

Ku isticmaalida Guriga Tuubada Kaadida Qaada: Dhadig

Clean Intermittent Catheterization at Home: Female (Somali)

Mararka qaarkood qofku si ammaan ah kaligiis uma faaruqin karo kaadiheystiisa. Marka tani dhacdo, tuubbo yar oo la yiraahdo **kateter** ayaa loo isticmaalaa in lagu daadiyo kaadida. Tan waxaa loo yaqaannaa **kateter-gelinta goos-gooska ah** ee nadiifka ah (sidoo kale waxaa loo yaqaannaa “kateter-gelinta gudaha iyo dibadda”).

In tan si joogto ah loo sameeyo waxay caawisaa:

- Ka hortagga caabuqyada
- Ilaalinta marinka kaadida
- Ka hortagga kaadi-baxsiga iyo shilalka

Markaad ku tababarato, kateter-gelintu waxay noqotaa qayb dhakhso ah oo la maarayn karo oo ka mid ah hawl-maalmeedkaaga. Kalkaaliye ayaa ku bari doona sida tan si ammaan ah loo sameeyo.

Sida kaadiheystu u daadato

Kaadiheystu waxay kaydisaa kaadida ilaa ay ka baxdo jirka. Kaadidu waxay martaa tuubbo la yiraahdo **kaadi-mareenka** si ay jirka uga baxdo.

Inta lagu jiro kateter-gelinta, kateterka si tartiib ah ayaa loo geliyaa kaadi-mareenka waxaana loo sii riixaa kaadiheysta si ay kaadidu uga daadato.

Goorta la sameeyo kateter

Kalkaalisada ama dhakhtarka cunugaaga ayaa kuu sheegi doona inta jeer ee loo sameeyo kateter. Waa muhiim inaad raacdo jadwal joogto ah.

Dadka badankoodu waxay kateterka isticmaalaan qiyaastii **4-tii saacadoodba mar**, oo ay ku jiraan:

- Marka la tooso
- Kahor intaadan seexan

Jadwalkaaga kateter-gelinta waa in lala wadaagaa dugsiga, shaqada, ama daryeelayaasha hadba sida loogu baahdo.

Waxaa laga yaabaa inaad u baahato inaad kateterka isticmaasho wakhti ka horreeya haddii aad dareento:

- Kaadi-bax ama qoyaan u dhexeeya waqtiyada kateter-gelinta
- Buuxsanaan, raaxo-darro, ama caloosha hoose oo bararta
- Degganaan la'aan
- Bilowo inuu dhidido isagoon wax jimicsi ah sameyn
- Qarqaryo
- Madax xanuun

Haddii aad qabto dhaawac laf-dhabarta ah oo ay la socoto autonomic dysreflexia:

Isla markiiba kateterka isticmaal haddii aad qabto:

- Madax xanuun
- Dhidid
- Cadaadiska dhiigga oo kordha
- Qarqaryo

Qalabka aad u baahan tahay

- Kateter aan latex lahayn oo nadiif-jeermis ah ama nadiif ah (cabbirka: _____ Fr)
- Saliid biyo ku milanta (waxay ka caawisaa kateterka inuu galo) **HA** isticmaalin petroleum jelly, sida faasaliinka
- Wax lagu nadiifiyo (mid dooro):
 - o Saabuun, biyo, iyo laba maro oo nadiif ah
 - o Tuwaallo qoyan
 - o Tuwaallada carruurta
- Weel lagu ururiyo kaadida
- Gacmo gashi, haddii aad u baahan tahay
- Maro ama shukumaan waa inaad hoos iska geliso marka aad isticmaalayso tuubada kaadida Qaada
- Muraayad (haddii loogu baahdo is-kateter-gelinta)

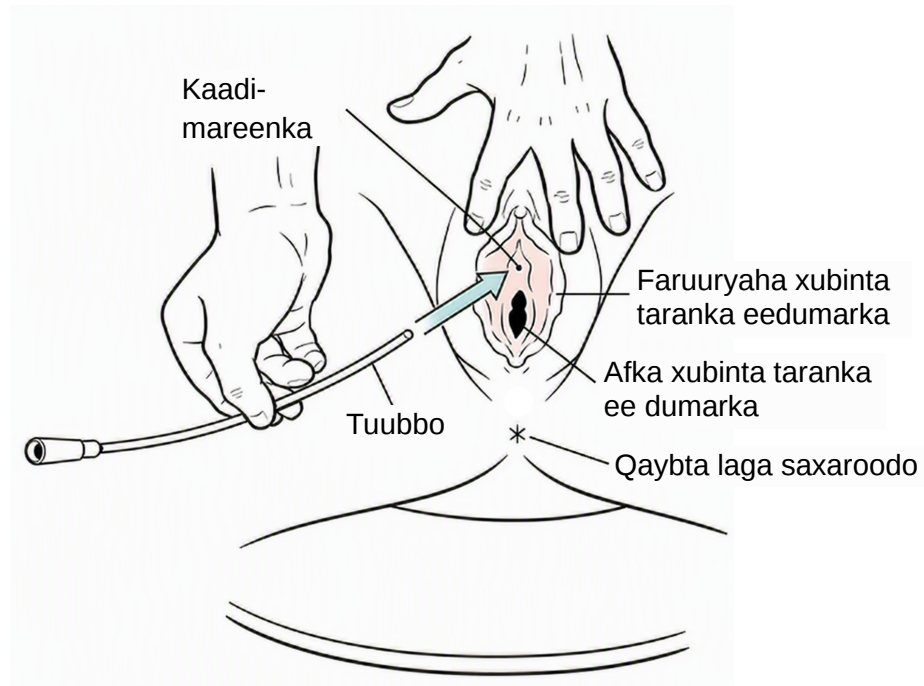
Carruur da'doodu tahay sida 4–5 sano ayaa baran kara inay is-kateteraystaan iyagoo leh tababar iyo hagd. Kalkaaliye ayaa kaa caawin kara barashada is-kateter-gelinta marka aad diyaar u tahay inaad barato.

Sida loo sameeyo kateter

Afeef: Haddii aad adigu is-kateter-gelinayso, fadlan iska dhaaf tixraacyada qof kale oo naftaada u tixraac.

1. **Gacmaha ku dhaq** saabuun iyo biyo. Si fiican ugu qalaji tuwaal nadiif ah. Arrintaan waxay yareyneysaa bakteeriyada waxayna ka hortagaysaa caabuqa.
2. Fur qalabka oo dhig meel nadiif ah.
3. Hubi in dharku ka fog yahay jirkooda, iyo inaad haysato iftiin kugu filan oo aad si fiican wax ugu aragto.
4. Haddii aad isticmaaleyso marooyin, labadaba qoy. Mid ka mid ah ku mari saabuun.
5. Qofka kateterka loo gelinayo ha u jiifsado dhabarka isagoo jilbaha laaban (sida rah) ama ha fariisto isagoo lugaha kala fogeeyay.
6. Si tartiib ah u kala qaad faruuryaha si aad u nadiifiso daloolka kaadida (kaadi-mareenka). (Eeg Jaantuska 1). Aagga ka nadiifi **horey ilaa gadaal**, adigoo ka bilaabaya korka daloolka kaadi-mareenka oo hoos ugu masaxaya dhinaca futada, adigoo isticmaalaya:
 - Marada saabuunta leh (ka dib ku masax faruuryaha marada nadiifka ah ee qoyan), **ama**
 - Tuwaallo qoyan (mid kasta hal mar isticmaal), **ama**
 - Tuwaallo carruurta (mid kasta hal mar isticmaal)
7. Adigoo ilaalinaya kateterka inuu nadiif ahaado, ku rid caarada kateterka saliidda biyo ku milanta. Dhaqdhaqaaqi kateterka si saliiddu ugu faafto 2-da inji ee sare ee caarada.
8. Geli qaybta dheecaanka tuubada kaadida musqusha, meesha aad ku kaadineyso ama weel.
9. Ku kala fogee furuuryaha xubinta taranka farahaaga kadibna si tartiib ah u geli tuubada kaadida adoo gelinaaya 2 illaa 3 inji. Marka kaadidu billoowdo inay soo daadato, geli 1 inji oo ah tuubada kaadida oo dheeraad ah.

10. Haddii wax kaadi ah aysan kasoo daadan tuubada, waxaa laga yaabaa inaad tuubada gelisay siilkaaga. Haddii tuubada aad gelisay siilkaaga, meesha aad ku dhaafi kartaa si ay kuu hagto. Kadibna soo qaado tuubo cusub oo geli afka kaadi mareenkaaga. (Eeg Sawirka 1). Haddii uu xiran yahay afka kaadi mareenka, waxaad u baahan kartaa inaad si tartiib ah u wareejiyo tuubada ama inaad si aayar intii ilaa xoogaa ah u riixdo tuubada si ay u gaarto kaadi haysta. **Marna xoog ha u isticmaalin tuubada kaadida.**
11. Sug ilaa inta kaadida si iskeed ah u dhamaanayso. Markaas kadib si tartiib ah usoo saar tuubada, adoo oggolaanaya in kaadi kasta oo hartay inay soo baxdo si guud ahaan kaadi haystu faaruq u noqoto. Haddii kaadi kale soo baxdo markaad soo saareyso, hakad oo sug ilaa ay ka daadato ka hor intaadan sii wadin.
12. Marka aad u diyaar garoowdo inaad soo saarto afka tuubada kaadida, qabo qaybta ugu danbeysa tuubada si kaadida hoos tuubada kusoo qulqusho si aysan adiga dib kuugu laaban.
13. Fiiri kaadida oo xusuusnow midabkeeda, urteeda, astaamaheeda (tusaale ahaan, daruuro leh, faar), iyo cadadkeeda. Diiwaangeli cadadka kaadida haddii lagu faray inaad sidaas samayso. Markaas kadib daadi kaadida oo tuur tuubada kaadida.
14. Gacmaha ku dhaq saabuun iyo biyo.



Jaantus 1: Gelinta kateter kaadi ah iyada oo loo marayo kaadi-mareenka, iyadoo la muujinayo faruuryaha si tartiib ah loo kala qaadayo si loo arko furitaanka kaadi-mareenka.

Abuurista Jadwal

Waa muhiim inaad sameysato jadwal la xidhiidha adeegsashada tuubada kaadida. Si aad u samaysato hawl-maalmeed joogto ah, hayso diiwaan maalinle ah oo ku saabsan wakhtiga kateter-gelinta, cadadka kaadida la ururiyey, iyo haddii kaadi baxdo (cadad yar, dhexdhexaad ah, ama badan) ama qofku qalalan yahay (wax kaadi ah kama baxdo inta u dhexeysa waqtiyada kateter-gelinta). Ku xirashada alaarmi xasuusin ah taleefankaaga gacanta, saacad ama aalad elektaroonig ah oo kale ayaa ku caawin karta.

Dejinta jadwalka ayaa qaadan karta dhowr billood. Marka jadwalku u shaqeeyo si sax ah, uma baahan doontid inaad cabirto cadadka kaadida aad aruuriso mar walba ood kaadi iskaga keento tuubada kaadida.

Adeegsashada tuubada kaadida adoo kaligaa ah

Si aad u hesho madaxbanaani, waa inaad barato qaabka loo adeegsado tuubada kaadida adigoo kaligaa ah, haddii ay macquul tahay. Weydii dhakhtarkaaga tusaalooyin hawlo lagu wanaajinayo isku-duwidda gacanta iyo isha si ay kuugu fududaato qabashada iyo hagidda kateterka gudaha kaadi-mareenka. Gudbin baxnaaninta shaqada ayaa la tixgelin karaa haddii loo baahdo.

Barashada kateter-gelinta adigoo fadhiya waxay kaa caawin doontaa kateter-gelinta kursiga curyaanka, baabuurka, sariirta, ama musqusha/kursiga musqusha. Si ay kuugu fududaato inaad hoos iskaga dhigto dharka marka aad xiraneysa tuubada kaadida, iskuday inaad toloto dhar suuf la isku dhejiyo ama jiinyeer ku leh geesaha ama aaga sinta.

Booqashooyinka Dabagalka Caafimaadka

Dhakhtarkaaga kaadi mareenka ama dhakhtarkaaga koowaad ayaa kuusoo jeedin doona goorta ay tahay inaad qabsato ballamaha dabagalka caafimaadka. Marka aad booqashada ku imaanayso rugta caafimaadka soo qaado diiwaankaaga maalinlaha ah ee aad ka diyaarisay tuubada kaadida, haddii sidaas lagugu amro.

Goorta La Ogeysiinayo Dhakhtarkaaga

Ogeysii dhakhtarkaaga kaadi-mareenka marka qofka kateterka loo gelinayo:

- Uusan kateterka marin karin kaadi-mareenka
- Kaadi ka baxdo inta u dhexeysa waqtiyada kateter-gelinta ee jadwalaysan
- Dhiig ku jiro kaadidiisa
- Aad ay kaa timaado kaadi saa'id ah ama aad kaadiso kaadi yar ayadoo isbadel wayn ku sameyn waxyaabaha aad cunto ama waxyaabaha aad cabto

Ka raadso daryeel dhakhtarkaaga koowaad, xarunta daryeelka degdegga ah, ama qaybta xaaladaha degdegga ah haddii aad leedahay calaamadaha caabuqa marinka kaadida:

- Xanuun ama gubasho aad dareento inta aad adeegsaneyso tuubada kaadida
- Gumaar xanuun
- Qandho ka sarreysa 101.5 F oo aan lahayn sabab kale oo muuqata

- Kaadi-baxsiga u dhexeeya kateter-gelinnada oo kordha
- Xanuun dhinaca hoose ah (dhabarka hoose)
- Lalabbo iyo matag aan lahayn sabab kale oo muuqata
- Dareemidda baahida ah in kateterka la isticmaalo marar badan iyadoo aan wax isbeddel ahi ku iman cabbitaanka

Macluumaadkan waxaa loogu talagalay ujeedooyin waxbarasho oo keliya. Looguma talo gelin inay beddesho talada bixiyeyaasha daryeelka caafimaadkaaga. Haddii aad qabto wax su'aalo ah, la hadal dhakhtarkaaga ama dadka kale ee kamid ah kooxdaada daryeelka caafimaadka. Haddii aad tahay bukaanka Gillette oo leh su'aalo degdeg ah ama walaacyo, fadlan la xiriir Khadka Caawinta Kalkaalisada Iambarka [651-229-3890](tel:651-229-3890).