

# Ilma-iska-soo-ridida

## Dhacis (ama 'ilma iska-soo-ridid') waa marka is ula-kac ah ilmaha la isaga soo rido.

- Ilma iska soo ridida waa la ogol yahay Fiktooriya.
- Waxaa jira laba nooc oo ilmaha la isaga soo rido: **qaliin** iyo **daawo**. Labaduba waa amaan waana lagu tashan karaa.
- Fiktooriya gudaheeda, waxaad qaadan kartaa daawo ilmaha iskaga soo rido ilaa sagaal asbuuc oo uur ah, (waqtiga ilmuhu abuurmayo). Waxaa lagugu samayn karaa qaliin ilaa lix asbuuc oo uur ah iyo wixii ka badan.
- Waxaa jira meel amaana oo laga geli karo oo dhan 150 mitir oo ku wareegsan goobta ilma iska soo saarida ee Fiktooriya. Taas macneheedu waxa weeye waad geli kartaa waxaadna ka bixi kartaa iyada oo aan qofna wax kuu geysanayn.
- Dhakhtarka aan doonayn in uu sameeyo ilma iska soo saarista waxaa waajib ku ah in uu kuu gudbiyo dhakhtar kale kaas oo aan diidanayn inuu bixiyo adeega iyo macluumaadka ilma iska soo ridida.
- In cilad ama dhibaato ka timaado ilma iska sooridida badanaa ma dhacdo. Haddii aad ka welwelsan tahay caafimaadka ilma iska soo saarista ka dib, raadso talo caafimaad.
- Haddii aad ka fekerayso inaad iska soo saarto aadna jeclaan lahayd inaad hesho macluumaad ku saabsan ilma iska soosaarista laga hello Fiktooriya, waxaad ka raadin kartaa: [1800myoptions.org.au](http://1800myoptions.org.au) ama wac 1800MyOptions tel: 1800 696 784

### Is barbar dhigida daaweynta iyo qaliin ilma iska soo ridida

|  | Daawo ku samaynta ilma iska soo soo ridida  | Qaliin ku samaynta ilma iska soo ridida  |
|--|---|--|
| <b>Qaliin nooc ee ah ayaa la samaynayaa?</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kaan qaliinka ahayni, wuxuu la mid yahay in ilmuhu kaa soo dhaco</li> <li>• Kiniini ayaa loo qaataa qaliinka</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hawsha qaliinka u baahan, badanaa waxaa la socda qaab suuxin ah</li> </ul>  |
| <b>Sidee wax ku waxtar u tahay?</b>          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Boqolkiiba 95 ilaa 98 ayaa lagu guulaystaa</li> <li>• Qiyas ahaan laba ilaa shan boqolkiiba oo dumara ayaa u baahan doona kiniini siyaada ah ama qaliin yar si loo dhamaystiro ilma iska soo saarista.</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Boqolkiiba 98 ayaa lagu guulaystaa</li> </ul>   |
| <b>Adeegyadee caafimaad ayaa bixiya?</b>     | <p>Eeg <a href="http://1800MyOptions.org.au">1800 MyOptions.org.au</a></p> <p>Xalalka waxaa ka mid ah:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dhakhtarada guud</li> <li>• Adeegyada caafimaadka bulshada</li> <li>• Rugaha caafimaadka ilma soo ridida iyo isbitaalada gaarka ah</li> <li>• Isbitaalada guud</li> </ul> | <p>Eeg <a href="http://1800MyOptions.org.au">1800MyOptions.org.au</a></p> <p>Xalalka waxaa ku jiri kara:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Isbitaalada guud</li> <li>• Isbitaalada gaarka ah</li> <li>• Rugaha caafimaadka gaarka ah ee maalmeed</li> </ul> |

|  |   |   |
|--|---|---|
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Iyada oo la sii marayo 'telehealth', wada tashina lagula yeelanayo telefoon, iyada oo baaritaanka ta'kiidinta uurka lagu samaynayo gudaha.</li> </ul>  |   |
| <b>Xaggee ka dhacdaa?</b>                      | Wada tashiga caafimaadku waa rugta caafimaadka ama waxa la sii marinayaa telehealth (telefoonka) dhicintuna waxay ka dhacdaa guriga ama bay'ad la mid ah.                                       | Isbitaalka goobta caafimaadka maalmeed  |
| <b>Ilaa intee qaadanaysaa?</b>                 | Iyada oo daba joogta kiniiniga ugu horreeya, kan labaad waxaa la qaataa 24 ilaa 48 saacadood ka dib, isla iska soo saariduna waxay qaadataa afar ilaa lix saacadood ka dib, isku celcelis ahaan | Sida caadiga ah ilaa 15 daqiiqo oo camaliyada ah, oo lagu daray isdiyaarinta iyo waqtiga soo naaxida oo qaadanaya dhowr saacadood   |
| <b>Heer nooc ah oo uurka ayaa la qabtay?</b>   | Laga soo bilaabo marka uurka lagu garan karo ultrasound, ilaa sagaal bilood oo uur ah   | Tan ugu aaminsan waxaa badanaa la qabtaa inta u dhexaysa 6 ilaa 12 asbuuc.<br><br>(adeegyo yar ayaa la bixiyaa)<br>Waxaan badanaa dhicin inta lagu jiro heerarka uurka ee ugu dambeeya. |
| <b>Dhiig bax ma jiraa?</b>                     | Dhiigbaxo wuxuu ku dhamaan karaa 10 ilaa 16 berri   | Dhiigbaxu waa isbedelaa dumarka wuxuuna noqon karaa mid khafiifa ama mid aad u badan.<br><br>Wuxuu socon karaa asbuucyo lamana saadaalin karo joogtana maaha                            |
| <b>Waa maxay qiimuhu?</b>                      | La xiriir adeeg bixiyaha wixii ku saabsan macluumaadka qiimaha  | La xiriir adeeg bixiyaha macluumaadka ku saabsan qiimaha  |
| <b>Goorma ilma-ka-hortigida la bilaabayaa?</b> | Foomamka badankood oo ka hortagga uur-qaadida waxaa la bilaabi karaa isla markiiba ama waxyar ka dib daawada dhicinta   | Foomamka badankood oo ka hortagga uurka waxaa la bilaabi karaa isla maalinta ilma iska soo ridida qaliinka  |

## Macluumaad intaas ka badan

Xaashidaan xaqiiqadu waa mid ka mid ah saddexda warqadood ee xaqiiqada Tusaha Tarjumaada Caafimaadka. Fadlan sidii kale arag:

- Habka ilma iska soo ridida – daawada
- Habka ilma iska soo ridida – qaliinka

## Xaggee laga hellaa caawimo

- [1800 my options](#) Tel. [1800 696 784](#) Tarjume: 131450
- Dhakhtarkaaga guud
- [Qorshaynta Qoyska ee Fiktooriy:](#) Tel. (03) 9257 0100 ama lacag la'aan 1800 013 952

- Adeega caafimaadka bulshada: <https://www2.health.vic.gov.au/primary-and-community-health/community-health/community-health-directory>
- [Khadka Caawimada Uurka, Dhalida iyo Ilmaha yar e](https://www2.health.vic.gov.au/primary-and-community-health/community-health/community-health-directory) 1800 882 436

Waxaa ansixisay oo daabacday Victorian Government, 1 Treasury Place, Melbourne.

© State of Victoria, Department of Health and Human Services, January 2019

Waxaa laga hellaa <<http://healthtranslations.vic.gov.au/>>