

TILMAAMAHA ISBITAAL KA BIXINTA



24 saacadood ka dib suuxinta, ilmuhu wuxuu halis dheeraad ah ugu jiraa inuu dhaco:

- Waxay u badan tahay in ilmuhu lulmoodo iyo hurdo inta ka hartay maalinta/ fiidkii.
- Fadlan xaqiiji in ilmuhu ku sugan yahay meel lagu nasan karo; ie. sariir, fadhi.
- Waa in ay si fudud u fududaato in ilmuhu hurdo ka soo kaco oo uuna nasto.
- Habka bogsashada waxaa si fiican loo dhammeeystiraa marka ilmuhu nasanayo ama hurdo.
- Qofka qaangaarka ahi waa inuu la socdaa ilmaha marka uu socdo, gurguuranayo, ag-joogo agagaaraha alaabta guriga ama geesaha waxlaha kale ee fiican, iyo marka uu fuulay ama kasoo degayo jaranjarooyinka.
- La soco in ilmuhu la kulmi karo walaac iyo isbeddel dabeecadeed ka dib habraaca socon kara ilaa 72 saacadood.
- Baaskiil wadista, meel fuulida, iyo ciyaarista ciyaaraha laguma talinayo 24 saacadood ka dib habsocodka.



Marka ilmuhu soo tooso:

- Dhaqdhaqaaqooda si tartiib ah u kordhi marka dheelitirka ilmuhu soo noqdo.
- Daawashada filimaanta, taleefishinada, ciyaarista geemamka, iyo/ama wax-akhrinta ayaa lagu taliyaa kuwaas oo ah hawlo deggan.



Wax Cunista iyo Cabida:

- Qaadashada cuntadu waa inay noqotaa mid gaabis ah oo ka kooban cuntooyinka fudud ee jilicsan sida Jello-da, buskudka iyo maraqa. Lalabada waxay caadi ahaan kartaa 24 saacadood. Ka fogee cuntooyinka dhireysan.
- Haddii aanay lallabbo jirin, ilmuhu si tartiib ah ayuu ugu gudbi karaa cunista cuntooyinka caadiga ah.
- Haddii ilmuhu matagayo, sug in yar ka hor inta aanad bilaabin siinta dareere nadiif ah mar kale.
- Xaqiiji inaad raacdo tilmaamaha dhakhtarka ilkaha.
- Ilmuhu waa inuu awoodaa inuu kaadiyo 6-8 saacadood ka dib habraaca.



Daryeelka Xanuunka, Raaxo-darida ama Qandhada:

- Xanuunka iyo raaxo la'aanta ka dib habsocodka waa mid caadi ah waana la filayaa.
- Dhiigbaxa sanku maaha wax aan caadi ahayn waxayna sii jiri karaan ugu yaraan 12 saacadood ee ugu horreeya.
- Qaado daawo kasta oo bixiyaha caafimaadka/dhakhtar ilkahu uu u qoray ilmaha.
- **Ka fogow siinta ibuprofen (Motrin) 6 saacadood ka dib habraaca.**

Kuurada xigta waxaa la siin karaa:

- **Acetaminophen (Tylenol) ayaa loo isticmaali karaa xanuunka.**

Kuurada xigta waxaa la siin karaa:



Qandho heer-hooseeya ah (in ka yar 100.4 F) ka dib habraaca ayaa dhici karta. Haddii tani dhacdo:

- Sii dawo qandho jabinta, haddii bixiyaha uu ogolaaday.
- Ku dhiiri geli iney dareerayaasha cabaan si looga yagleelo kuwa jirkoodu biyo uu leeyahay.
- Ka indho-iindhee calaamadaha caabuqa (bararka, casaan noqoshada, urka xun, dheecaan, ama qandho daba dheeraatay).



Si aad u yareeyso xanuunka ilmaha:

- Sii daawada xanuun baabi'iyada ah, haddii uu ogolaaday bixiyaha ilmaha.
- Isku day inaad u sharaxdo ilmaha in xanuunku caadi yahay, oo uu yahay ku meel gaar.
- Isku day inaad ku mashquuliso dhaqdhaqaaqyo cayaareed.
- Isticmaal il qabow-keenta ama mid keenta kulayl yar si ay u abuurto jawi raaxo leh, haddii uu ogolaado bixiyaha ilmaha.
- Ku dhiiri geli neefsashada qoto dheer ama xumbo afuufida si ay u noqoto mashquulin iyo dariiq aad uga caawiso inay nastaan.
- Taabashada raaxada leh; isku day koolkoolin, salaaxid, duugis, xajin, ama ruxid.



Calaamadaha soo socdaa waxay noqon karaan kuwo khuseeya waxayna u baahan karaan dabagal dheeraad ah:

- Aad ayuu u hurdaa oo ilmuhu si sahal ah uma toosayo.
- Waxaa jira dhiigbaxa sanko oo culus iyo/ama ilmuhu wuxuu dareemaa dawakhsanaan ama daciifnimo.
- Lallabada/mataqidu waxay socotaa in ka badan 12 saacadood iyo/ama way ka sii daraysaa.
- Ilmuhu ma kaadinayo 6-8 saacadood ka dib habraaca.
- Wuxuu dareemayaa xanuun aan loogu dulqaadan karin siinta daawooyinka farmashiyaha laga soo gato.
- Waxaa qabataa ilmaha qandho aan hoos ugu dhicin kadib marka la siiyo daawada qandhada ama waxay socotaa in ka badan 24 saacadood.
- Waxa uu ilmuhu muujinaya calaamadaha caabuqa (bararka, casaan noqoshada, urka xun, dheecaan, ama qandho daba dheeraatay).
- Waxa uu ka leeyahay dheecaan ka soo daadasho, dhiig-bax ama barar goobta hawsha ilkaha laga sameeyay.

Haddii ay jiraan wax walaac ah oo ku saabsan calaamadaha ilmaha saacado ka dib ama haddey dhacdo xaalad degdeg ah, fadlan isla markiiba u gudub Qolka Gurmadka ee kuugu dhow ama wac 911.

Wixii ah walaac kasta oo ilkaha ah - Fadlan la xidhiidh [Dhakhtarkaada ilkaha](#).

Wixii walaac ah Suuxinta - Dabagal dheeraad ah oo ku saabsan welwelka suuxinta waxaa laga yaabaa in wax laga qabto iyadoo lala xiriirayo SmileMD, Isniin-Jimce inta u dhaxaysa 8 Subaxnimo iyo 5 Galabnimo wakhtiga EST:

- Taleefonka: (877) 789-8583
- limaylka: patient-communications@smilemdsedation.com



www.OFFORHealth.com

118 Graceland Blvd. PMB 324
Columbus, OH 43214