Dheecaanka Xubinta taranka ee Dumarka
Vaginal Discharge (Somali)

Marba marka aad kasii waynaato, waxaad isku arki kartaa dheecaan ka imaanaya xubintaada taranka gaar ahaan muddada caadooyinka u dhaxeysa. Waa wax iska caadi ah inaad isku aragto dheecaan ka imaanaya xubinta taranka. Cadadka, midabka iyo edegga dheecaankaan qofba kale qof kale waa uu ka duwan yahay.

Dheecaanka xubinta taranka ee caadiga ah:

- waa dheecaan cad, oo khafiif ah ama waa dheecaan midabkiisu xoogaa yar jaalle xiga
- badanaa waxa uu soo bataa 2 asbuuc kahor xiliga caadada
- malahan wax ur ah
- ma sababo xanuun ama cuncun
- waxa uu isbadeli karaa ama ku sii badan karaa marka la isticmaalo hababka kahortaga ilmaha

Dheecaanka Xubinta taranka ee caadiga ah waxa uu ka sameysan yahay dheecaan (xab) iyo bakteeriya. Xabku waxa uu gacan ka geestaa nadiifinta xubinta taranka dumarka. Xabku waxa uu leeyahay bakteeriyo wanaagsan iyo mid aan wanaagsanaynba. Bakteeriyada wanaagsan wax kasta ayay isku dheelitirtaa. Dheecaan wata caabuq yaryar ayaa mararka qaar jiri kara. Sidoo kale, bakteeriyadu waxay gacan ka geesataa xakameynta kor ukaca caabuqa yaryar. Marka hal nooc oo kamid bakteeriyada ay aad u badato, waxaa laga yabaa inaad qabtid infekshan/caabuq.

Marka aad sameyso galmo kadib waxaad arki karaa xab ur leh. Haddii urku uu siijiro wax ka badan hal maalin, taas waxay la macno noqon kartaa inaad qabtid infekshan/caabuq.

©1998, Waxaa dib loo eegay 2020, Nationwide Children's Hospital
Sii socda…

Aastaamaha caabuqa

Dheecaanka xubinta taranka oo kaliya kama turjumayso inaad qabtid infekshan/caabuq. Haddii aad isku aragto mid kamid ah astaamahan oo kale ama aad sameysay galmo aan difaac lahayn (galmo aad gashan cinjirka galmada), waa inaad la kulanto daryeel bixiyahaaga caafimaadka.

- xanuun aad ka dareento xubinta taranka, gubasho ama cuncun
- dheecaan adag, oo cad kana yimaada xubinta taranka
- isbadel ku yimaada caadiyan siduu dheecaanku u ekaan jiray
- ur aad u xun oo qaata muddo ka badan hal maalin
- galmo aad u xanuun badan
- xanuun aad dareento marka aad kaadinaysid
- xanuun ama daal aad ka dareento qaybta hoose ee uur kujirta (caloosha)
- nabaro, nabaro kuuskuusan ama dhibco-dhibco kasoo baxa aagaga xubinta taranka

Daaweynta

Caabuq kasta waxa uu leeyahay daawo u gaar ah. Inta badan caabuqyada xubinta taranka ma ahan kuwo halis ah waxaana lagu daaweyn karaa daawo laguu qoro. Haddii aan la daaweyn, waxaa laga yabaa astaamahaagu inay kasii daraan ama ay kugu sababaaan halis mustaqbalka ah.

Cudurada galmada lagu kala qaado (STDs) ayaa adkaan karta in la daaweeyo waana xanuuno si fudud dadku u kala qaadi karaan. Taasi waa sababta ay aad muhiim ugu tahay inaad aragto daryeel bixiyahaaga caafimaadka si aad u oggaato waxa la sameynayo (Sawirka 1 aad).

Dhammaan dumarka sida joogtada ah u sameeya galmada waa inay arkaan daryeel bixiyahooda caafimaadka ugu yaraan hal mar sanadkii.

Sawirka 1 aad Waa muhiim inaad aragto daryeel bixiyahaaga caafimaadka si aad u oggaato nooca daaweynta aad u baahan tahay.

Sida Looga Hortago Caabuqyada Xubinta taranka

Xitaa haddii aad taxadarto, wali waxaad qaadi kartaa caabuqyada xubinta taranka. Waxaad yareyn kartaa halista aad ugu jirto caabuqyada haddii aad sameyso waxyaabahaan soosocda:

Nadaafada iyo dhowrsanaanta

- Biyo isku shub ama si joogto ah u qubeyso adoo isticmaalaya, saabuun dabiici ah ama biyo kaliya. Ha sameyn qubeyska barkada.
- Iska ilaali inaad xubinta taranka u isticmaasho waxyaabaha la isku buufiyo iyo kuwa la isku carfiyo.
- Isticmaal xaashida mushqusha ee cad.
- Kadib marka aad isticmaasho musqusha, **mar kasta** ka tirtir horey iyo gadaalba.
- Dhaq oo qalaji gacmahaaga kahor inta aadan taaban aagaga xubinta taranka.
- Kadib marka aad sameyso galmo, iskuday inaad kaadiso si aad oga hortagto caabuqa kaadi mareenka.

Agabka xubinta taranka la geliyo ee nuuga dheecaanka, suuf jilicsan iyo hoos gashiga nadaafada

- Isticmaal maro aan lahayn waxyaabaha la isku carfiyo.
- Badanaa badel, ugu yaraan 2 illaa 3 dii saacba mar.
- Iska bixi suufka kujira gudaha xubinta taranka kahor inta aadan aadin sariirta laakiin waxaad xiran kartaa suuf jilicsan.

Nadiifinta gudaha xubinta taranka

Ha nadiifin gudaha xubinta taranka ilaa uu sidaas kuu sheego daryeel bixiyahaaga caafimaadka. Agabkaani kama hortagaan ama ma daaweeyaan caabuqyada. Taas badelkeed, waxay dili karaan bakteeriyada wanaagsan, waxayna badeli karaan isku dheelitirka noolaha xubinta tarankaaga, cuncunka jirka ama waxay sababi karaan caabuqyada ku dhasha xubinta taranka.

Dharka

- Xiro hoos gashi ka sameysan cudbi ama xiraba cudbi. Cudbigu waxa uu nuugaa qoyaanka. Waxa uu kaa dhigayaa qof qaboow oo qalalan. Dharka dunta ka sameysan ayaa keeni kara qoyaan waxayna sababi karaan cuncun.
- Ha xiran nigisyada iyo hoos gashiyada aadka kuugu dhegan, ama cariiriga ah. Hawadu kama dhex baxdo.
- Isla ilaali inaad ku fariisato dhar qoyan oo leh dhidid.

Hab Nolaleedka

Hab nolaleedka caafimaadk leh waxa uu kaa caawinayaa inaad la dagaalantid caabuqyada.

- Cun cunto caafimaad leh, samee jimicsi maalin kasta sidoo kallane cab biyo kugu filan.
- Haddii daryeel bixiyaha caafimaadkaagu uu isleeyahay culeyskaaga ayaa sabab u ah caabuqyada, waxay kuu sheegi doonaan waxa aad sameyn karto.
- Yaree inta jeer oo aad lamaanayaasha galmada la sameyso. Isticmaal cinjirka galmada marka aad sameynayso galmo si aad oga hortagtid cudurada galmada lagu kala qaado.

Haddii aad isku aragto caabuqa xubinta taranka

- U qaado dhammaan daawooyinka qaabka laguugu qoray. Haddii aad joojiso inaad qaadato daawada kahor inta aan caabuqa si dhab ah looga taqalisin, waxaa laga yaabaa in caabuqu soonoqdo.
- Haddii dhakhtarku kuu qoro kareemka xubinta taranka, ha isticmaalin suufka la geli xubinta taranka marka aad isticmaalayso kareemka. Suufka la geliso xubinta taranka ayaa nuugayaa kareemka.
- Ha sameyn galmo illaa laga dhameenaayo daaweyntaada ayna kaa baaba'ayaan astaamaha caabuqa.
- Haddii dhakhtarkaagu dhaho caabuqa waxaa lagu kala qaadi karaa galmada, u sheeg lamaanahaaga. Tani waa wax aad muhiim u ah sababtoo ah sidoo kale lamaanahaaga ayaa u baahan kara daaweyn.

Goorta ay tahay inaad wacdo daryeel bixiyahaaga caafimaadka

Wax daryeel bixiyahaaga caafimaadka (taleefoonka) adoo ka wacaaya ____________________ ama ka wac xarunta Caafimaadka Dhalinta (614) 722-2450 haddi mid kamid waxyaabahaan soosocda aad isku aragto:

- Haddii aad dhameysatay daawooyinkaaga aadna wali isku aragto astaamaha caabuqa xubinta taranka.
- Haddii aad dareento qandho.
- Haddii aad dareento xanuun nooc kastaba.