

Macluumaadka bukaanka

Isku diyaarinta Vistaprep iyo Laxabon



Aleris Endoskopi
14/2/2024
aleris.se

Waa muhiim inaad si wanaagsan ugu diyaarsan tahay booqashadaada Si baaritaanka hufan oo natiijo lagu kalsoonaan karo leh loogu fuliyo ayaanu kaa dalbanaynaa inaad si taxadir leh ugu raacdo tilmaamaha.

Sida ugu dhakhsaha badan ee aad karto

- Ka soo qaado dawooyinka caloosha jilcisa ee warqada dawada laguugu qoray inaad farmasiiga aad doorato ka soo qaadato.
- Rugta caafimaadka la soo xidhiidh haddii lagugu daawaynayo dawo dhiig- khafiifisa ama dawooyinka xinjirowga dhiigga ka-hortagga (aan khusaynin Trombly).
- Haddii aad macaan/sonkorow qabto dhakhtarkaaga kala hadal wax ku saabsan wax ka bedelaada insulin ee imaan kara oo inta lagu jiro isdiyaarinta si taxadar leh ula soco heerka sonkorta dhiiggaaga.

Hal todobaad baaritaanka kahor

Kiniinka birta ha qaadan todobaadkii ugu dambeeyay
Haddii aad kiniinada birta cunto, ayaad u baahan tahay inaad hal todobaad baaritaanka kahor joojiso. Dawooyinka kale ayaad sii wadan kartaa inaad sidii caadiga aheyd biyo yar ugu sii qaadato. Ogow! Laakiin ha qaadan isla wakhtiga aad dawada caloosha jilcisa qaadanayso.

Si sax ah wax u cun

Si natiijo wanaagsan loogu helo waa inay mindhicirrada si buuxda nadiif u ahaadaan. Sababtaad darteed ayay muhiim iyo muhiim tahay in talooyinka cuntada ee aanu soo jeedinay la raaco. Waxa haddii kale imaan karta khatarta inaanu baadhitaanka dib u sameyno.

- **Si sax ah wax u cun**, tusaale ahaan kalluun, digaag, caano fadhi aan fudad lahayn, ciir, rooti cad oo farmaajo iyo hilibka bowdada doofaarka leh, ukun/beed la shiilay, qabadin, hilib duqad ah/la shiiday, bariis, baradho iyo baasto.
- **Iska ilaali cuntooyinka ay nudu/fiber-ku ku badan yihiin**, tusaale ahaan, cuntooyinka maqaarka leh, iniinyaha, siidhka, musli, rootiga adag, baastada fiberka leh, bariiska buushiga leh, shuuro/galley, saytuunka, tamaandho, digirta, kiwi, khudrada liinta, canabka, hallon-ka.

Cuntada la bedelay ayaa keeni karta calool istaag

Haddii ay calooshu si dhibyar kuu istaagto ayaad farmashiyaha ka soo gadan kartaa dawada calool istaaga oo aan warqada dawada u baahneyn. Waxaan kugula talineynaa Lactulos ama Movicol oo aad isticmaasho 3-5 maalmood baadhitaanka kahor. Haddii aanu Movicol warqada dawada kuugu qornay, raac tilmaamaha warqadda dawada ku yaala.

Maalinta baadhitaanka kahor

Cabitaan badan cab Quraac iyo qadaba cun.

- **Quraac fudud:** beed/ukun la qasay, ukun/beed la shiilay, ciir/caano fadhi, maraq, boorash bariiska, boorash, jiis, rooti cad (tusaale, rootiga Faransiiska)
- **Qado:** cunto dareere ah sida diyaarsan, maraq isku qasan, tusaale maraq baradho ah, nyponsoppa
- Saacada 13 kadib waa inaad biyo saafi ah cabtaa uun. Waxbadan cab! Tusaalooyinka kamidka ah cabitaanada saafiga ah waa cabitaanada soodhaha leh, casiirka, casiirka aan midhaha lahayn, maraq,

cabitaanka isboortiga iyo sidoo kale qaxwaha ama shaaha aan caanaha lahayn.

- **Biyo uun ha cabin** iyo waxyaalo fudfudud oo kaliya maadaama oo aanay wax tamar ah ku jirin.

Daaweynta ku bilaw dawada caloosha jilcisa

Waxa Laxabon ama Vistaprep loo isticmaalaa si mindhicirka loogu faaruqiyo si uu si buuxda ugu banaanaado marka baadhitaanka walamadka lagu sameynaayo. Waxa aad muhiim ugu ah inaad tillaabooyinka raacdo si baadhitaanka loogu sameyn karo. Laxabon ama Vistaprep ha ku qasin dareeraha kale ama waxyalaha wax lagu daro.

Waxa fudud in dareeraha marka uu qabow yahay la cabbo. Waxaad muudmuudsataa kiniinka dhuunta si aad afka dhadhan ka wanaagsan ugu yeelato.

Daaweynta bilow inta u dhaxaysa 16 iyo 18 maalinta baadhitaanka kahor:

- Hal bac oo dawada caloosha jilcisa ah ayaa lagu qasayaa 1 litir oo biyo ah, laakiin laba tallaabo ayaa loo sameynayaa taas. Marka hore budada ku qas 5 dl oo biyo ah. Si fiican isku qas ilaa ay budada ka wada milanto. Kadibna ku dar 5 dl oo kale oo biyo ah.
- **Qofka ay balantiisa baadhitaanku tahay kahor 12:** Isku qas oo cab 3 bacoood, waxa loola jeedaa 3 litir oo dawada caloosha socodsiisa ah.
- **Qofka ay balantiisa baadhitaanku tahay kahor 12:** Isku qas oo cab 2 bac, waxa loola jeedaa 2 litir oo dawada caloosha socodsiisa ah.

Musqushu ha kuu dhawaato markaad daaweynta bilowdo. Si loogu ilaaliyo maqaarka ku wareegsan dabada ayaa la marin karaa dufan.

Maalinta baadhitaanka

Maalinta baadhitaanka ayaad sii wadanaysaa daawaynta oo aad wax badan cabaysaa. Waa inaan cunto la qaadan

Waxa bilaabaysaa tillaabada ugu dambaysa ee daawaynta 5 saacadood kahor intaadan aanad rugta caafimaadka imaanin:

- Hal bac oo dawada caloosha jilcisa ah ayaa lagu qasayaa 1 litir oo biyo ah, laakiin laba tallaabo ayaa loo sameynayaa taas. Marka hore budada ku qas 5 dl oo biyo ah. Si fiican isku qas ilaa ay budada ka wada milanto. Kadibna ku dar 5 dl oo kale oo biyo ah.
- **Qofka ay balantiisa baadhitaanku tahay kahor saacada 12:** Isku qas oo cab 1 bacoood, tusaale ahaan 1 litir oo dawada caloosha socodsiisa muddo 1 saac ah.
- **Qofka ay balantiisa baadhitaanku tahay kahor 12:** Isku qas oo cab 2 bacoood, waxa loola jeedaa 2 litir oo dawada caloosha socodsiisa ah muddo 2 saac ah.
- Intaa ka dib, waxa wanaagsan in la sii wato cabbista cabitaanka saafiga ah ilaa xilliga baadhitaanka

Ogow! Waxaad sii wadan kartaa qaadashada daawo kasta laakiin ha qaadan isla wakhtiga aad dawada caloosha jilcisa qaadanayso.

Aleris Endoskopi
aleris.se