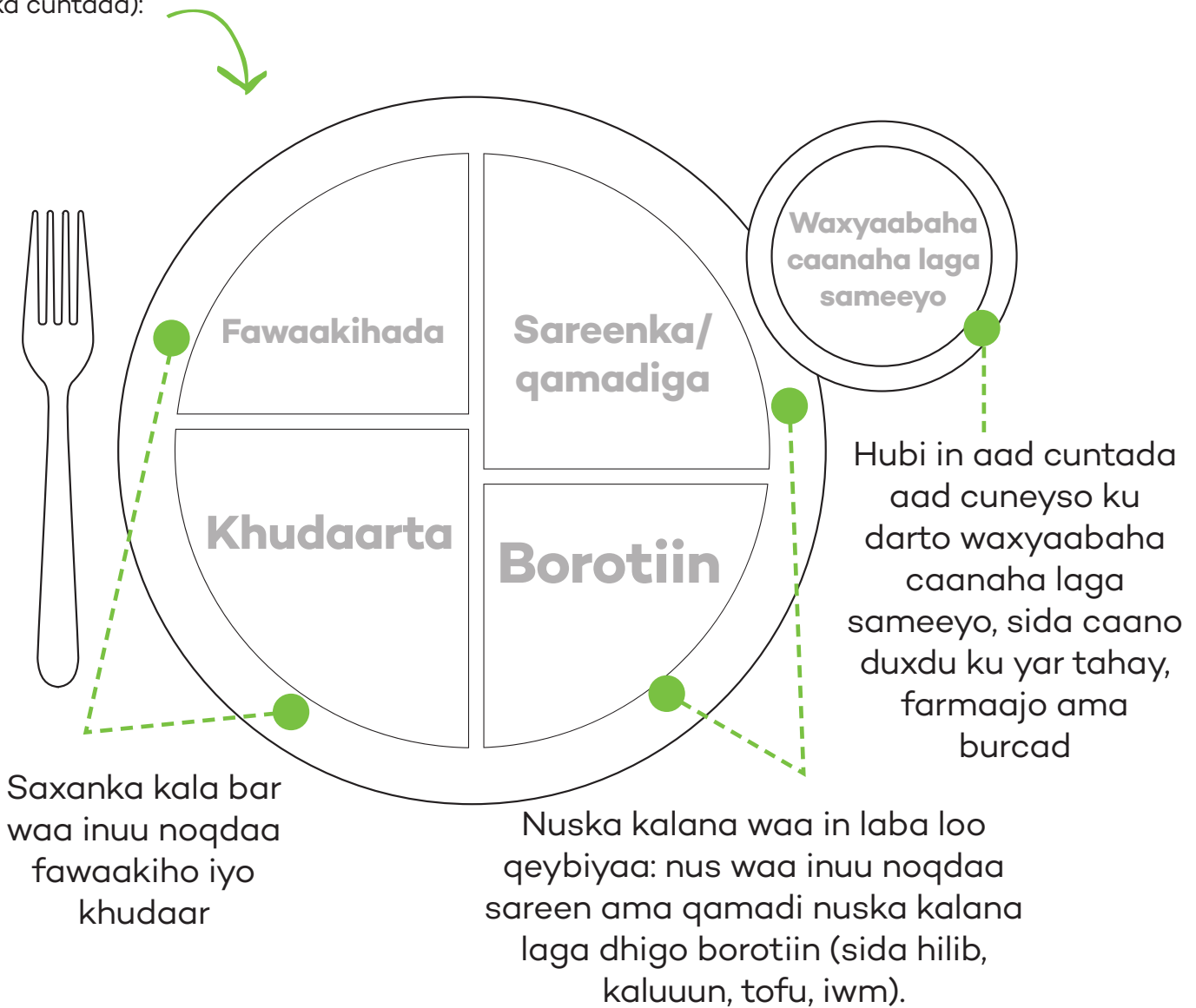
- Talaalka oo xilli hore la qaato waa sida ugu wanaagsan oo looga hortegi karo kansarka HPV ee dadka waaweyn ku dhaca. Jirka ilmahaagu waxa uu sameysanayaa difaac adag oo isaga difaaco HPV marka uu talaalka qaato waqtiga ku haboon.
- HPV waa mid caadi ah oo ku dhici kara qof kasta ugu yaraan hal nooc oo ka mid ah HPV inta ay nool yihiin, laakiin talaalka HPV waxa uu ka hortagayaa 90% kansarka HPV sida laga soo xigtay American Cancer Society.

Hubi in aad dhakhtarkaaga weydiiso talaalka HPV. Ka mid noqo waalidka go'aanka ku gaaray in ay caruurtoda ka ilaaliyaan kansarkka HPV oo siiyaan talaalka HPV.



Dooro cunto caafimaadka u wanaagsan

Marka uu ilmahaga cuno cunto caafimaadka u wanaagsan, waxa ay dareemaan caafimaad iyo tababar dheeraad ah oo ku qaban karaan wixii ay doonayaan. Sidan ayaa cuntada wanaagsan u eg tahay (saxanka cuntada):



You have the right to get this information in a different format, such as audio, Braille or large font due to special needs or in your language at no additional cost. Interpreter services are provided free of charge to you. For help to translate or understand this, please call (888) 999-2404 (TTY: 711). **ATTENTION:** If you speak English, language assistance services are available to you free of charge. Call (888) 999-2404, (TTY: 711). **Español:** ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al (888) 999-2404, (TTY: 711). **Hmoob:** LUS CEEV: Yog tias koj hais lus Hmoob, cov kev pab txog lus, muaj kev pab dawb rau koj. Hu rau (888) 999-2404, (TTY: 711). **繁體中文 注意:** 如果您使用繁體中文, 您可以免費獲得語言援助服務。請致電 (888) 999-2404, (TTY: 711). **Русский:** ВНИМАНИЕ: Если вы говорите на русском языке, то вам доступны бесплатные услуги перевода. Звоните (888)-999-2404, (телетайп: 711). **ລາວ:** ໂປດຊາບ: ຖ້າ ວ່າ ຈຳ ທ່ານ ໃຊ້ ຈາພາສາ ລາວ, ການບໍລິການຊ່ວຍເຫຼືອ ອັດຕະໂນມັດ ຈາພາສາ, ໂຕຂໍ້ມູນ ຮຽດ ຈຳ, ແມ່ນ ນິມພໍ້ ອມໃຫ້ ທ່ານ. ໂທ 1-800-665-3086 (TTY: 711). **Soomaali:** FIIRO GAAR AH: Haddii aad ku hadashid af Soomaali, adeegyada caawinta luuqada, oo bilaash ah, ayaa lagu heli karaa. Soo wac (888) 999-2404, TTY: 711. **Tiếng Việt:** **CHÚ Ý:** Nếu bạn nói Tiếng Việt, có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí dành cho bạn. Gọi số 1-888-999-2404 (TTY: 711). **မြန်မာ:** ကျေးဇူးပြု၍ နားဆင်ပါ - သင်သည် မြန်မာစကားပြောသူ ဖြစ်ပါက သင့်အတွက် အခမဲ့ဖြင့် ဘာသာစကားကူညီရေး ဝန်ဆောင်မှုများ ရရှိနိုင်သည်။ 1-888-999-2404 (TTY: 711) တွင် ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။

العربية: ملحوظة: إذا كنت تتحدث اللغة العربية، فإن خدمات المساعدة اللغوية تتوفر لك بالمجان. اتصل بالرقم (888) 999-2404، (رقم هاتف الصم والبكم: 711).