



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

**Helping Hand™**

*Health Education for Patients and Families*

## **Xakameynta Dhalmada: Caaga Ilmo galeenka Ka hortaga uurka (IUD)**

### **Birth Control: Hormonal Intrauterine Device (IUD)**

Caaga ilmo galeenka ka hortaga uurka (IUD) (Sawirka 1) waa qalab caag ah oo yar, qaabka-T oo ay la jiraan xargo ku lifaaqan. Caaga IUD wuxuu wataa tiro yar ee progestin, oo la mid ah hoormonka jirkaaga ku jiro ee sameeyaa dabiici ahaan. Caaga IUD wuxuu si guud uga shaqeeyaa qara weyninta xabta ilmo galeenka si ay uga illaaliso shahwada inay ku biirto ukunta.

#### **Faa'idooyinka caaga IUD**

- In ka badan boqolkiiba 99 way shaqeysay
- Waxay raagtaa illaa 3 ama 5 sanno waxay ku xirantahay nooca
- Gabi ahaanba dib loogu celin karo markii laga bixiyo
- Xanuunka caadada oo yar
- Caadooyinka fudud
- Badbaado ku ah naasnuujinta
- Waxaa la geli karaa gudaha dhalashada kadib
- Dumarka qaar way joojiyaan caadooyinka gabi ahaanba

#### **Qasaaraha caaga hoormonka IUD**

- Baraha iyo dhiig baxa siilka ee aan caadiga aheyn ee u dhaxeeyo caadada ee dhoorka bilood ee koowaad kadib markii la geliyo waa caadi
- Maroojiska iyo raaxo la'aanta qaarkood ee waqtiga la geliyay gudaha



**Sawirka 1** Caaga ilmo galeenka ka hortaga uurka (IUD)

## Sidee ayaa loo geliyaa gudaha

Caaga hormoonka IUD waxaa geliyaa ilmo galeenkaaga daryeel bixiyaha caafimaad kadib baaritaanka ilmo galeenka. IUD ayaa laga geliyaa dhinaca furitaanka afka ilmo galeenkaaga ee ilmo galeenka. Xargaha gaaban waxay ka raacayaan gudaha siilkaaga ee adiga iyo daryeel bixiyahaaga caafimaad dareemi karo si u hubiyo in IUD ay meeleysantahay. Waxaad dareemi kartaa maroojis iyada la gelinayo gudaha. Kala hadal daryeel bixiyahaaga caafimaad wax ku saabsan waxa la sameeyo haddii aad xanuun qabtid.

## Sidee ayaa looga saaraa

IUD waxaa looga saari karaa booqashada sahlan ee xafiiska. Daryeel bixiyahaaga caafimaad ayaa gelinayo caaga (isla qalabka lagu isticmaalay baaritaanka ilmo galeenka) gudaha siilka si u sahliyo inuu arko xargaha IUD. Kadib, isaga ama iyada ayaa si tartiib ah u jiidayo xargaha si uu banaanka uga bixiyo. Ka bixinta IUD waqti yar oo caadi ahaan way ka raaxo yartahay gudo gelinta. Haddii xargaha IUD aan la arki karin, ama IUD aan looga saari karin qaabkaan, waxaad u baahan kartaa baaritaan dheeraad ah.

## Halisaha

- **Daloolinta:** Waa marmar, laakin IUD waxaa lagu riixi karaa gudaha iyo dhinaca darbiga ilmo galeenka iyada la gelinayo gudaha. Tani waxaa loo yaqaan daloolin. Mararka qaarkood qaliinka waxaa loogu baahanyahay si looga saaro IUD.
- **Ka saarida:** Mararka qaar IUD waxay si qeyb ah ama gabi ahaanba uga bixi kartaa ilmo galeenka. Kani waxaa loo yaqaan ka saarida. Uur ayaad noqon kartaa haddii ay dhacdo.
- **Uurka:** Halista uurka ee ay la jirto IUD aad ayay u yartahay. Haddii ay dhacdo, waxaa jiro halis sareyso ee uurka tuubada, caabuqa, ilmo ka soo dilanka, iyo foosha hore iyo dhalmada. Dhibaatooyinkaan waxay noqon karaan kuwa halis ku ah nolosha oo waxaan ku talinay in IUD laga saaro haddii tani ay dhacdo.
- **Caabuqa:** Aad ayay marmar u tahay, laakin IUD waxaa lagu xiri karaa Cudurka Bararka Miskaha (PID). Inta badan PID waxay ka dhacdaa gudaha sadex isbuucyo ee gelinta. Waxay ku xirantahay caabuqyada galmada laga qaado (STIs) sida bakteeriyaha yar ama caabuqa bararka.

## Yaan isticmaalin karin iyaga

Caaga hoormoonka IUD waa inaysan isticmaalin dumarka ee qabaa:

- Qabaa ama u maleeyaa inay yeelan karaan STI ama caabuqa miskaha
- Qabay caabuqa miskaha ee sadexdii bilood ee la soo dhaafay
- Qabo xumaanka qaarkood ee ilmo galeenka.

- Qabaa dhiig baxa siilka aan la sharaxin ee aysan kala hadlin daryeel bixiyahooda caafimaad U sheeg daryeel bixiyahaaga caafimaad haddii aad qabtid kuwa ka mid ah halista xaqiiqahaan ama xaaladaha, ama walaacyo kale ee caafimaad.

## **Goorta la Waco Dhakhtarka**

Soo wac dhaqtarka ama daryeel bixiyaha caafimaad isla markaas haddii aad:

- U maleysay inaad uur tahay
- U maleysid inaad qabtid STI
- Qabtid daadashada siilka ee aan caadiga aheyn
- Qabtid qandho ama qarqaryo aan la filaneyn
- Qabtid xanuun ama dhiig baxa ee ay la jirto
- Qabtid dhiig baxa aan caadiaga aheyn ama dhiig baxa culus ee siilka
- Ogeysii isbadel walba ee baaxada xariga ama aad dareemi kartaa qeyb ka mid ah IUD
- Qabtid xanuunka miskaha aan caadiga aheyn, maroojiska, ama xundhur xanuunka (caloosha)

## **Ka hortaga STIs**

**Caaga hoormonka IUD kama hortago caabuqyada galmada laga qaado (STIs).**

Kondhomyada waa qaabka ugu wanaagsan inay dadka galmo ahaan firfircoon inay yareeyaan halista caabuqa. Marwalba isticmaal kondhom markii aad galmo sameyneysid. Hel baaritaanada caafimaadka sannadlaha, oo ay ku jiraan baarida STIs.