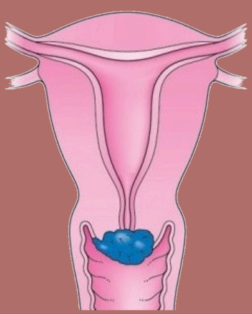
நோர்வே தமிழர் சுகாதார அமைப்பு

Norsk tamilsk helseorganisasjon

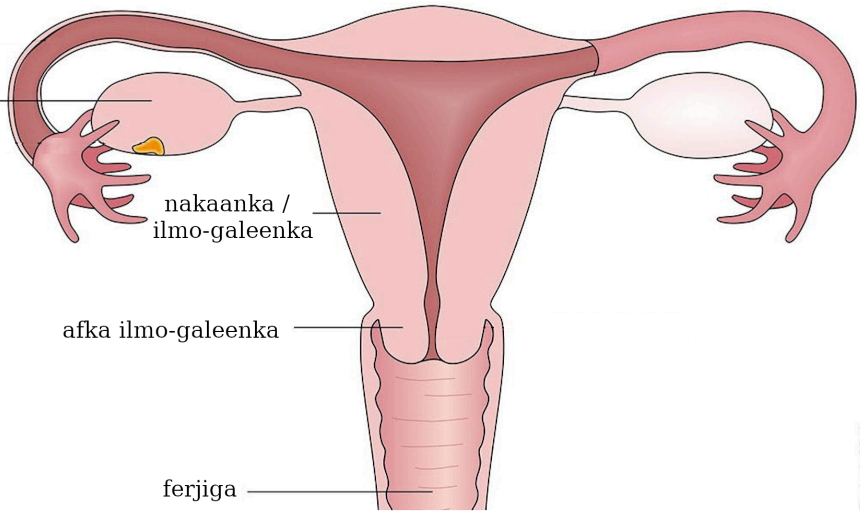
Norwegian Tamil Health Organisation



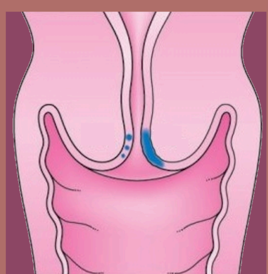
Kansarka ilmo-galeenka

TAllaalka feyruuska HPV ga

Barnaamijka baaritaanka



Livmorhalsprogrammet



Baaritaanka kansarka ku dhaca dhuunta ilmo-galeenka.

1.Waa maxay kansarka ilmo-galeenka?
(Livmorhalskreft) waa kansar ku dhaca dhuunta ilmo-galeenka.

2. Imisa dumar ah bay ku dhacdaa?
Tirakoob la sameeyey 2020, wuxuu sheegaya iney ku dhacday tiro gaadha 328 oo dhacdooyin cusub ah.

3. Maxaa keeni kara cudurkan kansarka ah ee ku dhaca dhuunta ilmo-galeenka?
In ka badań 99% oo dhacdooyinkan ka mid ah waxa sabab u ah oo keena fayruuska HPV la dhaho.

4. Sidee baa lagu ogaada cudurkan?
Waxa laga qaadaya baaritaan dhuunta ilmo-galeenka ah.

5. Sidee baa loo daaweeya cudurkan?
Waxa lagu daaweyn karaa qaab qalniinka ah iyo qaabka in lagu saaro raajo loogu talo galay in lagu daaweeyo unugyada qaba kansarka. Waxa kale oo inta hore u soo sheegney lagu dari karaa daawooyin ayagana wax ka qaban kara unugyada qaba kansarka.

6. Sidee weeye natiijada laga heli karo, daaweynta ka bacdi?
Natiijada laga helayo daaweynta ka dib wax ay ku xirantahay, goorta la ogaadey cudurka. Haddi cudurka tallaabooyinkiisi u horeeyey u ku jiro, markii la ogaadey cudurka, natiijada daaweyntu way fiicnaaneysaa.

Tallaalka feyruuska HPV

1. Muxuu waxtar leeyey tallaalka HPV? Ma yahay ka hortag waaraya nolosha oo dhan oo ka hor taggaya cudurka kansarka ee dhuunta ilmo-galeenka ku dhaca?
Tallaalka HPV waxa uu ka hortagga si aanu kansarku horumar u sii sameyn, isaga oo ka ilaalinaya caabuqa HPV ee keena kansarka. Ilaalintaasi waa mid waareysa nolosha oo dhan, waxa kaliya oo loo baahanyey 3 tallaal.

2. Goormaa la qaataa tallaalkan HPV-ga?
Waxa tallaalkan lagu bixiyaa fasalka 7aad.

3. Ma hablaha uun baa la siiyaa tallaalkan HPV-ga?
Wiilal iyo gabdhoba waa la siiyaa.

4. Imisa tallaal baa loo baahanyey in la qaato?
Waxa loo baahanyey in la qaato 3 tallaal. Kan labaad waxa la qaataa 1-2 bil ka dib marka kii kowaad ka soo wareegtey. Kan saddexaadna oo ah kan u dambeeya waxa la qaataa 6 bil marka ay ka soo wareegto tallaakii kowaad.

5. Tallaal nooce ah baa jira?
Waxaa jira noocyo kala duwan oo tallaalada HPV ah. Waxaa lagula talinayaa in la qaato tallaalka saamayn ku leh inta badan kooxaha-hoosaadka ee feyruuska HPV ka kooban yahay.

6. Wax khatar ah ma leeyey qaadashada tallaalkan HPV-ga? Waxyeello ma leeyey?
Maya, ma aha khatar qaadashada tallaalkan. Waxyeellooyinka uu yeelan karo waxa ka mid ah in meesha tallaalka lagu mudey ay ku damqato, oo ay ku bararto. Qandho, madax xanuun, murqo xanuun, matag, shuban iyo calool xanuun. Aad bay u yartahay inaad heshid waxyeellooyin aad halis ugu ah naftaada.

7. Inteebey waareysaa waxtarka uu tallaalku leeyey? Ma loo baahan yahay tallaal kale oo sii xoojiya waxtarkaasi?
Saameynta tallaalku ku leeyey feyruuska HPV-ga waxa ay u badan tahay inay waarto nolosha oo dhan. Wakhtigan la joogo ma loo baahna in tallaal kale oo xoojin ah la qaato. Haddi 3 da tallaalba hore loo qaatey.

8. Ma jirtaa da´gaar ah oo lagu qaato tallaalka HPV-ga? Haweeney 35 jir ah oo aan tallaalkan carruurnimada ku soo qaadan, ma heli kartaa tallaalka? Ma inay iyadu iska bixiso kharashkiisa baa?
Kansarku wuxuu ku dhici karaa dhamaan dumarka gaadhay wakhtiga galmada. Waxa fiican in la tallaalo ka hor inta aan galmada la bilaabin, Sida darteed baa loogu tallo galay in tallaalka la bilaabo marka gabadhu ay 13 jir gaadho. Sida tallo bixintu tahay ayaa ah, in dumarka da´doodu ka yar tahay 45 jir la tallaalo.
Waa la siin karaa tallaalka, haddi haweeney 35 jir ah oo aan tallaalkan carruurnimada ku soo qaadan ay jirto. Laakin wa inay iyadu iska bixiso qiimaha tallaalka.

Barnaamijka baaritaanka kansarka ku dhaca dhuunta ilmo-galeenka

1. Waa maxay ujeedada barnaamijkan baaritaanka?
Ujeedada laga leeyey barnaamijkan ayaa ah in la ogaado hadey jiraan isbeddel ku yimi unugyada (kansarka bilowgiisa) iyo isbeddellada kansarka ee dhuunta ilmo-galeenka. Imtixaanka waa in si joogto ah loo qaadaa sidu sharcigu/ xeerku sheegayo.

2. Qaab nooce ah bay u dhacdaa baaritaankan? Goorme haweeneydu heleysaa waraaqda loogu yeerayo baaritaanka?
Xarrunta diiwaan gelinta kansarka ayaa u direysa waraaq dumarka oo dhan marka ay buuxiyaan 25 jir. Haweeneydu waa inay iyadu la xiriirtaa dhakhtarkeeda ama dhakhtar ku takhasuusey cudurada haweenka si looga qaado baaritaanka dhuunta ilmo-galeenka.

3. Sidee loo sameeyaa baaritaanka unugyada ee dhuunta ilmo.galeenka? Wax yeello ma leeyahay? Ma wax halis ah baa?
Baaritaanka unugyada ee dhuunta ilmo- galeenka waxa la qaadaa marka la sameynayo baaritaanka xubinta taranka ee haweeneyda. Waxa laga yaaba kiriimka la isticmaalayo inta lagu gudo jiro baaritaanka, inay dumarka qaar ay ka bixiyaan falcelin. Waxa ay dareemi kartaa inay dhibsanayso marka la qaadayo baaritaanka. Baaritaanka laga qaadayo unugyada dhuunta ilmo- galeenka ma aha wax khatar ku gelinaya ama halis ah.

4. Imisa jeer ayey tahay in baaritaanka la iska qaado?
Da´ da u dhexeysa 25- 34 jir waxa la qaadaa baaritaanka 3dii sano ba mar, haddi ay natiijadii hore wax walba caadi ahaayeen. Da´da ka weyn 35 jir waxa la qaadaa baaritaanka 5tii sano ba mar, haddi ay natiijadii hore wax walba caadi ahaayeen.

5. Maxaa dhacaya haddi natiijadii baaritaanka ee hore loo qaaday ay wax walba caadi ahaayeen? Imisa jeer ayey tahay in baaritaanka la iska qaado?
Haddi ay natiijaddi hore wax walba caadi ahaayeen, waxa la iska qaadi karaa baaritaanka 3 dii ama 5 tii sano ba hal mar.

6. Maxaa dhacaya haddi natiijadii hore ay tahay mid wax isbedel ah lagu arkay unugyada dhuunta ilmo-galeenka?
Waxa ay ku xirantahay isbeddelkaasi inuu mid halis ah yahay ama in kale. Dhakhtarkaaga baa ka qaadaya baaritaano marar dheeraad ah, si uu ula socdo isbeddelada. Ama wuxuu kuu sii gudbinaya isbitaalka weyn si loo sii baaro oo daaweyntiisa la gudo galo.

7. Haddi baaritaanka dhuunta ilmo-galeenka la iska qaaday hore, ma in la sugo baa 3 sano, si mid cusub la isaga qaado?
Haddi aad isku aragto in caadada aad ku aragtey isbedelo oo ay khal khal gasho, waa la iska qaadi kara baaritaanka muddo 3 sano ka yar.

8. Astaamo nooce ah baa lagu gartaa in baaritaanka la iska qaado, haddi anad gaadhin wakhtigi aad waraaqda ku heli laheyd (wakhtigaas oo ah sanadka aad buuxineyso 25 jir)?
Baaritaankan waa la iska qaadi karaa haddi ay caadadu isbedel khal khal ku timaado, haddi aad wax galmo ah sameysid ama dheecaanka oo bata.

9. Maxaa dhacaya haddi lagaa helo isbedel ku yimi unugyada dhuunta ilmo-galeenka?
Haddii lagaa helo isbedeladaas, waxa aad mari doontaa qalniin la dhaho «konisering» taas oo macnaheedu tahay in unugyada isbedeladu ku yimaadeen in qalniin lagu saaro. Qalniinkaas ka dib, waxa kula soconaya dhakhtarkaaga oo kuu qabanaya ballamo.

10. Ma u baahan tahay inaad iska qaadid baaritaano dheeraad ah oo laga qaadayo dhuunta ilmo-galeenka? Mise qalniinka ka dib ma loo baahna in la iska qaado baaritaanka?
Qalniinka ka dib, waa in la iska qaado baaritaanka si joogto ah, wuxu kugula taliyo dhakhtarkaagu aad la socotid. Inkasto unugyadii qabay kansarka lagu saaray qaab qalniin ah, weli waxa dhici karta inay isbeddelo cusub ku dhacaan unugyada.