



Cudurka macaanka ama sonkorowga

Garashada iyo maamulidda

Cudurka macaanka ama sonkorowgu waa cudur noloshoo dhan qofka haya markaasoo uu xad dhaaf yahay caddadka gulukooska (sonkorta) ee dhiigga ku jira maxaa yeelay habka uu jirku gulukooska tamar uga dhigo ayaanan si hagaagsan u shaqaynayn. **Hase yeeshee, marka si taxaddar leh loo maamulo, carruurta qaba cudurka macaanku waxay ku sii noolaan karaan nolol buuxda, caafimaad leh oo firfircooni badan.**

Cudurka macaanka ee nooca 1 (Type 1 diabetes) waxaa caadi ahaan la qaadaa waqtiga carruurnimada. Haddii la iska daaweyn waayo, waxuu keeni karaa dhibaatooyin caafimaadeed oo aad u daran. Marka cudurka hore loo soo helo waxaa laga hortagi karaa gelitaanka isbitaalka ee degdeg ah. Haddii waalidiinta, daryeeleyaasha iyo ilaaliyeyaasha carruurta ay calaamadaha garanayaan hore ayaa loo heli karaa waana la daawayn karaa. Calaamaduhu si dhakhso ah ayay u soo bixi karaan. Islamarkaaba u tag Takhtarkaaga Guud haddii aad walwal qabto.

Cudurka macaanka ee nooca 1 waa nooca cudurka macaanka ee sida ugu badan ugu dhaca carruurta, hase yeeshee cudurka macaanka ee nooca 2 ayaa iminka ku sii kordhaya. Waxuu kani ka yimaaddaa cuntada xun, jimicsi la'aanta iyo culayska siyaado ah (fiiri bogga 43).

Maamulidda cudurka macaanka ee nooca 1

Carruurta qaba cudurka macaanka ee nooca 1 waxay daawayn u baahan yihiin noloshooda oo dhan. Waxaa loo baahan yahay in dhammaan dadka qoyska ka mid ah ay kaas bartaan maxaa yeelay maamuliddiisu waxay saamayn doontaa qoyska oo dhan.

Waxaa lagu bari doonaa sida loo garto, looga hortago loona daaweeyo yaraanshaha gulukooska dhiigga (hypoglycaemia), (ama hypos), goortasoo caddadka sonkorta ku jirta dhiigga ilmahaagu uu si xad dhaaf ah u dhaco waxuuna yeeshaa calaamado cudur sida gariirid, dhidid, daal, madax xanuun ama isbeddellada habdhaqanka.

1.

Ilmahayga socodbaradka ah, oo habeenkii aanan kaadin jirin ayaa bilaabay in uu sariirto ku kaadiyo oo sidii caadiga ahayd si ka badan ayuu wax u cabbaa.

2.

Ku fikir in uu qabo cudurka macaanka ama sonkorowga, inkastoo ay taasi yeelan karto dhowr sababood oo kaladuwan.

3.

Ilmahaaga u gee Takhtarka Guud.

Takhtarka Guud (GP) waxuu yiri

Waxaa muhiim ah in aad calaamadaha garato:

- Kaadida aad uga badan sidii caadiga ahayd.
- Waqti walba oo uu ilmuhu harraaddan yahay oo uu rabo in uu wax cabbo.
- Waqti walba oo uu ilmuhu aad u daallan yahay, oo uu rabo in uu seexo.
- Culays ka dhaca taasoo aanan sabab cad lahayn.

Calaamadaha kale:

- Kaadida oo cuncun ama damqasho laga qaado.
- Aragga ayaa mugdi yeelan kara.
- Haddii uu meel ka sarmo waxay u muuqataa in ay waqti badan qaadanayso si uu u bogsado.

Isha: www.diabetes.co.uk

Maalmaha ugu horreeya

Ka dib marka cudurka la soo helo, waa in adiga iyo ilmahaaga islamarkaaba la idiin geeyo kooxda takhasus leh ee daryeelka cudurka macaanka.

Kooxdaada daryeelka waxaa ka mid noqon kara, marka laga soo qaato:

- Takhtarka xirfad gaar ah u leh carruurta (consultant paediatrician) oo takhasus u leh cudurka macaanka.
- Kalkaaliyaha caafimaadka ee takhasus u leh cudurka macaanka ee carruurta.
- Takhtarka cuntada oo yaqaanna baahiyaha carruurta.
- Takhtarka cilminafsiyeedka (psychologist) oo takhasus u leh carruurta.

Ka dib marka ugu horraysa ee ilmaha isbitaalka lagu daaweeyo, waxaad si kugu filan ugu kalsooni qabi doontaa in aad guriga dhexdiisa ku maamusho cudurka macaanka ee ilmahaaga.

Waxaad xiriir joogto ah weli la yeelan doontaa kooxdaada daryeelka cudurka macaanka.