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

Helping Hand™ Health Education for Patients and Families

Calaal istaag: Dhallaanka

Constipation: Infant (Somali)

Calool istaaga ku dhaca dhallaanka wuxuu welwel ku abuuri karaa waalidiinta. Badanaa, ilmahaagu ma qabo calool istaag sida dhabta ah. Waxaa laga yaabaa inuusan wali la qabsan habka saxarada ka imaanaysa. Qaar kamid ah carruurta yaryar ma dareemaan calool xanuun saxaradu keentoo (BM) intii muddo ah.

Qaabka BM-ta dhallaanka ayaa isbadeli kara, haddii waxa ay quutaan la badelo, sida haddii ay cabi jireen caanaha naaska ayna u wareegtaan caanaha qasacadaha, ay bilaabaan inay cunaan cuntooyinka adag, ama ay cabaan caanaha qasacadaha ah oo kayar intay cabi jireen. Haddii saxarada (xaarka) cunugaagu uusan ahayn jileec ama uusan si fudud u saxaroon karin, wuxuu dareemayaa calool istaag.

Marmar dhif ah, calool-istaagga waxa sababi kara neerfayaasha ilmaha oo aan gaarin mindhicirada ama dhibaato ka jirta qaabka mindhiciradu u sameysmeen markuu ilmuhu dhashay. Ilmahaaga waxaa laga baadhi karaa xaaladahaas haddii dhakhtarku dareemo inay lagama maarmaan tahay.

Astaamaha calool istaaga

- saxarada oo ka yaraata qaabkay ahaan jirtay
- cadaadis ka badan midka caadiga ah ee la dareemo marka saxarada soo baxayso
- isbadel ku yimaada qaabka midabka saxaradu sida inuu jileeca saxarada isku badesho qaan xumbo:
  - quruurux yaryar, oo adag, ama u eg kubada goolafka wareega ah, ee wayn
  - saxarada oo noqoto mid jilicsan oo biyo-biyo ah
- caloosha (gumaarka) oo fuurta ama bararta oona yeelata hawo
- calool xanuun saa'id ah

 ©Xuquuqda daabacaada 1984, Waxaa dib loo eegay 2022, Nationwide Children's Hospital Sii socda…

Daaweynta

- Haddii ilmahaagu aannuu wali cunin cuntada ilmaha yaryar, waxa aad siin kartaa 1 ilaa 2 wiqiyadood oo ah juus furuut ah 100% (buruun, prune, jeeri, ama tufaax) halkii maalin. Ka jooji cabitaanka haddii saxaradiisu noqoto mid aad u jilicsan.
- Haddii cunugaagu wayn tahay uuna cuni karo cuntada ilmaha yaryar, sii khudaarta buruun, peaches, ama prunes halkii aad ka siin lahayd cabitaan.
- Haddii cunugaagu cuno siriyaal, (cereal) waxa laga yaabaa in ay wax tar yeelato haddii loo beddelo boorash, qamadi, ama siriyaal ah baarli (barley cereal). Siriyaalka ah bariis waxa uu caruurta qaarkood u keeni karaa calool-istaag.
- Mararka qaar inaad ugu qubayso cunugaaga biyo diiran ama u duugto lugihiisa, sida kaxeynta baaskiil, ayaa ka caawin doonaa kor u qaadista dhaqdhaqaaqa saxarada (Sawirka 1 aad).
- Haddii lagu joogo dhowr maalmood illaa markii cunugaagu ugu danbeysay inuu saxaroodo cabitaanka ama cuntada la siiyayna aysan caawin, markaas waxaad isku dayi kartaa inaad siiso daawada calool jilciyasha ah (glycerin suppository). Ilmahaaga u seexi dhabar-dhabar. Si degan dabada (futada) ilmaha ugu riix daawada calool jilcisada ah. Daawada calool jilcisada ah waxaa loogu talagalay mararka qaarkood la isticmaalo.
- La xariir dhakhtarkaaga kahor inta aadan siin daawooyinka caloosha jilciya, saliida miniroolka ah ee ilmaha ama daawada caloosha jilcisa ee dabada ilmaha looga duro.

Sawirka 1 aad Qubeyska diiran ayaa mararka qaar kor u qaada dhaqdhaqaaqa saxarada.

Daaweynta caafimaadka

Dhakhtarka cunugaaga wuxuu ilmaha u qoray inuu qaato daawooyinkaan:

- ☐ Ilmahaaga sii dawada soo socota:

  ____

- ☐ Hubi heerkulka canugaaga adiga oo isticmaalayo saacada, cabirka dhijitaalka. Cadad yar oo ah kareenka jilcisada ah (Vasaline®) mari afka hore kahor inta aadan gelin dabada. Cabirada heerkulka dabada ilmaha waxay kor u qaadi kartaa inuu ilmuhu saxaroodo.

Goorta ay tahay inaad wacdo dakhtarka

Wac dhakhtarkaa haddii aad dareento wax kamid ah arrimahaan soosocda:

- Haddii cunugaagu dareemaayo cuncun uuna u muuqdo inuu qabo calool xanuun. Haddii ilmaha yar uu cagahiisa kor usoo qaadaayo uuna keeno illaa caloosha uuna oynaayo marka uu dareemo xanuun.
- Haddii cunugaagu dareemaayo calool istaag uuna matagaayo, iyo haddii calooshiisa u muuqato inay dibirtay ama ka buuxsantay hawo.
- Haddii aad dhiig ku aragto saxarada ilmahaaga.
- Haddii calool istaaga cunugaagu soo hagaagin kadib marka uu qaato daawada.

Haddii aad qabto wax su'aalo ah ama walaacyo ah, soo wac dhaqtarka ilmahaaga.