

Madax xanuunka kadib saliingada ama cirbada lafdhabarta

Waxa aad u baahantahay inaad ogaatid

Kadib qaadashada saliingada ama cirbada lafdhabarta, waxaad heysataa inta u dhaxeeyso hal oo 100 iyo hal oo 200 oo fursad ah ee hormarinta 'daloolinta lafdhabarta hoose' madax xanuun (PDPH).

Maxaa sababo madax xanuunka?






Maskaxda iyo laf dhabarta waxaa ku haraareysan dhacaan ka buuxo bac la yiraahdo daboolka. Daboolka wuxuu u dilaaci karaa si shil ah markii saliingada la geliyo gudaha ama si ula kac ah laf dhabarta. Dhacaanka wuu ka daadan karaa duleelka oo ku sababay cadaadiska dhibicda ee dhacaanka ku haraareysan maskaxda oo sababay madax xanuunka.



Muxuu u egyahay madax xanuunka?

- Wuxuu ku bilowdaa maalmaha xiggo saliingadaada ama lafdhabarta
- Inta badan way darantahay
- Way ka daran fadhiga kore oo ka wanaagsan hoos jiifsiga
- Waxaa sidoo kale jiri karo qoor xanuun
- Nalka cad wuxuu noqon karaa mid aanan raaxo laheyn – la doorbido qol mugdi ah

Waa maxay daaweynta?

-  Nasiinyada sariirta
-  Cab biyo badan iyo cabitaanada kafeega leh
-  Xanuun baabi'iyaha joogtada ah (sida paracetamol ama ibuprofen)
-  Waqtiga – waxaad ku wanaagsanaan kartaa dhoor maalmood
-  Qeybta dhiiga – haddii aysan wanaagsanaanin ama aad u darantahay

Waa maxay qeybta dhiiga?

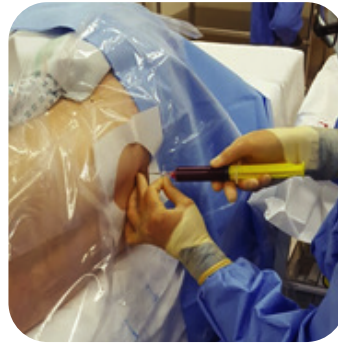
(1). Qalabka dhiigbararka ee epidural wuxuu la mid yahay qabashada cirbadeynta dhabarka ama laf-dhabarka waxaana badanaa lagu sameeyaa mid ka mid ah qolalka shaqada ama qolka qalliinka ee takhtarka suuxinta. Waxaa sida caadiga ah la sameeyaa wax ka badan 24 saacadood ka dib markii feeraha dhacay.



(2). Inta lagu gudajiro habraaca dhiiga ayaa laga soo qaada xididka gacantaada.



(3). Dhiiga ka dib ayaa lagu durayaa meelaha epidural.



(4). Waxaa lagaa codsan doonaa inaad jiifto dhawr saacadood ka dib xirmada dhiigga si loo oggolaado xinjirowgu inuu ku samaysmo meesha saxda ah. Dhiiggu wuxuu xirayaa oo xirayaa daadinta dareeraha, si looga caawiyo joojinta madax xanuunka.



Waa maxay saameynada caafimaadka ee qeybta dhiiga?

- Qiyaastii 1 oo 5 ma joogsado madax xanuunka marka waxay u baahan karaan mid kale
- Waxaa jiri karo xanuun markii dhiiga lagu duro dhabarkaaga
- Dhabarkaaga wuu xanuuni karaa dhoor maalmood markaas kadib
- Waxaa jiro fursad yar (ka yar 1%) ee duleelka lafdhabarta
- Caabuqa, waxyeelada xididka ama dhiig baxa dhabarkaaga waa dhibaatooyinka kale ee marmarka

Waa inaad ula xiriirtaa isbitaalka si degdeg ah haddii uu kugu dhaco:

- Xanuunka dhabarka ee daran
- Heerkululka sareeyo
- Madax xanuunka ka sii darayo iyo adkaanshaha qoorta
- Tabar darida qoorta
- Saxaro la'aanta kaadida ama saxarada

Wixii warbixin dheeraad ah ee ku saabsan madax xanuunka duleelinta lafdhabarta kala hadal xirfadlaha caafimaadkaaga.

Waxaad ka heli kartaa warbixin badan ee ku saabsan xanuun baabi'inta iyo suuxdinta ee uurka ee Xanuunada Dhalmaada websaydka - www.labourpains.com