


# Sidee guriga loogu hirgeliyaa daryeel daawo oo ammaan ah?



*Hagaha afka finnishka waxaa soo koobay islamarkaasna waqtiga la simay: Koskela, S. ja Korhonen, J 2015. Hagaha daryeelka daawada ee loogu tala-galay xigto daryeelaha. Daabacaaddi 2aad. Ururka Xigto daryeelayaasha iyo Ehelka ee soonaha Mikkeli, Mashruuca VALOT II.*



Turjumista: Dosti tulkkaus- ja käännöspalvelut  
Naqshadda iyo daabacaadda: Copy-Set

## Sidee guriga loogu hirgeliyaa daryeel daawo oo ammaan ah?

Dadka ehelkooda guriga ku xannaaneeya mas'uuliyadda saaran waxaa inta badan ku jirta sidoo kale hirgelinta daryeelka daawada guriga ee qofka la xannaaneeyo.



**Hagahan waxaa lagu sheegayaa arrimo aasaasi ah oo ku saabsan daryeelka daawada:**

- **hirgelinta daryeelka daawada guriga oo ammaan ah**
- **noocyada daawooyinka ugu badan**
- **qaababka kala duduwan ee daawada siinta**
- **tegista farmashiyaha iyo magdhowga daawada**

### Hirgelinta daryeelka daawada ee ammaanka ah

- Xeerka aasaasiga ah: Daawo sax, waqti sax ah, qiyas sax ah, qof sax ah!
- U hoggaansan hagitaannada dhakhtarka iyo waxa lagu sheegayo qasaca daawada warqadda hagitaanka ee ku dheggan.
- Haddii ay jiraan waxyaabo aan kuu caddeyn oo ku saabsan qofka aad xannaaneyso daaweyntiisa, si geesinimo ah u weydii dhakhtarka.
- Haddii aadan isku luqad aheyn, codso in qaabilaadda dhakhtarka la keeno turjubaan.
- Ammaanka qofka la xannaaneeyo ayeey aad muhiim ugu tahay in si wanaagsan oo loo caddeeyo waxyaabaha aan caddeyn.

# Ku qeybinta daawada daawo-cabiruhu waxey fududeysaa hirgelinta daryeelka daawada ee maalin walba ah

Daawo-siinta waxaa fududeeya todobaad cabiraha, daawo-cabiraha kaas oo daawada loogu qeybiyo todobaad inta la qaadano. Daawo-cabiraha dhinac dhig warqad ay ku qoran yihiin daawooyinka la siinayo ee aan daawo-cabiraha dhexgeli karin tusaale ahaan goojada indhaha iwm.

- 1. Waqti iyo goob deggan u qabso buuxinta daawo-cabiraha.**
- 2. Horay soo dhigo qasacyada daawada ee loo baahanyahay, liiska daawada iyo qalabka kale ee aad ugu baahan tahay qeybinta daawada.**
- 3. Ilaali fayadhowrka wanaagsan, yacni dhaq gacmaha isticmaalna gacmo-gashiga hal-mar-isticmaalka ah ama biinsooyinka daawada.**
- 4. Adigoo u hogaansan liiska daawada u qeybi daawada qaanado sax ah.**
- 5. Marka aad daawooyinka ku qeybiso daawo-cabiraha, markale hubi in qaanadaha ay ku jiraan tirada saxda ee kaniiniyada.**

Haddii ku qeybinta daawada daawo-cabiruhu aysan kuugu suurtagelin guriga, waxaad caawimaad weydiisan kartaa daryeelka guriga ama farmashiyaha.



## Kaalmeysashada liiska daawadu waxey awood kuu siineysaa la socoshada daaweynta iyo kahortagga dhibaatooyinka

Waxaa wanaagsan in liis daawo laga sameeyo daawooyinka la isticmaalayo. Liiska daawada waxaa lagu calaamadeeyay daawo kasta, cabirkeeda iyo waqtiga daawada la qaadano maalinti. Waa ay fududahay iyadoo la raacayo liiska daawada in daawada lagu qeybiyo daawo-cabiraha. Liiska daawada waxaa laga codsan karaa dhakhtarka qofka daryeelka, mudada isbitaalka lagu jiro ama daryeelka bukaanka ee guriga. Xusuunow in aad markaas u sheegto shaqaalaha haddii qofka aad xannaaneyso uu isticmaalo daawooyin uu iskiis isugu daryeelo, yacni daawooyinka iyadoo aan dhakhtar qorin laga helo farmashiyaha ama waxyaabaha kale ee dabiiciga ah, si iyaga loogu calaamadeeyo liiska daawada. Waxaa kale oo wanaagsan in liiska daawada lagu calaamadeeyo maadooyinka daawada ku jira ee ay suurtagalka tahay in uu xasaasiyad ku qabo ama xajiimoodo.

Waxaa haboon in liiska daawada horay loo sii qaato marka lala kulmayo dhakhtarka ama kalkaalisada caafimaadaka ama marka qofka la xannaaneeyo uu aadayo daryeelka qeybta. Booqashooyinka waxaa sidoo kale lagu koontarooli karaa in macluumaadka daawada ee qofka la xannaaneeyo ay yihiin kuwa waqtiga la socda. Waxaa sidoo kale wanaagsan in la wato liiska daawada marka farmashiyaha laga soo iibsano daawooyinka uu iskiis isugu dayeelo. Wuxuu liiska daawadu ka caawinayaa in shaqaalaha farmashiyaha laga habsado in daawada iyadoo aan dhakhtar qorin la gado lala qaadan karo daawooyinka la isticmaalo.

Daawooyinka kala gedisan waxaa laga yaabaa in ay saameyn isku yeeshaan, saameyntaas oo awoodda daawaada xoojisa ama daciifisa. Sababtaas ayeeyna muhiim u tahay in dhakhtarku ogaado dhammaan daawooyinka la isticmaalayo iyo kuwa kale ee la soo iibsano karo warqadda dhakhtarka la'aanteed iyo kuwa kale ee dabiiciga ah. Maadooyinka cuntada qaarkood xittaa waxey saameyn ku yeeshaan awoodda daawada. Marka qofka la xannaaneeyo uu billaabayo isticmaalka daawo cusub, ka hubso dhakhtarka ama farmashiyiistaha in cunista cuntooyinka qaarkood la iska ilaalinayo islamarka daawada la qaadanayo iyo in daawada cuntada lala qaadanayo ama caloosha oo faaruq ah ama bannaan la qaadanayo.

### Liiska daawada waxaa lagu calaamadeynayaa:

- daawooyinka la isticmaalayo iyo kuwa iskiis uu isugu daaweeyo
- cabirka daawada iyo waqtiga la qaadanayo
- xasaasiyadda maadooyinka daawada



<i>Helmi Hakkarainen</i> <i>h: 2/1</i>	7	13	17	20	22
<i>tbl. Prednisolon 7,5 mg x 1</i>	X				
<i>tbl Ismox 20mg x 2</i>	X			X	
<i>tarv. Dinit</i>					

# Hababka daawo siinta ee kala duduwan

## Daawooyinka afka laga qaado



### *Kaniiniyaasha iyo kaabsollada:*

- Waxaa wanaagsan in daawada lagu siiyo ugu yaraan hal galaas oo biyo ah, iyo in qofka la xannaaneyno uu sida ugu macquulsan qaarkiisa hore kor u qaadan yahay.
- Qoraalka daawada ee baakadda ku jira ama farmashiyaha ayaad ka habsan kartaa in kaniiniga labo loo kala jabin karo ama la burburin karo.
- Maadadooyinka daawo ee ku jira kaniiniyada xiidmaha iyo kuwa si tartiib ah ugu milma dheefshiidka waa in ay gudaha xiidmaha meel sax ah, waqti sax ah iyo xawaari sax ah ugu nuugmaan, sidaas darteed ayaan dushooda loo jebinayn, yacni aan loo burburineyn.
- Labo u kala jebinta kaniiniga waa la ogol yahay haddii ay kaniiniga ku taal caalamadda kala qeybinta. Kaabsollada inta badan lama jebiyo.
- Haddii qofka la xannaaneynayo ay ku adag tahay in uu kaniiniga liqo, waxaad weydiin kartaa dhakhtarka in la heli karo daawada oo tusaale ahaan dareere ah, biyaha ku milmeysa sida kaniiniga xumbeeya, suboosto ama laastaro.



### *Kaniiniyada xumbeeya:*

- Kaniiniyada xumbeeya waxaa lagu qasaa biyo.
- Qoraalka baakadda daawada ayaad ka habsan, inta ay la egtahay biyaha lagu qasaa kaniiniga.



### *Kaniiniga carabka hoostiisa la geliyo:*

- Waa kaniini ku milma carabka hoostiisa oo aan la liqin. Waa kaniiniyada afka ku baaba'a , yacni kaniiniyada afka ku milma:
- Kaniiniga toos ayaa afka loo geliyaa, halkaas ayuuna degdeg ugu baaba'aa.
- Duubka kaniiniga waxaa la furaa marka kaniiniga la siinayo qofka. Kaniiniga lagama furi duubka si loo geliyo daawo-cabiraha.



### *Afka laga cabo (la isku darayo, sharoobo):*

- Milanka daawada waxaa afka loogu cabirayaa galaas cabir leh, malqacad ama saliingo.
- Dhalada daawada milanka ah waa in la ruxaa kahor inta aan la cabirin.

## Daawooyinka malawadka laga qaado



### *Suboostooyinka iyo kuwa malawadka lagu shubo*

- Waxaa laga siinayaa qofka la daryeelayo malawada, yacni futada

### Daawada lagu qaato jirka hoostiisa



*Boomaatooyin, baasta, jeel, boolbare ama budo iyo laastaraha daaweysan*

- Laastarada daaweysan waxaa lagu dhejiyaa jir caafimaad qaba islamarkaasna nadiif ah, inta badanna waxaa lagu dhejiyaa xabadka ama gacanta qeybteeda sare. Meelaha lagu dhejinayo waxaa wanaagsan in la bedbedello si uusan jirku u dhabsan. Laastarada daaweysan ka ilaali in aad wax badan gacanta ku taabato.

### Daawooyinka neefsashada lagu qaato



*Cabirka nuugista iyo cabirayaasha budada*

- Waxa inta badan loo isticmaalaa cudurka neefta
- Farsamada daawo qaadashada saxda ah waxaa talooyin looga helaa dhakhtarka ama farmashiyaha.
- Kahor ku neefsashada daawada ay ku jirto Kortisoon waa in ilkaha la cadayaa, qaadashada daawada kaddibna waa in afka la biyo-raaciyaa si looga hortogo in ay ilkuhu dalooshadaan.

### Duriinka, cirbadaha jirka lagu diro

- Tusaale ahaan daawada insuliinka ee sokorowga ama macaanka lagu dabiibo waa in maalinti dhowr jeer guriga lagula duraa qofka.
- Duritaanka waa in hagitaan wanaagsan looga helaa shaqaalaha daryeelka.
- Haddii aadan iskaa duritaanka u sameyn karin, waxaad caawimaad weydiisan kartaa daryeelka bukaanka ee guriga.

### Hababka kale ee daawo-siinta



*Goojooyinka indhaha iyo boomaatooyinka  
Goojooyinka dhegaha iyo boomaatooyinka  
Goojooyinka sanku iyo kuwa lagu buufiyo*

- Hubi heer-kulka la doonayo in daawooyinka lagu keydiyo iyo mudada ay keydsamayaan iyagoo furan.
- Haddii qofka la xannaaneynayo ay tahay in hal meel looga shubo wax ka badan hal daawo, daawooyinka kala duduwan waa in ay u dhexeysaa dhowr daqiiqo.

***Waxaad marwalba talo ku saabsan sida loogu talagalay in daawada loo isticmaalo weydiin kartaa shaqaalaha farmashiyaha!***

## Sida saxda ah daawooyinka loo keydiyo

U keydi daawada qaab waafaqsan hagitanaka ku qoran warqadda baakadda daawadu ku jirto. Daawooyinka lagu keydiiyo heer-kulka guriga waxaa wanaagsan in ay leeyihiin meel xirmeysa oo la geliyo. Daawooyinka qaarkood waa in lagu keydiyaa qaboojiyaha, tallaajada. Tayada/awoodda daawooyinka lagu keydiyay heer-kul qaldan wey daciifmi kartaa.

Calaamadda baakada daawada ee "isticmaal ka hor" waxaa loola jeedaa, in daawada la isticmaalo kahor taariikhda lagu calaamadeeyay baakada daawada. Tusaale, "isticmaal kahor 10/2017" waxaa loola jeedaa in daawada aan la isticmaali karin 30.9.2017 kaddib. Isticmaal ugu dambeyn iyo Exp. waxey ka dhigan yihiin in daawada la isticmaali karo illaa iyo taariikhda la sheegay. Tusaale, calaamadda "isticmaal ugu dambeyn 10/2017" waxaa loola jeedaa in daawada qasaca ku jirta aan la isticmaali karin 30.10.2017 kaddib. Gaar ahaan daawooyinka dareeraha ah waxaa dhici karta in lagu sheego mudada daawada la isticmaali karo marka la furo kaddib. Markaas waxaa wanaagsan in dhalada dhinaceed lagu calaamadeeyo taariikhda la furay iyo taariikhda ay shaqeyneyso daawada dhalada ku jirta.

Daawooyinka dhacay ama kuwa aan la isticmaalin waa in farmashiyaha la geeyo si loo baabi'iydo.

## Si uu u guuleysto daryeelka daawadu, waa in la qaataa loona hoggaansamaa hagitaanka lagu siiyay

- **Daawada kuurada (waqti cayiman soconeysa) ama daaweynta waqti dheer soconeysa lama joojin karo lamana beddeli karo cabirkeeda iyadoo aan fasax laga heysan dhakhtarka. Calaamadaha oo baaba'a ma ahan macnaheedu in gebi ahaanba laga bogsooday cudurki. Daawooyinka qaarkood waxaa loogu talagalay kahortaga in cudurku sii xummaado markaasna wey adagtahay in qofku dareemo saameynta daawada.**
- **Daryeelka daawo ee guuleysta waxow ku xiran yahay isu-dheelitirnaansaha nafaqada iyo dheecaanka ee qofka la xannaaneeyo.**
- **Daawooyinka waxaa loogu talagalay isticmaalka qofka loo qoray oo kaliya. Ha isticmaalin daawooyin loo qoray dad kale!**



Haddii aad ka shakiso, in daawadu ay saameyn dhibaatooyin leh ku yeelatay qofka la xannaaneeyo, u sheeg shaqaalaha daryeelka. Haddii qaadashada daawada kaddib ay soo baxaan calaamado daran sida neef-qabatoon ama jirka oo nabaro ka soo baxaan, jooji daawada lana xiriir dhakhtarka ama farmashiyaha.

## Ka soo qaadashada daawada farmashiyaha iyo magdhwga daawada ee Kelada

Wagtigan hadda la joogo dhakhaatiirtu waxey daawooyinka u qoraan qaab elekerikaal ah (eResepti), yacni qoritaanka oo qaab elekerikaal ah. Marka daawada qofka aad xannaaneyso aad ka soo qaadeysid farmashiyaha, waxaad ku soo qaadi kartaa adigoo tusaaya kaarka Kelada ee qofka aad xannaaneyso ama warqadda hagaha bukaanka. Si aad macluumaad uga hesho warqadda daawada ee elekerikaalka ah ama cusbooneysiinteeda, waa in aad heysataa ogollaansho uu arrintan darteed u saxiixay qofka aad xannaaneyso. Foomamka ogolaanshaha waxaa laga helaa farmashiyaha ama xafiisyada Kelada.

Farmashiyuhu wuxuu daawada la qoray beddelkeeda kuu soo jeedin karaa in aad qaadato **daawo u dhiganta** oo ka qiimo jaban. Daawo u dhiganta waxaa loola jeedaa, daawo leh awood iyo saameyn lamid ah daawada asalka ah, laakiin waxey uga duwan tahay oo kaliya magaca iyo soo saaraha. Qofka macaamiilka ah haddii uu doonayo wuu diidi karaa beddelka daawada ama dhakhtarka ayaa warqadda daawada ku mamnuuci kara in daawada lagu beddeli mid kale oo u dhiganta.

Kaarka Kelada oo aad tustaa ayaad daawada dhakhtarku qoray uga heleysaa magdhowga daawada marka aad farmashiyaha ka soo iibsaneyso. Jirrooyinka qaarkood waxaad daawooyinkooda ka heli kartaa magdhow gaar ah oo ka badan kan aasaasiga ah. Magdhowga gaarka ah waxaa Kelada looga codsadaa bayaanka B ee uu dhakhtarku qoro. Haddii lacagaha laga bixiyay daawooyinka ku jira xeyndaabka magdhowga gaarka ah ay dhaafaan sanadki tiro cayiman=xadka daawada ee ugu sareeysa, waxaad qeybta dheeraadka ah ka heleysaa magdhow dheeraad ah. Xadka ugu sareeya ee daawadu wuu isbeddelaa sanad kasta. Waxaad Kelada ka heleysaa macluumaad qoraal ah oo ku saabsan xadka ugu sareeya ee daawada iyo codsiga loogu talagalay codsashada magdhowga dheeraadka ah. Waxaad sidoo kale weydiin kartaa farmashiyaha in xadka ugu sareeya ee daawadu uu buuxsamay.



A series of 20 horizontal dashed lines for writing, arranged in a vertical column across the page.



A series of 20 horizontal dashed lines for writing, arranged in a vertical column across the page.

# LAMBARKA GUUD EE HALISTA: 112

XARUNTA SUMOWGA 24 SAAC ( waxaad weydiin kartaa talooyin, tusaale ahaan haddii lagu siiyay daawo qalad ah ama cabir aad u badan):  
09 471 977 09 4711 (sii gudbin)



**pölli.**



Pääkaupunkiseudun Omaishoitajat ja Läheiset ry, YOMO-projekti