B.C. Centre for Disease Control
Clinical Prevention Services - STI Control
655 West 12th Avenue
Vancouver BC V5Z 4R4
Tel: (604) 707-6500
Fax: (604) 707-5604
Email: stdinfo@bccdc.ca
www.bccdc.ca

What We all Need to Know About Sexually Transmitted Infections

Waxaynu U Baahan Nahay Inaynu Ka Ogaano Cudurrada Galmada Ku Faafa

This publication is also available on the Internet at the following address: http://www.stdresource.com

11/06 REF: 175 Somali

HIV/AIDS

Waa maxay?

Xuruufta erayadda AIDSka waxay u taagan yihiin Acquired Immuno-Deficiency Syndrome. Waa cudur khatar ah, Waxaa AIDS kuu keeni kara fayriska la yiraahdo HIV (Human Immuno-Deficiency Virus). Fayriskaani wuxuu wax yeelayaa nidaamkaaga difaaca ee kaa hor jooga hurgummada. Maadaama dadka AIDSka ku dhaco aysan laheyn difaacaas waxay qaadi karaan una dhiman karaan hurgummo kala duwan iyo kansarba.

Sidee baan u qaadi karaa AIDS?

Waxaad AIDS ku qaadi kareysaa oo keliya haddii HIV uu jirkaaga galo. Taas waxaa keeni kara shahwad, dhacaan gala farjiga, ama dhiigga. Dadku waxuu HIV ugu dhici karaa markay qof cudurka qabo ay isla jameecaan, ama markay wadaagaan cirbadda la isku duro. Hooyada uurka leh way u gudbin kartaa cunuggeeda.

Sidee baan u ogaadaa inaan qabo CGF?

Dadka qaarkiis oo qaba cudurrada ka mid ah CGF iskuma arkaan marnaba astaamihiisa, sidaa darted kama war hayaan iney cudurka qabaan. Hase ahaatee, waa inaad fiiro gaar ah u yeelataa astaamahaan: dhacaan farjiga (rag ama dumar) ka socda, kaadida oo ku gubta, xanfaf, cuncun, finiinac ka soo baxa farjiga ama agagaarkiisa. Waxaad isku arki kartaa mid amaba dhowr astaamahaas ka mid ah.

Maxay tahay halistu?

Halis ayaad u tahay iney kugu dhacaan CGF:

- Haddii aad sameyso galmo aan dhowrsaneyn (galmo kondom la'aan ah)
- Haddii aad yeelato wehel galmo mid wax ka badan
- Haddii aad yeelato wehel galmo mid cusub
- Haddii wehelkaagu uu galmo la yeesho dad kale
- Haddii aad adigu ama wehelkaagu wada isticmaashaan cirbad mukhaadaraad ah
- Haddii aad adigu ama wehelkaagu wadaagtaan cirbadda la isku duro

Haddii ay ku soo mareyn halisyada aan kor ku soo sheegnay mid ka mid ah u tag dhaqtar adigoo ka codsanaaya in lagaa baaro CGF, xataa haddaadan isku arkin astaamahooda.

Table of Contents

Waxaynu u baahan nahay inaynu ka ogaanno CGF	1
Hordhac	2
Sidee dadku u qaadaa CGF?	5
Waa maxay galmo badbaadsan?	6
Jirka dumarka	7
Sidee loo isticmaalaa kondomka dumarka	8
Jirka ragga	10
Sidee loo isticmaalaa kondomka ragga	11
Sidee baan u ogaadaa in aan qabo CGF?	13
Sidee baan uga badbaadaa CGF?	14
Waxay ila tahay inaan qabo CGF	15
Cagaarshow B	16
Cagaarshow C	19
Finanka farjiga ka soo baxa (Genital warts)	23
Fajinaatis (Vaginitis)	25
Heerbiska farjiga (Genital Herpes)	28
Kalamidiya (Chlamydia)	32
Jabto (Gonorrhea)	35
Sifilis (Syphilis)	38
HIV/AIDS	40
Sharaxa ereyada	45
Faahfaahin kale	46

Sidee baan uga badbaadaa CGF?

Waxaa dooran kartaa inaadan galmaba yeelan. Waad ka fogaan kartaa CGF haddaad ku ekaatid hal wehel galmo oo isaguna adiga keliya la yeesha galmo. Marba markey ka badan yihiin dadka aad adigu iyo wehelkaagu aad la yeelaneysaan galmo, waxaa sii badanaaya halista inaad qaadaan CGF.

Haddii adiga ama wehelkaaga uu galmo la yeesho qof wax ka badan, waa inaad daafacdaa naftaada iyo tan dadka kaleba. Haddaadan naftaada daaficin, waxaad halis gelineysaa caafimaadka wehelkaaga iyo caafimaadka carruurta ee adiga ama wehelkaaga aad yeelan kartaan mustaqbalka.

- Isticmaal kondom bambiiro ka samaysan marka ugu horeysa iyo marwalba aad galmo yeelato, haddeydan si sugan u hubin in labadiinuba eydan qabin CGF. Marnaba lagama daahi karo in la bilaabo isticmaalka kondomka. Haddii aad la yeelato galmo nin ama naag, kondomku wuxuu kaa badbaadin karaa inaad qaaddo CGF.
- Marnaba labo jeer ha isticmaalin hal kondom.
- Waxaad sugtaa inaad yeelato galmo dhowrsan. Taas macnaheedu waa, isticmaal kondom goor kasta. “MAYA” ku dheh qof kasta oon rabin inuu yeesho galmo dhowrsan. Xasuusnow in dadku badidiisu kuu sheegeyn haddii uu galmo qof kale la soo yeeshay ama uu isticmaalay cirbadda mukhaadaraadka.

HEERKA LABAAD

Lix toddobaad ilaa iyo lix bilood kaddib markaad yeelatay galmo, waxaad dareemi kartaa xummad (flu). Dadka qaarkiis waxaa ka soo baxa firiirac calaacalaha iyo cagaha, ama oogada oo dhan. Astaamuhu iskood ayey u baabi’i karayaan, laakiin jeermigu jirka ayuu ku harayaa.

HEERKA SADDEXAAD

Haddaadan iska daaweynin sifiliska, waxaa ku qabsan kara dhibaatooyin aad uu culus sannado kaddib, sida cudurrada wadnaha, indho-beel, curyaannimo, dhaawac maskaxeed, kaddibna geeri (dhimasho).

Waxaynu u baahan nahay inaynu ka ogaanno CGF
(Cudurrada galmada ku faafa)

Cudurka galmada ku faafa waa mid kaaga yimaada galmo aad la yeelato qof kaloo cudurka qaba. Noocyo badan ayaa jira oo ah CGF.

Dhaqan kasta ha lahaadeen, dadka waa ku dhib iney ka hadlaan galmada. Haddii aad su'aalo ka qabtid ama walwal kaa hayo CGF, fadlan waxaad wacdaa teleefanka lambarkiisu ku yaalo bogga dhabarka ee buuggakan.

CGF waxaad ka qaadi kartaa qof kasta oo aad galmo wada yeelataan. Waa isku mid haddii qofka aad galmada la yeelaneysid uu yahay lab ama dheddig.

Waxay ila tahay inaan qabo CGF

Maxaan sameeyaa?

Ha ka xishoon hana ka biqin inaad kaalmo codsatid. Arag takhtarkaaga, weydiisana baaris CGF, ama tag rugta caafimaadka CGF. Iyaga ayaa ku tijaabinaya kuna daaweynaya haddaad u baahan tahay.

Hubso inaad sameysid waxa takhtarku uu ku leeyahay. Wada qaado dawooyinkaaga dhamaantood, xataa haddii aad dareento roonaansho intaadan dawada dhammeyn. Takhtarka ku laabo haddii aadan weli biskoon.

Haddii aad qabto cudur CGF ah, u sheeg wehelladaada galmada. Waa iney helaan baaris cudur CGF ah. Lagama maarmaan weeye inaad sidaas yeeshid si:

- Iyagu ay u helaan xannaano haddii ay u baahan yihiin
- Adigu aad iyaga uga badbaadiso cudur
- Adigu aad u badbaadiso caruurta aad adigu ama iyagu yeelan kartaan mustaqbalka
- Iyagu eeyan dadka kale ugu gudbinin CGF
- Mar dambe aadan u qaadin CGF

Waa inaad sugtaa ilaa takhtarka ama kaaliyaha aad ka heshid oggolaansho inaad galmo yeelan karto.

Sifilis (Syphilis)

Waa maxay?

Sifilis waa cudur xun. Waxay wax yeello u geysan kartaa jirkaagoo idil. Waad qabi kartaa sifilis adoon ka war heyn una gudbin kartaa dad kale. Haddii naag uur leh ay qabto sifilis, waxay u gudbin kartaa cunuggeeda. Cunuggu wuxuu ku dhalan karayaa mashaakil daaweyn, ama uuba u dhiman karayaa. Haddii aad isu ban dhigtid khatarta kaaga imaan karta galmo aadan ka tabaabusheysan, waa inaad aragtaa takhtar. Takhaatiirtu antibiyootik ayey ku daweyn karayaan sifiliska.

Waa maxay astaamaheedu?

Sifilisku saddex heer ayey leedahay:

HEERKA KOOWAAD

Waxaad yeelan kartaa nabar aan xanuunin, badiba inta u dhaxaysa sagaal ilaa iyo sagaashan maalmood kaddib markaad galmo yeelatay. Nabarku wuxuu ku ooli karaa gudaha ama dusha farjiyada (dumar iyo ragba), ama gudaha afka ama futada. Sida badan dadku ma arko nabarka gudaha farjiga ama futada. Nabarku wuu baabi'I karayaa xataa haddaadan xannaano helin, laakiin jeermigo waa uu joogayaa.

HORDHAC

Waxay u badan tahay inaad maqashay CGF. Xuruuftu waxay u joogaan Cudurrada Galmada Ku Faafa. Kuwa kanu waa cudurro aad ka qaadi kartid qof kale, ama aad qof kale u gudbin kartid, haddii aad galmo la yeelato.

Galmadu waa wax caadi ah, caafimaadna u leh nolosheenna. Haddii aad galmo qof kale la yeelaneysid, buuggakanu wuxuu kaa caawimayaa siddad u yeelan laheyd galmo badbaado leh, iyo garasho wanaagsan cudurrada ka dhigi karaya galmada mid aan caafimaad laheyn ama khatar ah.

Dad badan ayaa qaada CGF. Dadku, da'kasta ha jireene ama dhaqan kasta ha lahaadeene, wey qaadi karaan CGF. Dad badani kamaba ay war hayaan iney cudurka qabaan. Dadkaasu waa hooyooyin, odayaal, walaallo (gabdho iyo wiilalba), iyo caruurba (gabdho iyo wiilalba). Sida adigoo kale. Dad reero leh, koley ku tahayna, wa ay qaadi karaan CGF.

Akhri buuggakan sidaad aqoon ugu yeelato CGF iyo halistu waxay tahay.

Cagaarshow B

Muxuu yahay?

Cagaarshow B waa hurgun beerka gala. Faayris ayaa sababa. Sida badan ma jiraan calaamado. Cagaarshow B waa midka keliya oo ka mid ah CGF ee talaal uu u jiro. Waa cirbad uu takhtar ama kaaliye ku siin karo si uusan kuugu dhicin cagaarshow B. Haddii aad galmo yeelatid, waa inaad isticmashaa kondom.

Waa maxay astaamihiisu?

Waxaad astaamaha isku arki kartaa labo ilaa iyo lix bilood kaddib markii uu kugu dhaco cagaarshow B. Astaamuhu waxay noqon karayaan:

- Gaajo la'aan, calool xanuun, matag
- Madax xanuun
- Dareen xanuun (wajac wajac) ee guud
- Indhaha iyo haragga oo huruud u ekaada
- Kaadida oo yeelata midab madow ah, ama caleen shaah u eg
- Saxarada oo yeelata midab cas (calool dhaqaaq)

Maxay I yeeli kartaa?

Badidood dumarka jabtada qaba ma laha astaamo. Rag badan oo jabtada qabaana waxay yeelanayaan astaamo, laakiin qaar ma yeeshaan. Takhaatiirtu way daweyn karayaan jabtada, laakiin waa inaad heshaa xannaano. Haddaadan helin dhibaatooyinkan culus ayaad la kulmi kareysaa goor dambe:

Dumarka:

- Xanuun caloosha hoosteeda oo aanan tageyn
- Jeermigu wuxuu geli karayaa ilmo-galeenka iyo dhuumaha faloobiyan (fiiri sawirka bogga 7). Waxaa suurooba inaadan ilmo yeelan markaas kaddib.
- Meel qalad ah ayaad ka rimi kartaa, gudaha dhuumaha faloobiyanka (fiiri sawirka bogga 7). Dhuuntu way qarxi kartaa kaddibna yeelan kartaa dhiig-bax xun oo gudaha ah

Ragga:

- Haddii jeermigu uu gaaro xiniinyaha (fiiri sawirka bogga 10) waxaa dhici karta inaad awood u yeelan weydo inaad ubad yeelato
- Waxaad barar iyo xanuunba ka dareemi doontaa kalagoysyada

KAADI – dareertada qashinka ah ee aad ka soo deysid kaadiheysta iyo kaadi mareenka (fiiri sawirradda dheddiga ama labka ee bogagga 10-11).

TALLAAL/TALLAALAN – mudid kaa difaaci karta cudur.

DHACAAN FARJIGA – dhacaanka gudahafarjiga dumarka (fiiri sawirka bogga 10).

FAAYRAS – noole yar ee keeni karaya cudur haddii jirkaaga uu galo; waa uu ka yar yahay jeermiga.

KHAMIIRIYE/FANGASKA – nooleyaal yaryar ah ee jirkeenna laga helo. Mararka qaarkood waxaa jira nooleyaal khamiiriye badan ama fangasoo keeni karaya bukto.

CGF halis ayey noqon karaan haddii aan dhaqso waxbalooga qaban. Rag iyo dumarba waxay noqon karaan madhaleys. Dumarka qaarkood kansar uga dhaca ilmo-galeenka ayaa uga imaan kara CGF. Hooyo waxay ilmo aan dhalan u gudbin kartaa CGF, ilmuhuna ku dhalan karaan mashaakil caafimaad, ama ay u dhiman karaanba. Marba sida ay u badan yihiin dadka aad galmada la yeelaneysid ayey fursaduhu uga sii badan yihiin in CGF uu kugu dhaco.

Waddada keliya ee la hubo ee looga badbaadi karo CGF waa inaadan galmoon.

Waxaad ku yarayn kartaa fursadaha uu kuugu dhici karo ama ku gudbin kartid CGF haddii aad adigu:

- Aadan la yeelan galmo dad badan oo kala duwan.
- Mar kasta aad isticmaasho kondom. Waa waxa ugu muhiimsan ee aad sameyn kartid si aad u sameysid galmo badbaado leh.
- Haddii aad isticmaasho mukhaadaraadka la isku duro, ha la wadaagin cirbadda qof kale.
- Haddii aad isu maleyso inaad qabtid CGF, takhtar u tag, ama xarumaha caafimaadka CGF. Wareyso in lagaa baaro CGF. Xasuusnow, warka oo dhan ee aad bixiso waa mid sir ah.

Astaamaha la raadsho waa:

Dumarka:

- Dareerto cusub ama geddisan oo farjiga ka timaadda
- Dareen gubasho marka la kaadshayo
- Xanuun caloosha hoosteeda, marmarka qaarkoodna leh xummad iyo dareen dhaxan
- Xanuun marka aad galmada yeelaneysid

Ragga:

- Dhacaan adag oo midabkiisu yahay casaan ama casaan-cagaar oo ka yimaada guska
- Dareen gubasho marka aad kaadsheysid
- Xanuun ama barar oo xiniinyaha (fiiri sawirka bogga 10)

Jabtadu waxay kaaga dhici kartaa oo aad kuna gudbin kartaa galmo candhada, futada iyo afkaba (fiiri noocyada galmada ee eray-bixinta). Haddii galmo futada aad yeelatid, astaamuhu waxay noqon karaan xanuun iyo dhiig am dareerto kale ee futada ka timaadda.

Fayraskiisa waad u gudbin kartaa dadka kale, xataa haddaadan isku heyn calaamadahiisa. Dadka qaarkiis weligoogba way qabaan fayraska cagaarshowga B oo ay misna u gudbiyaan wehelledooda iyagoon ka war heyn.

Muxuu igu sameyn karayaa?

Dadku badidiisu waa uu nabad qabaa. Koox ayaase la kulanta mashaakillo culus, sida beerka iyo kansar beerka ah.

Sidee ayuu dadku u qaadaa cagaarshow B?

Cagaarshow B waxaad ka qaadi kartaa ado galmo la yeesha qof qaba, ama dhiig leh fayraska cagaarshow B. Qofka dumar ee qabta cagaarshowga B caruurteeda ayey u gudbin kareysaa..

- Haddii aad qabto CGF, waa inaad u sheegtaa wehelkaaga galmo. Waa inaad taas sameysid si aad u badbaadiso caafimaadka wehelkaaga, si uusan isaguna dad kale ugu gudbin. Haddii aad u baahan tahay kaalmo u sheegidda wehelkaaga, wareyso takhtarka ama kaaliyaha takhtarka.
- Haddii adiga ama wehelkaaga eydan dooneyn rimid, waxaad u baahan tihiin inaad isticmaashaan nooc ka mid ah waxyaabaha looga hor tago rimidda.
- Xusuusnow, daawada looga hor tago uurka KAAMA ay daafacayso CGF!

Waa inaad taqaanaa khataraha ay leeyihiin CGF. Adiga keliya ayaa naftaada ka daafici kara inaad qaaddo ama aad faafiso CGF.

Erayada adadag waxaad ka helaysaa eray-bixiyaha dhammaadka buuggakan.

Sidaad adiga naftaada iyo dadka kaleba uga daafici lahayd cagaarshow B:

- Ha ka wadaagin cirbado ama qalab kale oo loo isticmaalo mukhaadaraadka
- Ha la wadaagin qalabka dhagaha lagu duleeliyo, masawirrada jirka lagu sameeyo (tattoo) iyo kuwa timaha lagu xiiro
- Ha la wadaagin cadey, findhicil ama sakiin

Haddii wehelkaaga galmo uu horey u qabey cagaarshow B, ka hubso ttakhtarkaaga si loo ogaado inaad u baahan tahay tallaal kaa daafaca.

HALISTA

1) Nasiibka in wax dhacaan.
2) nasiib qaadasho.

SHAHWAD – dareertada cad ee ka timaadda farjiga ninka marka galmada.

CGF – cudur la isugu gudbiyo galmada: bugto ama hurgun ee aad qaado haddii aad galmo la yeelatid qof cudurka qaba.

SAXARO – qashinka (gufarka) aad futada ka dhigto.

ASTAAMO – calaamado muujinaya inaad qabto cudur khaas ah. Masal, xanfaf, cuncun, xanuun ama finiinac dusha ama agagaarka farjiyada galmada waxay astaamo u yihiin CGF.

SIRINGE – qeybta cirbadda ee jirkaaga ku riixda daawada.

NOOCYADA GALMADA – dadku siyaalo kala duwan ayuu galmada u yeeshaa:
Galmada candhada: guska oo gudaha siilka gala
Galmada futada: guska oo gudaha futada gala
Galmada afka: guska oo gudaha afka ama afka oo gudaha siilka gala

JABTO (Gonorrhea)

Waa maxay?

Dad badan waxay qaadaan cudurkan oo ka mid CGF. Haddaadan xannano dhaqso leh u helin, waxaad la kulmi kartaa mashaakil halis ah. Taasi waxay si gaara ugu dhaboobeysaa dumarka. Naag rimman oo jabot qabta waxay jeermiga u gudbin kareysaa ilmaheeda waqtiga dhalmada; kaddibna ilmuhu waxay qaadi karaan hurgun indhaha. Takhaatiirtu waxay isticmaalaan antibiyootikis si ay jabtada u daweeyaan.

Maxay yihiin astaamuhu?

Iskuma arki kartid wax astaamo ah marka jabtadu kugu dhacdo. Haddii aad astaamo aragtid, waxay noqondoontaa saddex ilaa iyo shan maalmood kaddib markaad galmo yeelatay. Jeermiga dad kale ayaad u gudbin kartaa xataa haddii aadan astaamo laheyn.

FASHFASH – cudur jirka meel ka gala ee laga dareemo xanuun, kuleyl, cuncun isla markaasna barari karta, cassaanna u ekaan karta.

DAAWOYINKA LA ISKU DURO –

1) daawo takhtarku ama kaaliyauhu uu kugu siiyo cirbad.
2) makhaadaraad uu dadka qaarkiis cirbad ku qaato caadi ahaan.

DUFAN – burcad ama xabag ee sulub wax ka dhiga.

DUFANEYSAN – walax burcad ama xabag sulub looga yeelay.

NOOLE – wax nool oo jirkeenna ku jira oo weyneyso keliya lagu arki karo. Nooleyaasha qaarkood waa ay wanaagsan yihiin, qaarna waa dhexdhexaad, qaarna waa ay xun yihiin. Oogo caafimaad qabta waxay badiba leedahay nooleyaal caafimaad qaba.

CURYAANNIMO – marka qofku uusan nuuxsan karin.

UUR/UUR LEH – muddada ay ilmuhu ku jiraan uurka hooyada, badan sagaal bilood.

YAREE HALISTA – waxaad ka yeeshaa suurtoobidda dhaciddeda mid yar, inkastoo difaacu UUSAN sugneyn. Ka hor tag sidii halistu kuugu dhici lahayd.

Sidee dadku u qaadaa CGF?

Waxaad CGF u qaadi kartaa siyaabo kala duwan:

- Sida badan, cudur ka mid ah CGF, wuxuu kugu dhici karaa haddaad galmo la yeelatid qof kale. Jeermigu wuxuu raacayaa shahwadda, dhacaammada farjiga dumarka ama dhiigga.
- Hooyooyinka qaba CGF waa ay u gudbin karayaan ilmahooda. Taasi waxay dhici kartaa ama inta uu uurka ku jiro ama marka dhalmada.
- Waxaad ka qaadi kartaa qaar ka mid ah CGF cirbad, haddii cirbadda hortaa la soo isticmaalay uu ku yaallo dhiig buka. Masalan, waddaddaas waxaa kuugu dhici kara cagaarshow B iyo AIDS.
- Ma ay jiraan tallaalo shacsha CGF, marka laga reebo cagaarshowga B.
- Kuwo badan ee ah CGF ayaa si sahlan lagu daweyn karaa. CGF kurtood khatar ayey noqon karaan haddii aan la daweyn. CGF qaarkood dawaba ma laha.

Muxuu i yeeli karaa?

Dumar badan oo qaba kalamidiya ma laha astaammo. Ragga qabase caado ahaan astaamo ayey leeyihiin, qaar baase aan laheyn. Waa inaad xannaano u heshaa kalamidiya; haddaadan u helin waxay sababi kartaa mashaakil dhab ah, siiba dumarka. Haddaad kalamidiya aad qabtid oo aadan xannaano helin waxa soo socda ayaa dhici kara:

Dumarka:

- Xanuun aan tegeyn oo qabta meelaha caloosha ka hooseysa.
- Jeermigu wuxuu tegi karaya gudaha ilmo-galeenka, dhuumaha falloobiyan (fiiri sawirka bogga 7). Waxaad u baahan kartaa in cisbitaalka lagu dhigo. Waxaa dhici kara inaadan awood u yeelan inaad caruur yeelatid markaa kaddib.
- Haddii rimiddu ay ku billaabanto dibedda ilmo-galeenka, gudaha dhuumaha faloobiyanka (fiiri sawirka 7), dhuumuhu waa ay qarxi karayaan markaasna dhiig-bax badan oo gudaha ah ayaad yeelan kartaa.

Ragga:

- Haddii jeermigu uu tago xiniinyaha (fiiri sawirka bogga 10) waxaa dhici kara inaadan caruur yeelan.

Cagaarshow C

Muxuu yahay?

Cagaarshow C waa hurgun beerka. Waxaa sababa faayriska cagaarshow C (FCS). Faayriska waxaaba la ogaadey 1989. Wixii 1990 ka dambeeyey dhiigga oo dhan ee dadka isbitaallada laga siiyo waxaa laga baaraa cagaarshow C.

Waa maxay astaamihiisu?

Waxaad qabi kartaa cagaarshow C oo aadan misna astaamihiisa yeelan. Fayriska waxaad u gudbin kartaa dad kale, xataa haddii adigu aadan isku arkin astaamihiisa.

Waxaa ku qaban kara xanuun gaaban oo astaamaha cagaarshowga leh muddo ilaa sagaal toddobaad ah, kaddib marka lagugu daarto cagaarshow C. Astaamihiisu waxay noqon karayaan:

- Xummad
- Dareen daal
- Indhaha iyo haragga oo yeesha midab huruud ah
- Laxow (xanuun) agagaarka caloosha hoosteeda
- Kaadida oo yeelata midab madow, caleen shaah
- Labbalabbo

Dadku qaarkii wuxuu yeelan karayaa muddo dheer astaamo aan caddeyn, sida tabar darro, daal, cunno-xumi.

Waa maxay galmo badbaadsan?

Waad ku istareexi kartaa galmadaada isla markaasna aad ka daafici kartaa naftaada iyo wehelkaaga galmo CGF. Waxaa ugu muhiimsan ee aad sameyn kartid si aad galmada mid badbaado uga dhigtid waa isticmaalka kondomka mar kasta. Kondomku wuxuu kaloo kaa daafacayaa kansarka ilmo-galeenka iyo madhaleysnimada oo ay keenaan CGF.

QARSOODI – takhtarka ama shaqaalaha caafimaadka bixin mayaan war shaqsi ah oo kugu saabsan ruqsad la'aantaada.

XAKAMEYN DHALMO – shey sida (kondomka) ama daawo (kiniiniyada xakameynta dhalmada) oo ka joojinaya naagta rimidda.

KACSIGA/FARJI KACSAN – marka farjiga raggu uu adkaado, mid "soo adag".

TAARIIKHDA DHACIDDA – maalinta wixii ka dambeeya eeyan badbaado laheyn in la isticmaalo kondom, daawo ama cunno. Sida badan, waxa aad soo gadato waxaa la damaanad qaadayaa ilaa taariikhda dhacmada.

BUROOYINKA FARJIYADA – burooyin yaryar oo ka soo baxa dusha ama hareeraha xubnaha galmada.

JEERMIYO – nooleyaal yaryar ah oo keeni kara cudur haddii ay jirkaaga dhex galaan.

HURGUN – cudur ay keenaan jeermi ama bakteeriya; xumaad waxay noqon kartaa astaan hurgun.

QAADSIIN jeermi, bakteeriya ama faayris qof kale loo gudbiyo.

MADHALEYS/MADHALEYSNIMO – awood la'aan in caruur la dhalo.

Sidee baan ku ogaan karayaa inaan qabo cagaarshow C?

Weydiiso takhtarkaaga ama rugta caafimaadka in lagaa qaado dhiig-tijaabo. Haddii uu weligaaba kugu faayriska cagaarshow C (FCS), tijaabadaas ayaa lagu ogaanayaa. Lakiin tijaabadu muujin meyso in faayrisku uu weli jirkaaga ku jiro. Ilaa marakan tijaabo middaas looma hayo. Sidaa darted, haddii tijaabadu ay ku soo baxdo togane (positive) u dhaqan sidii adigoo hurgunka qaba.

Muxuu i gaarsiin karayaa?

Haddii uu ku hayo cagaarshow C, waxaa kugu dhici kara "cirrhosis" (beerka oo dhaawacma). Dadka qaarkiis waxaa ku dhici karaya tabaryari beerka ah ama kansarka beerka.

Sidee ayuu cagaarshowga C dadka ugu dhacaa?

Waxaad ku qaadi kartaa cagaarshow C oo keliya haddii faayrisku uu dhiigaaga galo. Taasna waxay ku imaan kartaa:

- Haddaad cid kale la wadaagto cirbadaha mukhaadaraadka loo isticmaalo.
- Haddii wehelkaagu uu cid kale la wadaago cirbadaha mukhaadaraadka loo isticmaalo.
- Haddii dhiig lagugu shubay ama cad lagaa beddeley wixii ka horeeyey Juun 1990 Kanada gudaheda.
- Haddii aad si lama filaan ah isku muddo cirbad la sooisticmaalay.

Astaamaha la raadsho waa:

Dumarka:

- Dhacaan cusub ama mid geddisan ee farjiga
- Dareen gubasho markaad kaadineysid
- Xanuun caloosha hoosteeda oo wata waqtiyada qaarkood xummad iyo dareen dhaxan
- Xanuun waqtiga galmada

Ragga:

- Dareerto biyo oo caano u eg oo farjiga ka yimaada
- Cuncun gudaha farjiga
- Dareen gubasho markaad kaadsheysid
- Xanuun ama barar xiniinyaha (fiiri sawirka bogga 11)

Sida cudurrada kaloo CGF, waxaad qaadi kareysaa, gudbin kareysaana kalamidiya marka galmo aad ka yeelatid futada ama farjiga (fiiri noocyada galmada ee ku yaal sharaxa erayada). Astaamuhu waxay noqon karayaan laxaw, iyo dhiig ama dareertooyin ka socda futada.

Sharaxa ereyada

HADDII ERAYGA AMA WARKA AAD DOONEYSID EEYAN HALKAN KU JIRIN, WAXAAD SUGTAA INAAD WAREYSATO TAKHTAR AMA KAALIYE. MARNA HA YEELIN INAADAN SU'AAL KASTA U HELIN JAWAAB.

ANTIBIYOOTIK – daawo ka hortagta hurgunka uu jeermigu keeno.

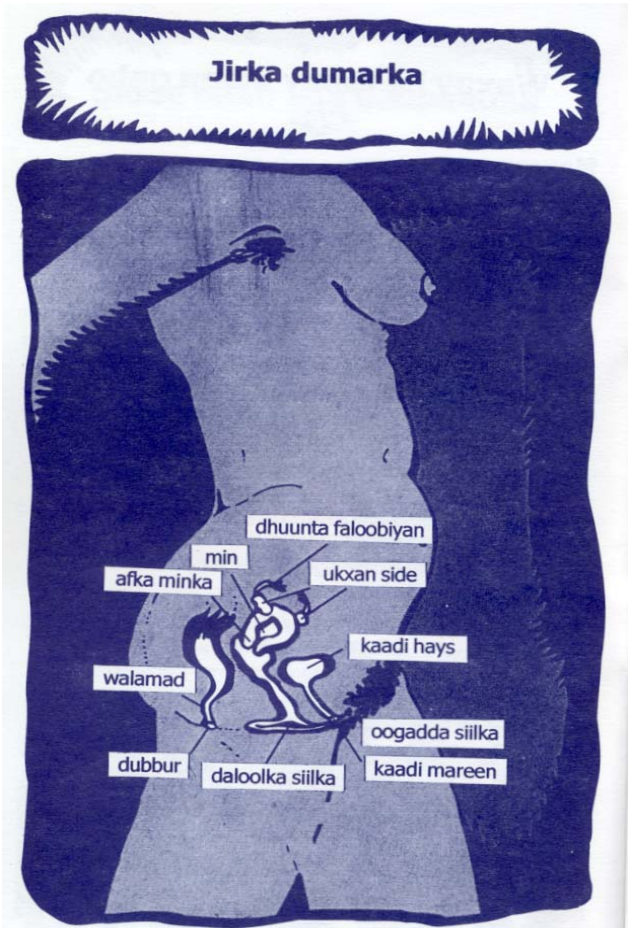
WALAX DIFAACYADA JIRKA – difaac uu dhiiggagu sameysto ka hortagga jirroyinka ay keenaan jeermiyadu iyo faayrasyada.

FUTADA – meesha laga saxaroodo (fiiri sawirdda bogagga 10 & 11.

SUR – meesha ilmo-galeenku uu ugu dhuuban yahay ee soo gasha candhada (fiiri sawirka bogga 10).

FARJIGA GUDAN – buuryada oo la jaro, sida badan wiilku inta uu yar yahay.

KONDOM – shey difaac oo laga sameeyey caaneeyo oo le'eg farjiga ninka, "bambiiro" ama "badbaado"".



Kalamidiya (Chlamydia)

Waa maxay?

Dad badani waxay qaadaan kalamidiya. Waxaa weeye mid kuwa ugu khatarsan ee CGF. Haddii uu kugu dhaco, waxaad noqon kartaa ma dhaleys. Hooyooyinku ubadkooda ayey jeermiga u gudbin karaan waqtiga dhalmada. Kuwo badan oo ubadkaas ka mid ah ayaa qaadi kara hurgun indhaha ama sambabada.

Maxay astaamihiisu yihiin?

Dad ayaa qaba kalamidiya aanse laheyn calaamadihiisa. Haddaad isku aragtid calaamadihiisawaxay noqon doontaa inta u dhexeysa hal toddobaad ilaa iyo saddex toddobaad kaddib markaad la yeelatay galmo qof uu ku dhacay kalamidiya.

Halis yar ayaa jirta in cagaarshow C laga qaado wehelka galmo, ama hooyo ay hurgunka u gudbiso ilmaheeda. Kala sheekeyso takhtarkaaga arrintaas.

Sidee looga daafacaa naftaada iyo dadka kaleba cagaarshow C:

- Ha wadaagin cirbado ama qalab kale oo mukhaadaraadka loo isticmaalo
- Ha wadaagin qalabka dhagaha lagu durto, jirka lagu duro, masawir jirka ah lagu sameeyo ama timaha lagu xiiro
- Ha wadaagin cadey, findhicil ama sakiin
- Isticmaal kondom goor kasta oo aad galmo yeelaneysid

Haddii ay tijaabadaadu ku soo baxday togane cagaarshow C:

- U sheeg wehelkaaga galmo
- Isticmaal kondom goor kasta oo aad galmo yeelaneysid
- Dabool meel kastoo jirkaaga ka go'an ama ka muruxsan ilaa ay ka biskoodaan
- Bac gooni ah ku rid qashin kastoo dhiigaagu korka uga yaal intaadan ku ridin qashinqubka caadiga ah (masal, Band-Aids, Kleenex, suuf, findhicil, iwm).
- Isticmaal caddeeye (warankiilo/bleach) markaad dhaqeysid meshii dhiig ku daatey, tusaale, alwaaxa wax lagu dul jaro, biyo galeenka jikada. (isticmaal sagaal meelood oo biyo ah iyo hal meel oo caddeeyaha ah)
- Marna ha bixin dhiiggaaga, shahwadaada ama xubnaha jirka (xubno)
- Takhtarkaaga kala sheekeyso uurka iyo nuujinta

Habka loo isticmaalo kondomka haweynka

Marwalba ay labada qof jameecaayaan waa in ay Kondom cusub isticmaalaan. Kondomka waa in ay gashato haweenta intuusan fargiga ninka oo taagan gelin gudaheeda (galmada siilka ama dubburka).

(1)Taxadar u fur baakadda.

(2)Ku qabo kondomka qeybtiisa dambe suulka iyo farta dhexe. (Haweeynka qaarkood wexey jecelyihiin in ay qeybta yar ee wareygsan dibadda uu soo saaraan inteeysan gudaha gelinin si ay u fududeystaan gashashadiisa).

(3)Raadso sida ugu sahlan oo aad ku gashan kartid, ha noqoto in aad seexatid, ama inaad fariisatid oo lugaha kala qaadid amase adigoo taagan oo lug meel kore saara. Majuuji garaangarta kadibna geli farjigaaga, ku riix gudaha ilaa intaad gaarsiin karto adigoo isticmaalayaa faraha.

Marakan waxaad ogtahay sida loo yareeyo khatarta lagu qaadi karo CGF. Haddii aad galmo yeelatay oo aad khatar isu ban dhigtay, arag takhtar ama kaaliye, ama waxaad tagtaa rugta caafimaadka CGF markaasna weydiiso baaris.

Yaan lagaa qancin inaad galmo yeelatid adoon diyaar u aheyn. Haddaad galmo yeelandoontid, ka fakar khatarta aad isu bandhigeysid.

Macluumaad intaas ka badan oo ku saabsan CGF, HIV iyo AIDS, waxaad u tagtaa ama wacdaa laanta caafimaadka ee xaafaddaada:

B.C. Centre for Disease Control
Clinical Prevention Services – STI Control
655 West 12th Avenue
Vancouver, BC V5Z 4R4
Tel: (604) 707-5600
Fax: (604) 707-5604
Email: stdinfo@bccdc.ca

Maxaan sameyn karaa si aan ugu waaro caafimaad intii suurogal ah?

Haddii aad ku soo baxday togane Cagaarshow C, waa inaad u aragtaa takhtarkaaga si joogto ah si dhiiggaaga tijaabo loogu sameeyo loona ogaado habka xaaladda beerkaaga. Isla markaana:

- Ha cabin khamri
- Ha dhuuqin sigaar hana qaadan mukhaadaraad
- Ha qaadan fitamiin badan ama daawooyinka “cunno caafimaad” adoon kala hadlin takhtarkaaga.
- Kala hadal takhtarkaaga dawooyinka aad isticmaasho, koley ku tahay kuwa aadan u baahneyn in takhtar uu kuu qoro
- Waxaad wareysataa sidaad ku heli laheyd tallaalka Cagaarshow A iyo B
- Arag takhtarkaaga durbadiiba haddaad isku aragto astaamaha Cagaarshow (fiiri bogga 19).

Wexey ila tahay inaad qabo Heerbis. Maxaan sameeyaa?

- Ha argagixin (fiigin), laakiin takhtar arag.
- Nadaafad iyo qalleyl ku hay meesha hurgunsan.
- Timo-qallajiye isticmaal meesha tuwaalka si aad u qallajisid agagaarka muruxsan.
- Ha xiran surwaallo kugu dhaggan, dhar ciriiri ah ama hoos-ka-xirasho laga sameeyey neeyloon, booliyester, akriliks. Waxaad xirataa dhar nafis ah oo suuf laga sameeyey.
- Ha wadaagin tuwaallo qubes.

Haddii kaadidu ay ku xanuujineyso, waxaad isku deydaa inaad kaadisid adigoo biyo kulul dhex fadhiya. Waxaad qaadataa daawo takhtar ama kalkaaliso ku siisay oo kaliya. Hana isku dayin inaad adigu iska daaweysid cuncunka farjiga.

Waa maxay xaaladda wehelladeyda galmo?

Haddii aad qabto HIV, waa inaad u sheegtaa wehelladaada galmo ama qof kastoo kula wadaaga cirbado. Iyagaa go'aan ka gaaridoona haddii ay doonayaan in laga tijaabiyo hurgunka HIV.

Yaa u sheegaaya wehelladeyda galmo?

Adiga laftaatuba waad u sheegi kareysa. Haddaadan awoodin, markaas la hadal takhtarkaaga ama kaaliyaha. Caawinaad ayey geysan karaan.

Maxay ka qaban karaan?

Lama hayo daawo biskeysa hurgunka HIV or Aids. Faayrisku wuxuu weligeedba ku nagaanayaa jirkaaga. Takhaatiirtu daawooyin kala duwan ayey u isticmaalaan hurgumada iyo jirooyinka ku dhaca dadka HIVga qaba. Hase ahaate daawo biskeysa weli lama hayo.

(4)Fartaada geli kondomka gudihiisa adigoo aad ugu
riixaaya garaangarta gudaha intii aad gaarsiin karto. (Waxaa kale oo suurto gal ah in kondomka la gasho farjiga ninka oo taagan galmada ka hor).

(5)Waa inaad hubisaa in qeybta dambe ee kondomka ee garaangarta leh in uu banaanka yaalo. Qeybtaas waa mid marwalba dibadda ooli doonto markii farjiga ninka oo gudaha kondomka galo. Markay galmada dhacayso farjiga ninka waa inuu kondomka gudihiisa ku jiraa.

(6)Markii la jameeco kadib, iska saar kondomka adigoo si tartiib ah u qaloocinaaya qeybta dambe ee garaangarta leh kadibna dibadda u soo saar, adigoo ka taxadaraaya in aaysan shahwada daadan.

(7)Markaad isticmaasho kondomka waa inaad tuurtaa adigoo ka taxaddaraaya.
Haddii uu kondomka dilaaco ayadoo la jameecaayo, waa in si deg-deg ah loo bixiyo oo mid cusub la gashto.

Ma la isqaadsiin karaa?

Waxaad qaadi kartaa hurgunka farjiga haddaad dhunkato ama aad galmo la yeelatid qof qaba cudurkaasi ka midka ah CGF. Taasu waxay sida badan dhacdaa marka qofku leeyahay nabaro furmay. Isla markaasna waa la gudbin karayaa iyada oo eeyan jirin muruxyo muuqda. Haddii aad taabatid nabarada cuncunka, ku qasaal gacmahaaga saabuun iyo biyo si aadan cudurka ugu gudbin meelo kale, sida indhahaaga.

Hurgunka KAMA QAADI kartid fadhiyada suuliga (musqusha), baafka qubeyska ama barkadaha qubeyska. Waxaadse ka qaadi kartaa haddii aad tuwaal la wadaagtid qof cuncunka qaba.

Waxaad u gudbin kartaa faayriska cuncunka wehelkaaga galmo xitaa adigoon laheyn astaamihiisa.

Finanka farjiyada (Genital Warts)

Maxay yihiin?

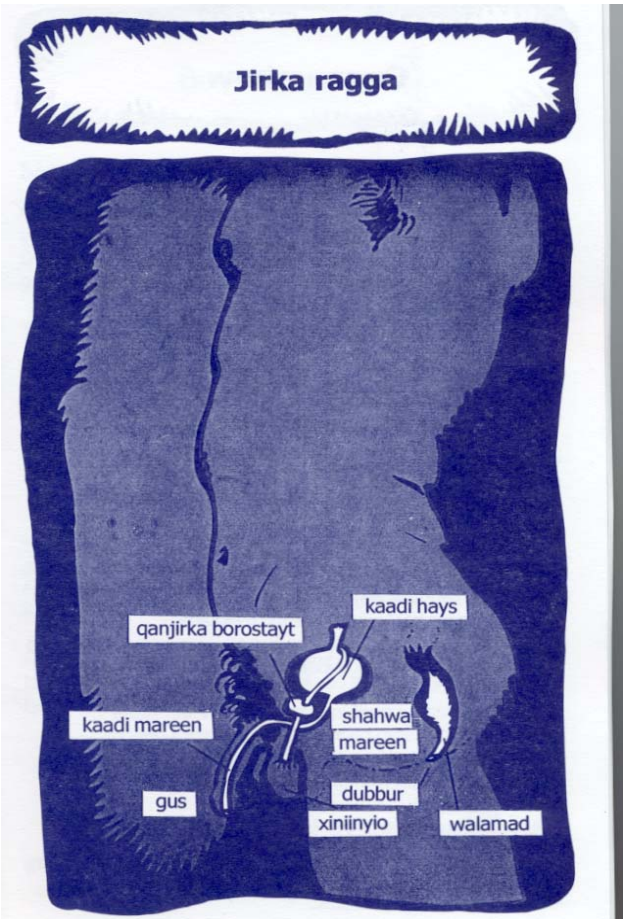
"Genital warts" waxaa weeye waxyaallo yaryar (finiinic) oo ka soo baxa dusha ama agagaarka xubnaha galmada. Waxay u eg yihiin finiinicyo caadi ah. Faayris ayaa sababa.

Waa maxay astaamahoodu?

Finanka farjiyada waxaad ku qaadi kartaa muddo u dhexeysa labo toddobaad ilaa iyo siddeed bilood kaddib markaad galmo la yeelatay qof cudurka qaba.

Iyagu waxay u eg yihiin ubaxa kaabejka waxayna ka soo baxaan meelaha suyucsan sida farjiyada (raga iyo dumarkaba) iyo futada. Iyagu ma xanuunayaan. Haddii aad yeelato galmo afka ah, finiinic ayaa ka soo bixi kara afka gudihiisa ama agagaarkiisa.

Dadka qaarkiis ee cudurka qaba ma laha finiinica. Isla markaasna cudurka waa ay u gudbin karaan wehelladooda.



Maxay I yeeli karaan?

Finanka farjiyadu khatar ayey noqon karayaan, siiba dumarka. Dumarka qaba finanka farjiyada waxay u badan yihiin inuu ku dhaco kansarka illmo-qaleenka (fiiri bogga 7). Dadka uu finanka ka soo baxo futada (fiiri bogagga 7 & 10) waxay u badan yihiin in isla meesha kansar ka soo baxo. Haddii hooyadu ay qabto finanka farjiyada, ilmaha wuxuu uga dhici karayaa dhuunta marka dhalmada.

Maxaan ka qaban karayaa arrimahaas?

Haddii aad isku tuhunto inaad qabtid finanka farjiyada, waa inaad aragtaa takhtar ama aad tagtaa rugta caafimaadka CGF. Iyagaa finiinica ka raadinaya candhada dumarka am farjiga raga iyo futadaba. Takhtarku wuxuu ku dhayi karayaa daawo, ama waxaad u baahanaan kartaa xannaano kaloo khaas ah.

Xasuusnow, haddaad galmo khatar isugu bandhigtid, hurgumo ayaad heli kartaa oo aad u gudbin kartaa dad kale ee aad galmo la yeelatid, iyo ilmahooda aan weli dhalan. Waxaad naftaada iyo dadka kaleba ku nabad gelisaa galmo-badbaado ah (fiiri bogagga 6, 8-9, 11-12).

Ma lagu badbaadayaa dhunkashada dheer ama “dhunkashada faransiiska”?

Dhunkasho kama qaadi kartid HIV ama AIDS. Dhunkashada dheer ama “dhunkashada faransiiska” waa badbaado.

Waxay ila tahay inaan qabo HIV ama AIDS. Maxaan sameeyaa?

Haddii aad u maleyneysid inaad isku heyso astaamo, ama aad galmo khatar isugu bandhigtay, arag takhtarkaaga ama tag rugta caafimaadka CGF. Waxaad u baahnaan kareysaa in tijaabo dhiig lagaa qaado. Haddii tijaabada dhiiggu ay soo baxdo togane, macnaheedu waxaa weeye inaad qaaday hurgunka HIV, oo aad u gudbin kartid dad kale. Macnaheedu ma aha inaad qabtid AIDS, ama aad qaadi doontid.

Dumarka waxay yeelan karaan murux-finiinac gudaha iyo agagaarka siilka, agagaarka futada, ama bowdyaha iyo barida (fiiri sawirka bogga 7). Raggu wuxuu yeelan karaa muru-finiinac guska, agagaarka xiniinyaha, agagaarka futada, ama bowdyaha iyo barida (fiiri sawirka bogga 10). Rag iyo dumarba waxaa murxi karaya afka markey galmo af la yeeshaan qof kaloo finiinica qaba.

Dad badan oo finiinica uu ku dhaco waa uu ku soo noqnoqdaa. Kuwa uu finiinicu ku soo noqdo, badanaaba uma xuma sida markii ugu horeysay.

Muxuu ii keeni karayaa?

Dad badan cuncunku uma aha dhibaato weyn. Laakin khatar ayuu noqon karayaa haddii qof dumar ah ay uur leedahay. Hooyo waxay faayriska cuncunka u gudbin kartaa ilmaheeda marka ay dhalayaan. Cunuggu aad ayuu u bukoon karayaa. Haddii hooyadu cuncunka ay qabto uu yahay kii ugu horreeyey, ilmuhu waydhiman karayaan. Haddaad uur leedahay, oo aad adigu ama wehelkaagu uu qabo cuncunka, waxaad sugtaa inaad u sheegtaan takhtarkiinna.

Sidee baan ku ogaan karayaa in aan qabo hurgunka HIV?

Waxaa jirta tijaabo dhiig ee HIV. Waxaa loogu yeeraa Tijaabada difaaca jirka ee HIV (The HIV antibody test). Haddii aad qabto HIV, jirkaagu wuxuu sameynayaa walax-difaac jir (antibody) oo isaga ka soo horjeeda. Haddii aad leedahay walax-difaac jir, macnaheedu waxaa weeye in hurgunka uu ku hayo.

Haddii tijaabada HIV ee lagaa qaado ay soo baxdo TOGANE, macnaheedu waxaa weeye in hurgunku uu ku hayo. Haddii ay tijaabadu ay soo baxdo TABANE, macnaheedu waxaa weeye inaadan laheyn walax-difaac jir. Hase ahaatee walax-difaac jir ee HIV wuxuu qaadan karayaa muddo 12 toddobaad ah ama ka badanba inuu is muujiyo. Sidaas darted tijaabadaadu waxay noqon kartaa tabane, isla markaasna aad faayriska qabi kareysaa.

AIDS waa heerka ugu dambeeya ee hurgunka HIV. Dadka qaba AIDS marba marka ka dambeysa way ka sii bukto badanayaan. Buktadu waxay u qaban kareysaa heer ay ku geeriyoodaan. Laakiin waad iska daafici kareysaa HIV iyo AIDS.

Sidee baan nafteyda uga daafici karayaa HIV?

- Isticmaal kondom mar kasta oo aad galmo yeelaneysid.
- Wehelladaada galmo ha noqdaan tirada ugu yar ee suurowda.
- Ha wadaagin cirbadaha la isku mudo.
- Ha wadaagin sakiino iyo cadayo.

Habka loo isticmaalo kondomka ragga

Kondom cusub waa in ay isticmaalaan marwalba ay labada gof isaga tagaayaan farjiga amase dubburka. Kondomka waa in la geliyaa inta uu farjiga ninka taagan yahay iyo inta uu farjiga wehelkaaga (ha noqoto farjiga ama dubburka) taaban.

Hubso taariikhda dhicidda ee ku yaala baakadda. Adigoo taxadaraaya ka soo saar baakadda.

(2)Waa in kondomka la geliyaa fooda farjiga ninka oo taagan, iyo intuusan taaban farjiga wehelka. Hubso qeybta duuban ee kondomka iney dibaadda u jeedo.

(3)Gacanta kale ku majuuji fiida kondomka si aad uga saarto dabeysha, kadibna ku fidi ilaa salka farjiga taagan.

Heerbiska farjiyada (Genital Herpes)

Waa maxay?

Hurgunka farjiga wuxuu ka mid yahay CGF oo keena murux dusha ama agagaarka farjiyada. Wuxuu la mid yahay faayriska keena dureyga (hargabka) ama finiinica xummadda ee dusha ama agagaarka afka ka soo baxa. Hurgunku wuxuu kaloo kuugu dhici karaa haddaad galmo af yeelato. Kaddib marka muruxu uu biskoodo, waa uu soo laaban karayaa waqtiyo teelteel ah. Weli lama hayo wax daweeya hurgunka farjiga, hase yeeshee waxaad heli kartaa dawooyin hurgunka soo dabo jara isla markaasna laxawgiisa yareeya..

Waa maxay astaamihiisu?

Waxaad dareemi kartaa cuncun agagaarka farjiga dhowr maalmood ilaa iyo toddobaad kaddib markaad galmo yeelatay. Markaas ayaad arkidoontaa koox finiinac ah. Finiinicu waa qarxayaa kaddibna noqonayaa murux xanuun leh. Taasi waxay jiri kartaa labo ilaa iyo afar toddobaad. Marka kuugu horeysa ee aad taas isku aragto, waxaad dareemi kareysaa xummad iyo madax xanuun.

Fajinaaytis (Vaginitis)

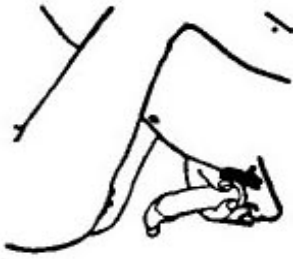
Waa maxay?

Fajinaaytis waa hurgunka farjiga dumarka ku dhaca. Jeermi ayaa keena oo la isku gudbiyo waqtiga galmada.

Waa maxay astaamihiisu?

Qofka dumarka ah dhowr calaamadood ayey lahaan karaan:

- Dhacaan aan caadi aheyn oo farjigu uu yeesho, qurmuuna noqon kara
- Cuncun ama xanuun farjiga gudihiisa ama agagaarkiisa
- Casaan iyo barar dibedda farjiga
- Xanuun marka galmada ama kaadida



(4)Markuu isutagga dhamaado welina uu farjigu taagan yahay, ka soo saar farjiga adigoo salka xoog u haya, si aysan shahwada u daadan.

(5)Si taxaddar leh kondomka uga bixi farjiga, kadibna afka furan ka xir.

(6)Kadib markaad isticmaa-sho kondomka si taxaddar leh qashinka ugu rid.

Haddii uu kondomka dilaaco inta ay labada gof isu tagaa-yaan waa in si deg-deg ah la isaga siibo oo mid cusub loo isticmaalo.

Sidee baanan u qaadi kareyn AIDS?

Dad kale kama aad qaadi kartid HIV haddaadan galmo la yeelan ama aadan la wadaagin cirbado. Ammaan weeye taabashadu, gacan-qaadku ama u haanyoodka qof qaba AIDS. Kama aad qaadi kareysid HIV dummad/eey, iwm, ama qaniinyada cayayaanka sida kaneecada.

Dadka qaarkiis wuxuu qabaa inuu HIV ku dhacayo haddii ay dhiig baxshaan. Taasi run ma aha, maxaa yeelay kaaliyaha dhigga kaa qaadaya wuxuu u isticmaalayaa qof walba cirbad cusub. Ma aad taabaneysid qof kale dhiiggiis marka aad dhiigga bixineysid.

Dhiigga dadku uu bixiyo waxaa laga tijaabiyaa HIV mar kasta, sidaa darted khatarta aad galeysid inuu HIV kaaga yimaado dhiig lagaa siiyey isbitaalka aad ayey u yar tahay.

Maxaa keena fajinaaytiska?

Khamiiriye hurgun

Khamiiriye ama fangaska ayaa ka soo bixi karaya gudaha farjiga dumarka oo aanan misna keeneyn wax dhibaatooyin ah. Laakin waxyaalo badan ayaa keeni kara fajinaaytiska. Haddaad uur leedahay, ama aad qaadato kiniiniyada ka hortagga rimidda, ama antibiyootikis, ama ay ku heystaan dhibaatooyin kaloo caafimaad, waxaad heli kareysaa khamiiriye badan. Haddaad galmo yeelato adigoo hurgun khamiiriye qaba, waxay u badan tahay in wehelkaagu uusan waxba qaadin. Laakin raga qaarkiis wuxuu qaadi karayaa cuncun iyo farjigoo casaada, siiba haddii eeyan gudneyn.

Trikoomonas (Trichomonas)

Qofka dumarka ah waxay qaadi kartaa jeermigaas marka ay galmo la yeelato nin qaba. Sida badan raggu ma laha astaamo waana ay fidin karayaan jeermiga ogaan la'aan. Ragga qaarkiis wuxuu farjiga ku yeeshaa dhacaan aan kaadi aheyn iyo /ama yeeshaan dareen gubasho marka ay kaadinayaan.

Cudur farjiga dumarka ku dhaca (Vaginosis)

Haweenta wuxuu cudurkaan ku dhacaa markii uu farjigeeda isbedel ku dhaco, taasoo keeni karta in bakteeriyada caadiga ugu nool farjiga ay xad-dhaaf u badato. Ragga uma baahna in laga daaweeyo.

Maxaan ka qaban karaayaa arrintaas?

Waxaad heli kartaa burcad la is mariyo ama kiniini loo qaato fajinaaytiska. Haddii fajinaaytis kugu dhaco galmo kaddib, markaas wehelkaagu/du waxay u baahnaanayaan daweyn, xataa haddii eeyan isku arag astaamo. Haddaan iyaga laga daweyn, adiga mar kale ayuu hurgunku kugu soo laaban karayaa.

Maxaan kaloo sameyn karaa?

Waxaa ugu wanaagsan in la xirto dhar nafis ah iyo hoos-ka-xirasho laga sameeyey suuf. Ha xiran surwaalllo kugu dhagan, dharka ciriiriga ah ama hoos-ka-xirasho laga sameeyey naayloon, booliyester ama akriyliks.