



NATIONWIDE CHILDREN'S
When your child needs a hospital, everything matters.™

Helping Hand™

Health Education for Patients and Families

Daryeelka Isha: Muraayadaha Indhaha

Eye Care: Glasses (Somali)

Sababaha loo xirto muraayadaha indhaha

Carruurtu waxay muraayadaha indhaha u xirtaan sababo badan oowgood. Sababta cunugaagu ugu baahan yahay muraayadaha indhaha hoos ayaa lagu xusay:

❑ Myopia ama cilada indhaha ee uu qofku arki karo waxyaabaha u dhaw uusana arki karin waxyaabaha ka fog

Cunugaagu wuxuu si cad u arki karaa waxyaabaha u dhow laakiin wuxuu u baahan yahay muraayadaha indhaha si uu si cad ugu arko waxyaabaha ka fog. Cunugu kama kori doono cilada indhaha ee sababaysa inuu waxyaabaha u dhow oo kaliya si cad u arko. Wuxuu u baahan doonaa inuu xirto muraayadaha indhaha muddo dheer. Muraayadaha indhaha waxay u baahnaan karaan in la xoojiyo sanad walba illaa cunuga ka gaaraayo da'da qaangaarnimada maadaama ay sii kordhayso ciladaha indhaha ee dhawaan araga.

❑ Hyperopia ama ciladaha indhaha ee keenta in si cad loo arko waxyaabaha fog-fog oo kaliya

Carruurtu waxay si cad u arki karaan shey'yada ka fog-fog iyo kuwa u dhow-dhow marka ay qabaan cilada indhaha ee fogaaan araga. Carruurtu waxay isticmaalaan muruqaha gudaha ee feejignaanta qaabilsan si ay u arkaan waxyaabaha u dhowdhow ayagoon xirnayn muraayadaha indhaha. Muruqaan daciif ayuu sii noqdaa marba marka uu qofku sii waynaado. Tanina waa sababta dadka waawayn u baahdaan muraayadaha akhrista ama muraayadaha leh fogaan araga iyo dhawaan araga labadaba.

❑ Accommodative Esotropia (Xanuunka Weershaha)

Cunugaagu wuxuu qabaa ciladaha indhaha ee aan sida cad loo arki karin waxyaabaha dhowdhow oo daran ama dhexdhexaad ah, taas oo sababi karta in indhihiisa midba gees fiiriso marka uu wax eegaayo. Xirashada muraayadaha indhaha waxay xakameyn doonaan indhaha kala jeeda waxayna qofka ka caawiyaan inuu si cad wax u arko. Waa wax iska caadi ah in la arko indhaha oo weershe noqonaaya marka aysan xirnayn muraayadaha indhaha.

❑ **Astigmatism (Ciladaha indhaha ee uusan qofku si cad u arki karin shey'yada u dhow iyo kuwa ka fog)**

Ciladaha indhaha ee Astigmatism waxay timaadaa marka qolfoofka indha uu yeeshe qalooc aan caadi ahayn halkii uu ka ahaan lahaa mid wareeg ah. Ciladahaan waxay sababtaa in aragu xumaado. Muraayadaha indhaha waxay sawirada shoocac leh ka dhigaan kuwo si cad loo arki karo. Tani waa cilad inta badan dadku la kulmaan. Heerka araga xumada ayaa isbadeli kara marba marka ka danbeysa ee uu cunugu sii waynaado.

❑ **Anisometropia (cilada indhaha ee midna shey'yada fog aragto midna waxyaabaha dhow aragto)**

Cunugaagu wuxuu qabaa ciladaha indhaha ee anisometropia, taas oo la micno ah in labada indhood leeyihiin garaado kaladuwan, mana uu socon karo asagoon wadan muraayadaha indhaha. Arrintaan waxay arag xumi ku sababi kartaa hal il. Garaadaha kujira muraayadaha indhihiisa ayaa kaladuwanaa doona. Muraayadaha indhaha ayaa xalin doona dhibaata.

Goormaa la xirtaa muraayadaha indhaha

- Cunugaagu waa inuu xirto ookiyaalaha waqti walba marka laga reebo waqtiga hurdada iyo marka uu qubeysanaayo illaa inuu dakhtarkiisa uu si kale wax ugu sheego maahee.
- Haddii cunugaagu ciyaaro ciyaaraha, waa inuu xirto ookiyaalaha leh xariga madax lagula xiro ama ookiyaalaha ciyaaraha ku habboon si ay u ilaaliyaan. Ookiyalahaan waxaad ka iibsan kartaa meesha lagaaga sameeyay ookiyaalaha ama waxaad codsan kartaa inaad hesho muraayadaha ciyaaraha loogu talagalay adoo ka dalbanaaya barnaamijka Superspecs. Superspecs waa barnaamij kajira Ohio oo carruurta siiya muraayadaha indhaha ee ilmaha ilaaliya. Booqo <https://superspecs.org> si aad u hesho macluumaad dheeraad ah.

Warbixin kale

- Marba marka kasii danbeysa oo uu cunugaagu sii waynaado, waxaa isbadelaaya muuqaalka indhihiisa. Arrintaan waxay ku sababi kartaa inuu u baahdo muraayadaha indhaha oo leh garaado kaladuwan oo adag. Carruurta xirta muraayadaha indhaha waxay u baahan yihiin in sanad walba lagu sameeyo baaritaanka indhaha.

Haddii aad wax su'aalo ah qabto, weydii dakhtarka cunugaaga ama wac (614) 722-4076.