



NATIONWIDE CHILDREN'S

When your child needs a hospital, everything matters.™

Helping Hand™

Health Education for Patients and Families

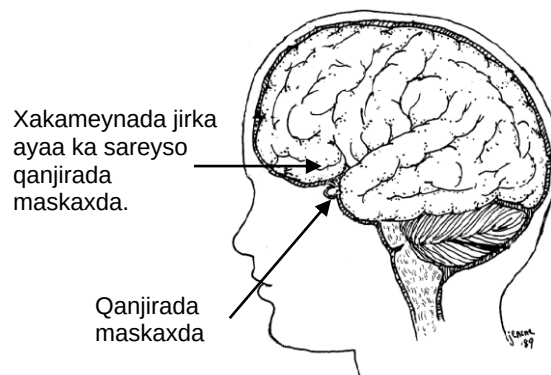
## Qaangaarnimada Baaluqa (Hore) ee Carruurta Precocious (Early) Puberty in Children (Somali)

Baaluqa (PU ber ty) waa waqtiga markii jirka iyo maskaxda canuga ay bilaabaan inay koraan oo u baaluqaan qof weyn. Baaluqa ragga ayaa caadi ahaan bilowdo qiyaastii da'da 12. Baaluqa dumarka ayaa ah qiyaastii da'da 10. Mararka qaar, inkastoo, baaluqa uu bilaaban karo xili hore iyo ka hor inta aysan aastaamo soo bixin. Markii isbadelka ragga ku bilowdo da'da 9 iyo baaluqa dumarka ka hor da'da 8, waxaa loo yaqaan qaangaarnimada hore (pre KOH shuss) ama baaluqa hore.

### Waxaa sababo baaluqa hore

Baaluqa ayaa bilowdo markii hal qeyb oo maskaxda ah (**xakameynada jirka**) u sheegaan qeyb kale oo maskaxda ah (**qanjirada maskaxda**) inay siidaayaan hoormoono (Sawirka 1). Hoormoonadaan ayaa u sheego jirka inuu sameeyo hoormoonada galmada-hoormoonka ragga iyo dhacaanka ku jiro dumarka.

Carruurta intooda badan, baaluqa hore wuxuu ku bilowdaa sabab aan la garaneyn. Wuxuu ku jiri karaa qoysaska. Mararka qaar waxaa ka jiro dhibaato maskaxda, sida dhaawaca, buro ama caabuq. Baaluqa xiliga hore ayaa sidoo kale sababi karo dhibaataada qanjirada galmada (xaniinyaha ama ugxanta), qanjirka hoormoonka ama qanjirada kelyaha.



**Sawirka 1** Xakameynada jirka ayaa u sheego qanjirada maskaxda inuu sii daayo hoormoonada oo bilaabo baaluqa.

### Aastaamaha baaluqa hore

Carruurta qabta baaluqa hore ayaa muujin karo hal ama ka badan oo astaamahaan:

- koritaanka dhirirka degdega ah - koritaanka dhirirka
- timaha shuunka ama kilkisha
- urta jirka qofka weyn
- finan

Waxaa jiri karo aastaamo kale, waxay ku xirantahay haddii canuga ku dhasho lab ama dheddig.

## **Baaluqa ragga:**

- timaha wajiga
- koritaanka xaniinyaha iyo shufta
- codka weynaado

## **Baaluqa dumarka:**

- naasaha oo koro
- dhacaanka xubinta taranka ama dhiig baxa

Walaacyada ugu weyn ee baaluqa hore ayaa ah:

- Markii baaluqa uu dhammaado, lafaha ayaa joojiyo inay koraan. Xittaa inkastoo canuga laga yaabo inuu ka dheeraado dadka kale ee da'dooda ah, waxaa laga yaabaa inaysan gaarin dhirirkooda buuxo ee qof weyn.
- Baaluqa hore ayaa ku adkaan karto canuga inuu la macaamilo dareen ahaan iyo bulsho ahaan. Waxaa laga yaabaa inaysan dareemin inay ku haboonyihiin. Waxay noqon karaan kuwa niyad jabsan, dareen kacsan ama dagaal bataan. Waxaa laga yaabaa in la foorjeeyo.

## **Cudur aqoonsashada**

Bixiyaha daryeelka caafimaadka canugaaga ama dhaqtarka qanjiraha carruurta (tqasus koriinka iyo cudurada hoormoonka carruurta ku jiro) ayaa dalbi karo:

- Baaritaanada dhiiga si loo fiiriyo heerarka hoormoonka.
- Raajooyinka gacmaha, ee loo yaqaan Raajada da'da lafaha, si loo arko haddii lafaha si dhaqso ah u korayaan.
- Baaritaanada kale sida raajooyinka CT, sawirka caafimaadka unugyada (MRI) iyo kumbuyuutarada looga fiirinayo burooyin, nabaro aan caadi aheyn ama dhibaatooyin kale.

## **Daaweynta**

Yoolka daaweynta ayaa ah joojinta ama soo celinta baaluqa hore. Tan ayaa ah si markaas canugaaga u kori karo dhirirkooda buuxo ee qofka weyn oo daahiyo baaluqa illaa da'da ku haboon. Nooca daaweynta waxay ku xirantahay waxa sababayo dhibaataada. Cunugaaga ayaa u baahan kara:

- Daawooyinka loogu joojinayo qanjirada maskaxda inay siidaayaan hoormoonada. Tan ayaa daahin karto hormarka galmada.
- Daaweynada lagu saxayo dhibaatooyinka kale ee sababayo dheelitir la'aanta hoormoonka.

Mararka qaar ma jiraan daaweyn loo baahanyahay.

## **Daryeelida canugaaga**

- Isticmaalida erayo fudud oo daacad ah, kala hadlida canugaaga wax ku saabsan waxa socdo. U sheeg in aastaamaha baaluqa ay caadi u yihiin carruurta weyn iyo dhalinta, laakin jirkooda wuxuu bilaabay inuu yara hormaro xili hore.
- Diirada saar guushooda dugsiga, ciyaaraha iyo howlaha kale badelkii muuqaalkooda.
- Ka fiiri aastaamaha muragada dareenka, foorjeynta dadka kale ama niyad jabka. Aastaamaha digniinta ayaa noqon karto hoos u dhaca waxbarashada, dhibaatooyinka dugsiga ama lumitaanka xiiseynta howlo maalmeedka.