



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

Helping Hand™

Health Education for Patients and Families

Xakameynta Dhalmada: Cirbada (Depo-Provera®)

Birth Control: The Shot (Depo-Provera®)

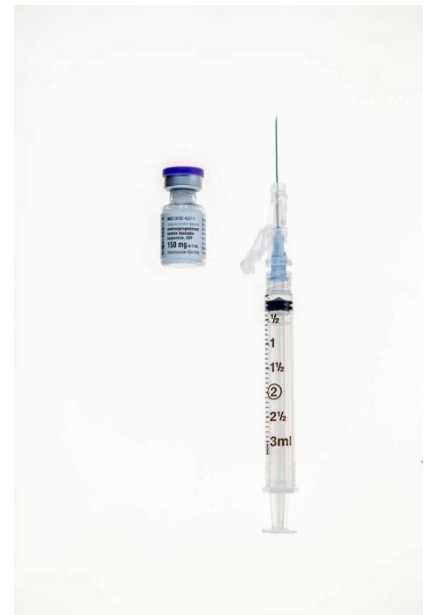
Cirbada xakameynta dhalmada (Depo-Provera®) waxaa la siiyaa hal jeer 11 illaa 13 isbuuc walba. Cirbada waxay wadataa tiro yar ee dhacaanka la midka ah hoormoonada ee si dabiici ahaan uga sameysmaan jirka dumarka. Cirbada waxay ka hortagtaa uurka iyada oo joojineyso ukunta inay ka baxdo ugxanta. Cirbada xakameynta dhalmada sidoo kale waxay badeshaa xabta ee afka ilmo galeenka si ay uga illaaliso shahwada inay gaarto ukunta.

Faa'idooyinka cirbada

- In ka badan boqolkiiba 94 wax ku oolka oo ay la jirto isticmaalka caadiga ah
- Socotaa 13 isbuuc waqtiga
- Caadooyinka fudud
- Caadooyinka way joogsan kartaa gabi ahaanba
- Xanuun fudud
- Waxay sare u qaadi kartaa PMS (aastaamaha xanuunka caadada)
- Waxaad heli kartaa cirbada isla markaas kadib markaad dhasho
- Badbaado ku ah naasnuujinta

Qasaaraha cirbada

- Waa inaad aadaa xarunta caafimaadka 11 illaa 13 isbuuc oo cirbada ah.
- Waxaad noqon kartaa uur haddii aad ka daahdo cirbadaada ama ay ku dhaafto cirbada.



Sawirka 1 Cirbada xakameynta dhalmada (Depo-Provera®)

- Saameynada caafimaadka suurtoogalka ah waa culeys helid iyo isbadelada dareenkaaga.
- Caadooyinkaaga waxay ahaaneysaa mid aan caadi aheyn. Xaaladaha marmarka ah dumarka waxay leeyihiin maalmo badan oo dhiig bax ah badelkii ka hor inta aysan bilaabin cirbada.
- Dumarka qaar waxay yeelan karaan daahitaan uur qaadis ah kadib joojinta cirbada.

Halisaha

Hoos u dhaca cufnaanta lafta: Cirbada waxay sababi kartaa hoos u dhaca cufnaanta macdanta lafta. Halista way u sareysaa dumarka wax ka yar 20 sanno oo da'da ah. Ma jiraan wax cadeyn ah ee midaan sababtay lafo jabay. Waxaa lagu taliyay dumarka yar oo isticmaalayo cirbada inay cunaan sadex qaadasho oo waxyaabaha caanaha maalin walba.

Yaan heli karin iyada

Cirbada xakameynta dhalnada waa inaysan isticmaalin dumarka ee:

- Qabaa dhiig baxa siilka aan la sharaxin ee aysan kala hadlin daryeel bixiyaha caafimaad
- Qabaa taariiqda faaliga
- Sonkorta oo ay la jirto dhibaatooyinka
- Maqaar bararka oo ay la jiraan cudurka difaaca

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 maleey inaad sameysid caabuqa galmada laga qaado (STI)
- Niyad jabsan ama qabaa isbadelka dareenka kadib bilaabida cirbada

Ka hortaga STIs

Cirbada xakameynta dhalnada kama hortagta 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.