



Waa maxay sababta aan u baahan ahay inaan ku arko takhtarka suuxinta intii aan uur leeyahay?

Macluumaad loogu talagalay haweenada uurka leh iyo Baruurta Jirkooda Sareeyo (BMI)

Hal ka mid ah ujeedooyinka xannaanada uurka waa ogaashada haweenada u baahan cawinaad dheeraad ah markii ay foolanaayaan. Waxa kani suurto-galinaayo waa qiyaasta baruurta jirka oo sareeyo – BMI. (Qiyaasta baruurta jirka waxaa lagu ogaada markii la isku xisaabo dhirirkaada iyo culeyskaaga, iyo waa hab lagu ogaado sida aad u cayilan tahay.) Tusaale ahaan, haddii BMI'kaaga ka sareeyo 35, waxaa labo-jibaar noqonaayo baahida aad u lahaan doonto qalliinka Caesarean (iyo u baahato daawada suuxinta) markii loo bar-bardhigo haweenada qaba BMI caadi ah oo u dhexeeyo 20 ilaa 25 (warqada cilmiyaysan oo cilmi-baaristaan ku jiro wuxuu ku qoran yahay buug-yarahaan dhammaadkiisa).

Xaaladaha badankooda waxaa kuu fiican in lagu siiyo daawo suuxiya qayb kaliya ee jirkaaga (sida midka lagu cirbadeeyo laf-dhabarka) markii lagugu sameeynaayo qalliinka Caesarean. Kani waxaa loola jeedaa in cirbadeynta lagu sameyn doono laf-dhabarkaaga (ayadoo la isticmaalaayo cirbad ama tuubo la dhax-geliyo dhabarkaaga) si qeybta hoose ee jirkaaga loo suuxiyo. Markii lagu siiyo dawada suuxinta qayb jir waad soo jeedi doontaa markii lagu qalaayo. Soo jeeditaanka adiga iyo cunuggaaga ayuu faa'ido badan idin leeyahay intii lagu qalaayo iyo qalitaanka ka dib. Waxaa jiro waqtiyo aan u baahan nahay inaan cunuggaaga ku dhalinno si deg-deg ah. Haddii intii aad ka foolaneysid qabtid daawada suuxinta laf-dhabarka oo si fiican u shaqeeyo, waxan u isticmaali karnaa markii aan sameynayno qalliinka Caesarean ama markii aan isticmaaleyno qalabyo gaar ah sida qalab bir qabato ah ama qalab wax lagu dhuuqo.

Haddii aad qabtid BMI sareeyo, kani wuxuu hab-socodyada suuxinta ka dhigi karaa dhib. Waxaa dhib noqon karo in la helo meesha saxda ah ee cirbada la galiyo si daawada suuxinta lagu siiyo iyo waa dhib in daawada suuxinta isla markiiba shaqeeyo. BMI sareeya wuxuu xittaa dhibaato u keeni karaa suuxinta guud ee jirka intii lagu jiro qalliinka iyo ka dib (haddii lagu siiyo suuxinta guud, waad jiiifan doontaa intii lagu qalaayo).

Intii aad uurka leedahay waxaa lagu dhigi doonaa ballan si aad ula hadashid takhtarka suuxinta.

Kani wuxuu ina siin doonaa fursad aan kuu aragno iyo kuu baarno ka hor taariikhda aad dhali doonto. Waxaan ka hadli karnaa iyo qaban-qaabin karnaa xannuun joojiyaha iyo daawada suuxinta aad rabtid inaad isticmaasho markii aad foolaneysid iyo dhaleysid. Waxaaa ka fudud in waxyaabahaan lagu macneeyo waqti aad degan tahay intii lagu macneyn lahaa markii xanuunka foosha ku haayo. Waxyaabo badan ayaa si deg-deg ah u dhici karaa markii aad foolaneysid iyo markii macluumaad ka badan hesho si fiican ayaad isku diyaarin kartaa.

Wada-hadalkaan ka dib takhtarka suuxinta wuxuu soo jeedin doonaa hal ka mid ah qorshoyinkaan xannuun joojinta intii aad ka foolaneyso.

- Haddii ay foosha eheen mid iska caadi ah, **waa inad tixgelisa in lagugu sameeyo cirbadeynta laf-dhabarka** waqti hore ee foosha intii goor dambe la sameyn lahaa sababtoo ah wuxuu ku qaadan karaa waqti dheer in lagugu sameeyo cirbadeynta laf-dhabarka.
- Takhtarka suuxinta wuxuu kugu talin karaa in lagugu sameeyo cirbadeynta laf-dhabarka markii aad foolaneyso si looga hortago in suuxinta guud lagugu sameeyo haddii aad u baahato in lagugu sameeyo qalliinka Caesarean.

Markii lagu jiiifiyo qaybta foosha ee isbitaalka fadlan umulisooyinka u sheeg inaad aragtey takhtarka



Why do I need to see an anaesthetist during my pregnancy? Information for pregnant women with a high body mass index (BMI)

SOMALI

suuxinta. Kani wuxuu takhtarka suuxinta isbitaalka joogo siinaayaa waqti uu ku eego qorshaha xannuun joojiyaha uu takhtarka suuxinta sare soo jeediyey markuu ku arkey waqtiga uurkaaga.

Waxaan ku siin doonnaa kaniiniga yareeyo ashitada caloosha (sida daawada ranitidine) markii aad foolaneysid. Kani wuxuu yareyn doonaa ashitada calooshaada. Waxaa xittaa fiican inaad cunin cuntooyin adag ama dufan leh markii aad foolaneysid. Waxaa ka badbadsan inaad cabtid biyo kaliya ama cabitaanada isboortiga ee gaaska ku yar (sida Lucozade Sport™).

Kadib markii aad cunuggaada dhasho waxaa suurtoagal ah inaan u baahan doonto inaan ku siino cirbadeynta heparin dhowr maalmood. Kani wuxuu khafiif ka dhigi doonaa dhiigga wuxuuna ka hortagaaya in xinjir dhig ku sameysmo lugahaada ama xabadkaada. Dhibaataadaan wuxuu badanaa dhaca ka hor ama ka dib uurka wuxuuna aad ugu sii badan yahay haweenada qaba BMI sareeyo. Waxaan heparin ku siin doonnaa hal ama labo jeer maaliinta.

Soo koobid

Haddii BMI (Habka lagu Qiyaaso Baruurta Jirka) uu ka sarreeyo 35, waxaad u baahan tahay in lagugu caawiyo dhalidda cunuggaaga markii loo bar-bardhigo qof qaba BMI hooseeya.

- Waxaa caadi ahaan fiican in la soo jeedo markii cunug la dhalaayo.
- Suuxinta guud ee jirka wuu ka dhib badnaan karaa markii loo bar-bardhigo haweenada qaba BMI hooseeya, iyo takhtarka suuxinta wuu inuu kaasi qorsheeyaa.
- Wuu ka dhib badnaan karaa iyo waqti ka dheer ayuu ku qaadan karaa samaynta cirbadeynta laf-dhabarka (epidural). Waxaa ka fiicnaan karo in cirbadeynta laf dhabarka la sameeyo waqtiyada hore ee foosha intii gor dambe la samayn lahaa, sababtoo ah waxaad u baahan kartaa qalliinka Caesarean ama waxaan u bahan karnaa inaan cunuggaaga si deg-deg ah ku soo saarno anagoo isticmaalayno qalab bir qabato ama qalab wax lagu dhuuqo.
- Markii aad tegtid qaybta foosha ee isbitaalka si aad u dhasho, u sheeg umulisada inaad u baahan tahay inaad aragto takhtarka suuxinta.
- Markii aad foolaneysid waxa fiican inaad cunin cunto adag ama dufan leh.

Buug-yarahaan waxaa qorey takhaatiirta suuxinta ee Qaybta Dhalidda ee Isbitaalka Royal Berkshire. Waxaa wax ka beddeley Guddiga Hoose ee Macluumaadka Hooyoyinka ee Ururka Takhaatiirta Suuxinta Qaybta Dhalidda.

Guddiga Hoose wuxuu ka kooban yahay dadkaan.

- Takhtar Rosie Jones (Guddoomiyaha)
- Charis Beynon (Wakiilka Guddiga Qaranka ee Dhalidda Cunugga)
- Shaheen ChauTakhtary (wakiilka macmiilka)
- Takhtar Rachel Collis
- Takhtar Rhona Hughes (Wakiilka Takhaatiirta dhalidda Royal College iyo takhaatiirta haweenka)
- Gail Johnson (Wakiilka Umulisoooyinka Royal College)
- Takhtar Michael Kinsella
- Takhtar Ratnasabapathy Sashidharan

Tixraac:

Cayilaadda hooyanimada, waqtiga uurka, halis in waqti xiga uur la qaado ama in qofku fool qabato waqtiga la filaayey ka hor. British Journal of Obstetrics & Gynaecology: An International Journal of Obstetrics & Gynaecology. Buugga 115, Daabacada 6, Taariikhda: Maaajo 2008, Bogagga: 720 ilaa 725. FC Denison, J Price, C Graham, S Wild, WA Liston.