

Talo waalidiinta loo soo jeedinaayo oo xiriir la leh sida dhallanka loo daryeelo toddobaadka ugu horreeyo ee nooloshiisa

- Maalinta ugu horreeyso wuxuu dhallanku u baahan yahay in u ku sugnaado agagaarka waalidiintiisa iyo kormeerid joogto ah. Sidaas awgeed, marna dhallanka ha cidlayn.
- Dhallanku waa in la naasnuujiyaa mar kasta rabitaanka dhuuqida uu muujiyo.
- Waa inaad habsataa in dhallanku uu hab joogto ah u kaadiyeeynaayo oona u saxariyeeynaayo.
- Adigoo iftiin-maalmeedka adeegsanaayo waa inaad maalin kasta ugu yaraan hal ama laba jeer fiirgaar siisaa midabka haragga dhallanka. Waa caadi haddii midabka jirka ee dhallanka u yahay mid qafiif ah, midabka indhahiisa- na ay yihiin cadaan, laakinse haddii midabyada oogadiisa ay yihiin kuwa culus wuxuu xaaladaas u baahan yahay caawinaad. Xaaladaas la tasho Waaxda dhallanka [BB] ama rugta daryeel-caafimaadeedka carruurta ee u ka tirsan yahay. Midabka huruudka aan ciribtirmin 3 toddobaad kaddib waa in had iyo jeer u qof takhtar ah qiimeeyaa.
- Habka ugu sugan ee dhallanka loo jiifiyo waa dhabar-dhabar, waxaana fiican in u habkaas caadiyeesto markii u dhallanka yahay.
- Dhallanka waa in loo labbisa dhar kulayal dareensiinaayo oo laakinse culusayn, oona u suurtagelin karo in uu dhadhaqaaqi karo.
- Sigaarka saamayn xun ayuu dhallanka ku reebaa. Sidaas awgeed, ku dadaal inaad sigaar hoyga ku cabbir. Haddii hooyada ay sigaar cabto ama haddii mid waalidiinta kamid ah u khamri cabbay waa in dhallanka aan la jifin isla sariirta waalidiintiisa ay ku seexdaan.
- Ku dadaal in dhallanka aan la geeyn goobo dadka ay ku badan yihiin. Xilliyada hargabka waa in waalaalaha hargabsan ama siyaabo kale infeekshanno u qabo laga fogaayo lagana ilaaliyaa in dhallanka ay xirii la yeeshaan. Fayruuska hargabka ee carruurta iyo dadka waawayn ku dhaca wuxuu sababa hindhiso iyo qufac, laakinse wuxuu dhallanka u keeni karaa cillad halis u ah hab-dhiska neefsashada. Gacmaha iska dhaq intii aadan ku dhaqaaqin daryeelida dhallankaaga.
- Haddii dhallanku usan doonayn in uu naasaha dhuuqo, usan hurdada ka toosayn, aad moodo in uu dhibsanaayo taataabashada ama sasabida, usan xooq u qaylin karin ama midabka haragiisa isku rogay midabka bey aan dhallaal ahayn, waa calaamadaha jirrada. Xaaladaas la xiriir Waaxda dhallanka ama rugta daryeel-caafimaadeedka degdegga adigoo fiirgaar ah aan sinin saacadda.
- Toddobaadka ugu horreeyo ee noolasha dhallanka, oo ah intii aadan kalkaalisada rugta daryeel-caafimaadeedka carruurta la kulmin, waxaad Waaxda dhallanka kala xiriiri kartaa wax alle wixii dhibaato ah ama su'aallo ah oo xiriir la leh dhallanka. Maxaayeelay Waaxda dhallanka ayaa mas'uul ka ah in ay ku siyaan wixii talo ah ama qof takhtar ah ku wareejiyaan haddii dhallanku uu baahan yahay. Hubso in Waaxda ay ku siiso lambarka taleefanka aad kala xiriiri karto haddii aad is-leedahay dhallanku wuxuu u baahan yahay caawinaad!

Lambarka taleefanka talobixin ama markii dhallanku u dhibaataysan yahay awgood la adeegsado waa:

Taliska wuxuu ka tirsan yahay mashruuca *Projekt Säker Förlossningsvård* [Mashruuca sugidda daryeelka ummulida], kaasoo wadajr u soo diyaariyeen *Svensk Förening för Neonatologi inom Svenska Barnläkarföreningen, Svenska Barnmorskeförbundet* iyo *Svensk Förening för Obstetrik och Gynekologi*. Waa mashruuc taageero ka haysto Caymiska bukaan-socodka LÖF.

