Daryeelka jeexa Neerfaha

Neurosurgical Incision Care - Somali

Qodobbada Muhiimka ah ee ku saabsan Jeexa Qalliinka Neerfaha

- Gacmahaada dhaq ama isticmaal gacmo nadiifiye ka hor intaadan taaban jeexa nabarka qalliinka.
- Ha fiirinin faashadda hoosteeda hana kafurin faashadda qalliinka ilaa uu ku faro daryeel bixiyahaada caafimaadka.

Macluumaadkan ayaa kaa caawin doona adiga iyo qoyskaadaba inaad daryeeshaan jeexa qalliinka marka aad guriga ku noqotid. Tani waa in loo isticmaalaa oo keliya hoggaan tixraac; Tilmaamaha bixiyahaada daryeelka caafimaadka ayaa ka mudan in marka hore la raaco.

Wac Khadka Caawinta Kalkaalisada Gillette (651-229-3890) haddii:

- Aad isku aragto calaamadaha caabuqa.
- Uu jeexa qalliinka dhinacyada ukala jiidmo ama furmo.

Waa maxay calaamadaha caabuqa ee jeexa qalliinka neerfaha?

Jeexa qalliinka bogsoonaya ayaa laga yaabaa inuu u muuqdo casuus. Waa inaysan noqon mid caalidh leh ama gaduud saa'id ah. Hubso inaad isha ku hayso oo aad ka eegto calaamado kasta oo caabuq ah, oo ay ka mid yihiin:

- Gaduud, barar ama dheecaan.
- Jeexa qalliinka oo noqda kuleyl ama fardiir.
- Damqasho, Qanjidh barar agagaarka (kilkisha, gumeerka ama luqunta)
- Qandho cusub oo ah 100.4 F ama ka badan.

Sideen u daryeelaa faashadda jeexa qalliinka neerfaha?

- Haddii faashadaadu ay wasakh noqoto ama qoyaan inta lagu jiro 48-da saacadood ee ugu horreeya qalliinka ka dib, wac Khadka Caawinta ee Kalkaalisada Gillette (651-229-3890).
- Faashadaha ku daboolan nabarka qalliinka waa in loo daayaa sidooda sida uu tilmaamay bixiyahaada daryeelka caafimaadka.
- sharootada Steri-Strip ayaa dabci doonta oo wakhti kaddib ka fuqi doonta. Haddii ay sharootada bilowdo inay geesaha kor usoo kacaan, geesaha ka jar jar. Haddii sharootada Steri-Strip ay kasoo fuqdo labo maalmood gudahood qalliinka ka dib, ku dhaji sharooto Steri-Strip ah oo cusub. Waxaa laga heli karaa dukaanka daawooyinka lagu iibiyo.
- Haddii jeexa qalliinka uu ku xoqmayo dharka, faashad ayaa la isticmaali karaa si loo ilaaliyo nabarka qalliinka

Sideen u qubeystaa anoo leh nabarka qalliinka neerfaha?

Nabarkaada qalliinka wuxuu u baahan yahay waqti si uu u bogsoodo ka hor inta aan la quusinin ama lagu radinin biyo.

Ku meydhashada isbuunyada

Waad ku maydhan kartaa isbuunyo qoyan wakhti kasta ka dib qalliinka. Laakiin markaad jidhkaada dhaqeyso, xaqiiji inuu jeexa qalliinka ahaado qalleyl. Ha u oggolaan biyaha aad u isticmaaleyso in aad ku nadiifiso qeybaha kale ee jidhka inay taabtaan jeexa qalliinka inta aad ku meydhaneyso isbuunyada.

Qubeyska Biyaha Dusha La'iskaga Shubo (shower)

Waad qubeysan kartaa 48 saacadood ka dib qalliinka haddii aysan nabarada qalliinka si firficoon u dhacaameynin ama furneyn. Haddii weli faashadda saarantahay jeexa qalliinka kahor qubeyskaada koobaad, haka furin qubeyska ka hor. Qubeyskaas ka dib, ka fur faashadda qoyan. Kadib, haddii bixiyahaada daryeelka caafimaadka uu kuu sheegay inaad

xirnaato faashadda in ka badan 48 saacadood qalliinka ka dib, saar faashad cusub oo qalalan jeexa nabarka qalliinka.

Qubeyska Biyaha La Dhex Galo iyo Dabaasha

Ka fogow dhammaan oogooyinka biyaha (oo ay ku jiraan barkadaha, baafka biyaha kulul, badaha, webiyada, iyo harooyinka) ugu yaraan 4 todobaad qalliinka ka dib, ilaa ceygariga jeexa nabarka qalliinka uu milmay ama kasoo fuqay, oo dhamaan qolofta ay gebi ahaanba bogsatay – hadba kii dambeeya. Waxaa laga yaabaa inaad u baahato inaad iska ilaaliso inaad ku dhex maydhato ama isku radiso oogooyinka biyaha ilaa dhakhtarkaada uu yidhaahdo waa caadi in aad sidaas sameyso.

Sideen u yareeyaa astaanta nabarka ka dib qalliinka neerfaha?

Si loo dhimo ama loo yareeyo astaanta nabarka:

- Iska ilaali inaad u soo bandhigto jeexa qalliinnka qorraxda muddo sanad ah. Haddii aadan awoodin inaad is ka ilaaliso qorraxda, ku dabool nabarka maryaha oo isticmaal boomaatada qorraxda (sunscreen). Astaamaha nabarka qorraxda loosoo bandhigo inta lagu jiro sannadka koobaad ka dib marka astaan cusub oo nabar sameysanto waxay u madoobaan kartaa joogto.
- Isticmaal jeelka ama sharootada silikoonka astaamaha nabarka (silicone scar gel or sheets) adigoo nabarka dushiisa saarayo kaddib marka uu si dhameystiran u bogsado oo astaantii nabarka sameysanto. Kuwani waa lasoo iibsan karaa qoraal la'aan.
- Cun midhaha iyo khudradda iyo rootiga hadhuuka dhameystiran. Kordhi qaadashada fiitamiin C iyo barootiinka. Cab biyo badan iyo casiir. Nafaqo wanaagsan ayaa lagama maarmaan u ah bogsashada.

Macluumaadkan waxaa loogu talagalay ujeeddo waxbarasho oo keliya. Looguma talagalin in lagu beddelo talooyinka takhaatiirtaada daryeelka caafimaadka. Haddii aad wax su'aalo ah qabto, la hadal dhakhtarkaada ama kuwa kale ee ka tirsan kooxdaada daryeelka caafimaadka. Haddii aad tahay bukaanka Gillette oo qabo su'aalo deg-deg ah ama walaac, fadlan la xiriir Khadka Caawinta Kalkaalisada 651-229-3890.