

Baaritaanka Mindhicirka, maxaa xiga oo dhacaya

Sharaxaada natiijooyinka baaritaankaagii
iyo waxa xiga ee dhacaya



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Iechyd Cyhoeddus
Cymru
Public Health
Wales

0800 294 3370

Waan soo dhaweyneynaa soo wicitaanada
teleefoonka ee afka Welsh-ka ah

www.bowelscreening.wales.nhs.uk

Soomaali | Somali: Qaabka 3 07/2020



Qaabab kalena
waa lagu heli
karaa

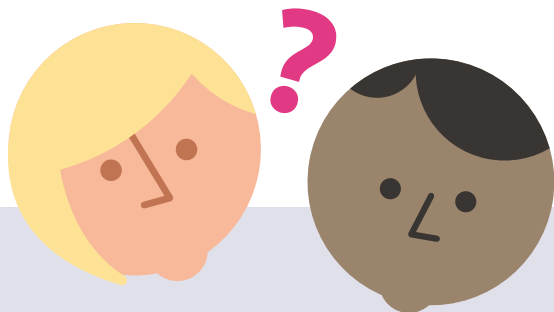
Waa aad ku mahadsan tahay waqtiga aad ku bixisey soo buuxinta iyo soo celinta qalabka baaritaanka mindhicirka. Natiijada baaritaanka waxay muujisey in la ogaadey inuu dhiig gudaha xaarkaaga ku jiro. Tan micnaheedu ma aha inaad kansar (cancer) qabtid. Waxaa dhici karta inay tan sabab u ahaayeen dhiig ka yimaada waxyaabo yar yar oo ka soo baxyo ah (polyps 'bolibis'). Ama xaalado kale oo sida baabasiirka (haemorrhoids), aanse aheyn kansarka mindhicirka.

Waxay u badan tahay inaad heyso wax su'aalo ah oo ku saabsan waxa xiga ee dhacaya. Waxaan rajeyneynaa in uu bug-yarahan kaaga jawaabo wixii su'aalo ah ee ay dhici in aad heyso.

Maxaa hadda dhacaya?

Waxaan jeclaan laheyn inaan kuu dhigno ballan aad teleefoonka ku wada hadleysaan adiga iyo mid ka mid ah Kalkaaleyaha Caafimaadka ee Baaritaanka qaabilsan kaas oo ku qiimeyn doona oo kaala hadli doona baaritaano dheeraad ah (colonoscopy 'kolono-iskobi'). Waxaa dhici karta in uu teleefoon ku wada hadalkan qaato mudo ilaa hal saac ah.

Fadlan wac teleefoonka aan Lacagta lagaa qaadin ee Khadkacaawinaada ballan dhigashada ah ee ah **0800 294 3380** si aad u diyaarsataan waqti idin wada haboon oo uu Kalkaaleyaha Caafimaadka ee Baaritaanka qaabilsan kuu soo wici karo.



Ballanta Wax Qiimeynta

Kalkaaleyaha Caafimaadka ee Baaritaanka qaabilsan ayaa ku soo wici doona waqtigii la isla diyaariyey si uu kaala hadlo waxa ku saabsan baaritaanka mindhicirkaaga lagu sameynayo (kolono-iskobiga). Inta ay idin socoto ballanta teleefoon ku wada hadalka, waxa uu Kalkaaleyaha Caafimaadka ee Baaritaanka qaabilsan ku weydiin doonaa su'aalo uu ku eegayo fayyo-qabto oo kolono-iskobi lagu sameyn karo iyo in kale. Su'aalahan waxay ku saabsan yihiin waxyaabaha soo socda.

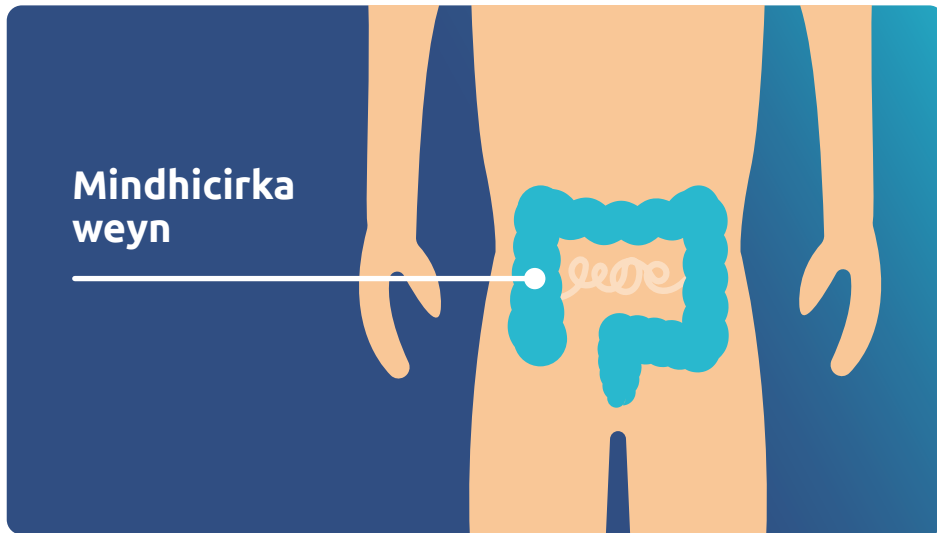
- Caafimaadkaaga guud
- Xaaladaha aad daawooyin u qaadata (sida kaadi-sokorowga ama neefta)
- Qaliino ay dhici karto in horey laguugu soo sameeyey
- Daawooyin aad waqtigan qaadata

Kalkaaleyaha Caafimaadka ee Baaritaanka qaabilsan waxaa kale oo uu kaala hadli doonaa waxa soo socda.

- Waxa uu kolono-iskobiga yahay iyo Sababta mid ha lagugu sameeyo lagu leeyahay
- Halista ka imaan karta iyo faa'idooyinka aad ka heli kartid in kolono-iskobi lagugu sameeyo
- In aad naga heshey macluumaad kugu filan oo kugu kaalmeynaya go'aan ka gaarista in kolono-iskobi lagugu sameeyo iyo in kale
- Sida loo qaato waxyaabaha caloosha jilciya (laxatives) ka hor inta aan kolono-iskobiga lagugu sameynin
- Waxa aad cuni kartid iyo waxa aadan cuni karin qaadashada waxyaabaha caloosha jilciya ka hor, goorta aad qaadaneyso iyo qaadashadooda ka dib
- In aad rabtid qaadashada daawo ku dareen-tireysa ama mid xanuun baabi'iso ah (ama labadaba) inta kolono-iskoobiga lagugu sameynayo iyo in kale
- Noocyada daawooyinka dareen-tireyaasha ah iyo kuwa xanuun baabi'iyashaaha ah ee la heli karo
- Natiijada dareen-tireyaasha ka dhalan karta iyo waxyaabaha la sameynayo iyo kuwa aan la sameyneyn ee daryeelkaaga la xiriira kolono-iskobiga ka dib

Waxa aad awoodi doontaa inaad ka wadahadashaan wax kasta oo aad ka welwelsan tahay ama wixii su'aalo ah oo ay dhici karto inaad heyso. Waxaa dhici karta in uu Kalkaaleyaha Caafimaadka ee Baaritaanka qaabilsan ku weydiisto inaad u timaado qiimeyn fool-ka-fool ah haddii ay la noqoto inuu macluumaad dheeraad ah kaaga baahan yahay.

Waa maxay kolono-iskobi (colonoscopy)?



Kolono-iskobiga waa hab lagu eegayo gudaha mindhicirkaaga weyn (colon) si loo arko in uu wax jiro ah qabo iyo in kale. Baaritaankan waxaa kale oo uu anaga noo ogolaanayaa inaan soo goyno waxyaabo yar yar oo mindhicirkaaga ka soo baxyo ku ah (biopsies 'biobsis') si aan , haddii loo baahdo, sheybaaraha ugu soo baarno. Kalkaaleyaha Caafimaadka ee Baaritaanka qaabilsan ayaa ku kaalmeyn doonta inta kolono-iskobiga laguu sameynayo.

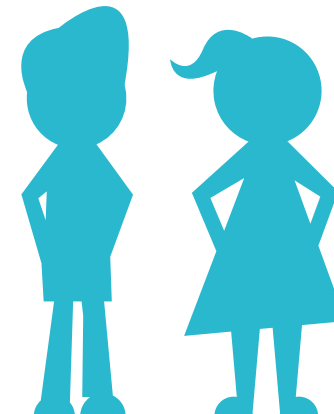
Aalada la isticmaalo waxaa lagu magacaabaa kolono-iskob (colonoscope 'scope') ama iskob waana wax qalqaloocsami kara ama laablaabmi kara (flexible). Gudaha iskob kasta waxaa ku yaal nal lagu toosin karo korka gudaha mindhicirkaaga. Sawirada waxay ka soo muuqdaan shaashada si ay uu farsamo-yaqaanka kolono-iskobistaha (colonoscopist) ah uu u hubin karo inay jiraan wax jiro ama caabuuq ah oo uu mindhicirkaaga qabo iyo in kale.

Inta uu baaritaanka socdo waxa dhici karta inuu farsamo-yaqaanka kolono-iskobistaha ah gudaha mindhicirkaaga ka soo gooyo waxyaabo yar yar (polyps) si baaritaan loogu soo sameeyo. Anaga ayaa waxyaabahaas la baarayo heyneyna oo waxaana dhici karta in waxaas fiidiyow ahaan loo duubo ama sawiro laga qaado si ay u ahaadaan wax kuu diiwaangashan.

Waa maxay polyp (bolib)?

Bolib waa wax yar oo gudaha mindhicirka ka soo baxa oo ay dhici karto in la arko goorta kolono-iskobiga la sameynayo.

Caai ahaan Bolibiska waa la soo jaraa maadaama ay dhici karto inay sii koraan oo ay goor dambe dhibaato sababaan. Falkan waxaa lagu magacaabaa polypectomy (bolibektomi). Mararka qaar bolibiska way koraan oo kansar bay isku bedelaan.



Isku diyaarinta kolono-iskobiga

Cunista iyo cabitaanka

Haddii kolono-iskobi lagugu sameynayo waxaan u baahanahay in aan mindhicirkaaga hoose si cad u aragno. Waxaan kuu soo diri doonaa wax caloosha jilciya si uu mindhicirkaaga u faaruqo. Waxa caloosha jilcinaya shuban bay kugu ridayaan, markaa waxaad u baahan doontaa inaad joogto meel musqusha u dhow markaa aad waxaas qaadashadooda bilowdidba. Waxaa dhici karta inaad isku aragto wax dhuuso iyo calool maroojis ah inta aad waxaas calool jilciyaha ah qaadaneysid.

Kalkaaleyaha Caafimaadka ee Baaritaanka qaabilsan ayaa kaala hadli doonta waxa aad cuni kartid iyo waxa aadan cuni karin qaadashada waxyaabaha caloosha jilciya ka hor, goorta aad qaadaneysid iyo qaadashadooda ka dib. Waxaan boostaha kuugu soo diri doonaa wax calool jilciye ah oo uuna la socdo hab sida loo isticmaalo kuu tababaraya. Fadlan ku dhaqan habka tababarka ah ee calool jilciyeyasha la socda. Haddii aad qabtid wax su'aalo ah, la xiriir Kalkaaleyaha Caafimaadka ee Baaritaanka qaabilsan.

Waxaad horey u soo qaadatay kartaa cuntadaada si aad kolono-iskobiga ka dib u cunto haddii isleedahay gaajo baad dareemi doontaa.

Daawooyinka

Waa inaad inta badan daawooyinka kuu joogtada ahaa aad sidii kuu caadiga aheyd u qaadataa. Waxaase jira daawooyinka qaar ay dhici karto inaad qaadashadooda iska joojiso ka hor inta aan kolono-iskobiga lagugu sameyn, waxaana kuwaas ka mid daawooyinka loogu talloagalay inay dhiigaaga khafiifiyaan. Fadlan u sheeg Kalkaaleyaha Caafimaadka ee Baaritaanka haddii aad qaadato wax daawooyinkaas ka mid ah.

Xasaasiyadaha

U sheeg Kalkaaleyaha Caafimaadka ee Baaritaanka haddii aad isleedahay xasaasiyad baad ka qaadeysaa banbiirada (latex).

Xusuusnow

Soo qaado toob ama qamiis ama canbuur aad xirato iyo dacas. Soo wado qof kula yimaada haddii aad dooratey in lagu siiyo wax ku dareen-tiro ama wax xanuun baabi'iyeha ah goorta kolono-iskobiga lagugu sameynayo.

Sida aan u isticmaalno faahfaahintaada iyo macluumaadkaaga

Faahfaahintaada iyo macluumaadkaaga si asturan oo xafidan baa loo keydiyaa.

Mararka qaar, waxaa nala weydiiyaa inaan bixino macluumaad loo rabo cilmi-baaris wax tijaabin ah ama mid wax xisaabin ah. Codsii walba oo macluumaad nalooga doonayo waxaa dib-u-eegis ku sameeya Agaasimaha Waaxda Wax Baaritaanka oo waana inay ogolaadaan Agaasimaha iyo qofka ah Caldicott Guardian (qofka ka mas'uulka ah wax asturaada/xafidaada iyo isticmaalka macluumaadka shakhsiga lagu isticmaalaya gudaha hey'ada Caafimaadka Guud ee Wales).

Codsiyada intooda badan waxaa lagu codsadaa macluumaad aan qofka lagu aqoonsan karin (oo ah macluumaad laga saarey wixii macluumaad ah ee shakhsiga ku saabsan) oo keliyah, markaa adiga qof ahaan laguuma aqoonsan karo. Waxaan macluumaadka lagugu aqoonsan karo bixineynaa oo keliya markaa aan kula soo xiriirno oo aan ogolaansho kaa helo ama haddii ay jirto sabab qaanuuni ah oo sidaas yeelisteeda ogolaaneysa.

Waxaa kale oo dhici karta inaan kugu marti-qaadno ka qeybqaadashada cilmi-baaris la xiriirta barnaamijka wax baaritaanka ah. Haddii aad go'aansatey in aadan ka qeybqaadan, taas sina wax uguma dhimi doonto adeegga aad Waaxda Wax Baaritaanka mustaqbalka ka heli doontid.

Waxa aan dib-u-eegis ku sameynaa taariikhda baaritaanka ee qof walba oo la ogaadey inuu qabo kansarka mindhicir weynaha (xitaa haddii uu yahay kansar aad u cusub) kaas oo lagu marti-qaadey inuu barnaamijka wax baaritaanka ka qeyb qaato. Natiijooyinka waad arki karaa haddii aad rabtid.

Waxaa jira macluumaad dheeraad ah oo laga helo website-kayaga ah:

www.bowelscreening.wales.nhs.uk/privacy-policy/

Macluumaad dheeraad ah

Haddii aad heyso wax su'aalo ah oo baaritaanka mindhicir weynaha ku saabsan, ama aad rabi laheyd macluumaad ku saabsan:

- Akhri Sahlan
- Luqada Wax Callaamadeynta Biriitaaniya (BSL)
- Maqal, ama
- Far Waaweyn

Booqo website-kayaga ah

www.bowelscreening.wales.nhs.uk

ama soo wac Khadka Caawinaada ee aan Bilaashka Lagu dirsado ee ah **0800 294 3370**

Buug-yarahan waxaa la heli karaa oo kale isaga oo ku qoran luqadaha ah: Carabi, Bangaali, Shiineeska Kantoniiska ah, Ingiriis, Faransiis, Jarman, Talyaani, Malayalam, Shiineeska Mandariinha ah, Bunjaabi (Hindi), Boolish, Burtuqiis, Isloofak, Isbaanish, Tagalog/Filibiino, Urdu iyo Welsh.

Waxaan soo dhaweyneynaa waraaqaha iyo wicitaanada teleefoon oo af Welsh ah.

Waxaan si aan soo raagid laheyn waraaqaha uga soo jawaabeynaa afka Welsh ka ah.

