



PATIENT EDUCATION

Tilmaamaha Nadiifinta Caloosha Beeritaanka Saxarada Lagu Beero Mindhicirada

Waa muhim in aad raacdo dhamaan talooyinka halkan lagu soo xusay si aad ugu diyaar garoowdo beeritaanka saxarada qeybta hoose ee mindhicirada. Mindhiciradaadu waa in ay marnaadaan, si dhakhtarku u arki karo xilliga baaritaanka. Qaar badan oo bukaanka ka mid ah ayaa dareema in nadiifinta caloosha ay tahay qeybta ugu adag beeritaanka saxarada ee qeybta hoose ee mindhicirada.

U diyaargarowga beeritaanka saxarada ee mindhicirada

- Maalinka ka horeysa maalinta beeritaanka saxarada ee qeybta kore ee mindhicirada., waa in aad bilowdaa diyaarinta calooshaada.
- Ha cunin cunto adag maalinta ka horeysa baaritaanka.
- Waxa aad isticmaaleysaa Golytely si aad calooshaada u diyaariso oo aad u nadiifiso mindhicirkaaga.
- Fadlan raac tilmaamahan dhamaantood si taxadar leh. Haddii aadan tilmaamahan u raacin si sax ah, waxaa laga yaabaa in balantaada beeritaanka saxarada ee qeybta hoose ee mindhicirada la baajiyo.

Waxyaabaha aad iibsaneysa

- Si aad ugu diyaargarowdo baaritaanka, waxaa lagaa doonayaa in aad iibsato daawooyinka caloosha lagu nadiigiyo.
- **Daawada in lagu qoro loo baahan yahay:**
 - La xiriir farmashiyaha aad daawada ka qaadato si ay kuugu diyaariyaan Golytely.
- **Looma baahna daawo dhakhtar kuu qoro**
 - Afar (4) oo xabo oo kiniinka Bisacodyl/Dulcolax (5mg). Waa in uu noqdaa kiniinka afka laga qaato.
 - Bac yaryar oo Crystal Light ah yaa kaa caawin kara in aad wanaajiso dhadhanka (aan aheyn casaan ama hurdi). (Wajib kuguma ah)

Macluumaadka Daawada

Waxaa laga yaabaa in lagaa doonayo in aad joojiso qaar ka mid ah daawooyinka aad qaadato ama aad wax ka bedesho baaritaanka ka hor.

- **Dhiig Khafiifiyayaasha**
 - Sida (warfarin), Ticlid (ticlopidine hydrochloride), Agrylin (anagrelide), Xarelto (Rivaroxaban), Pradaxa (Dabigatran), Pletal (Cilostazol), Brillinta (Ticagrelor), Eliquis (Apixaban), Effient (Prasugrel), and Plavix (Clopidogrel).
 - Waa in aad latashataa dhakhtarka daawada kuu qoray ama qof ku takhasusay ugu yaraan 2 todobaad ka hor xilliga balanta. Ha joojin qaadashada daawada adiga oo aan ogolaasho ka helin dhakhtarkaaga.
- **Daawada Insuliinta iyo Macaanka (Sokoroowga)**

- Fadlan la xiriir dhakhtarkaaga la socda heerka sokortaada. Waxaa laga yaabaa in loo baahdo in wax laga bedelo taasoo ku xiran cuntada aad cunto ee loo baahan yahay nadiifinta caloosha. Ha joojin qaadashada daawada adiga oo aan ogolaasho ka helin dhakhtarkaaga.
- **Asbiriin**
 - Waxaa laga yaabaa in aad qaadan karto Aasbiriinka sida dhakhtarku kuugu qoray adiga oo biyo ku kabanaya.

Shan (5) maalmood ka hor maalinta beeritaanka saxarada ee qeybta kore ee mindhicirada

- Ha qaadan daawooyinka caloosha socota (shubanka) joojiya.
 - Tusaale ahaan: Imodium ama Pepto-Bismol.
- Ha qaadan daawooyinka caloosha jilciya ama fitamiinada dheeraadka ah.
 - Tusaale ahaan: Metamucil ama Citrucel.
- Ha qaadan fitamiinada ama daawada lagu bedesho .
 - Tusaale: Fitamiinada xoogga leh (Multi-vitamins) ama saliida kaluunka.

sadex (3) maalmood ka hor maalinta beeritaanka saxarada ee mindhicirada

- Ku bilow cunto fudud oo ay ku yar yihiin waxyaaba caloosha jilciya. Cuntada ay ku yar tahay waxyaabaha caloosha jilciya waxa ay caawisaa in ay si wanaagsan u nadiifiso caloosha.
- Cuntada caloosha jilcisa waxaa ka mid ah:
 - Rootiga cad, bariiska cad, baastada, buskudka, kaluunka, digaaga, ukunta, hilib shiidan, lawska shiidan, khudaar la kariyey, faakiho gasacadeysan, mooska, batiikh, caanaha, garoorka, farmaajada, waxyaabaha la mariyo ansalaatada iyo carfiyayaasha cuntada.
- Ha cunin cunto ay ku badan tahay waxyaabaha caloosha jilciya sida:
 - Daangada, miraha (noocyada kala duwan ee miraha la qariido sida gabal dayaha), rootiga ama baastada ka sameysan qamadiga, miraha la qalajiyey, ansalaatada, khudaarta ceyriin, faakhada cusub ama la qalajiyey. Xadid tirada aad hilibka ka cunto.

laba (2) maalmood ka hor maalinta beeritaanka saxarada ee mindhicirada.

- Cabitaanka biyaha badso.
- Ku bilow cunto fudud oo ku yar yihiin waxyaabaha caloosha jilciya.

Imaatinka Isbitaalka ee Subaxa/Galabta

(6:30 aroornimo ilaa 11:45 aroornimo)

Hal (1) maalin ka hor maalinta beeritaanka saxarada ee mindhicirada.

- Bilow cabitaanka biyo cad.
- Cab biyo cad oo kaliya maalinta ka horeysa oo dhan maalinta beeritaanka saxarada ee mindhicirada.
- Biyaha cad waxaa ka mid ah:
 - Biyo, qaxwe madoow, ama shaah (aan caano ama boolbire laheyn), maraq cad ama baroodo cad, Gatorade, biyo ubriya kuwa aan ubrin (Coke, Sprite), cabitaan casiir aan miro laheyn (tufaax, cinabka cad, karambari cad), Jell-O, ama jalaato baraf. **Xusuusnoow, ha cabin cabitaan casaan ama midabka hurdiga ah.**
- Ha cunin wax cunto ah oo adag.
- 9 aroornimo qaado afarta xabo ee kiniiniga Bisacodyl/Dulcolax. Waa in aad ka ag dhawaataa suuliga ka dib marka aad qaadato kiniiniga.
- Ku dar Golytely weelka oo dhan oo si wanaagsan u rux. Talaajadda geli Golytely.
- Haddii aad jeceshahay in aad ku cabto iyada oo aan la qaboojin, waxa aad talaajadda ka soo saari kartaa 1da galabnimo.
- Waxa aad ku dari kartaa baakad crystall light ah galaas kasta si aad u wanaajiso dhadhanka waxyaabaha aad isku dartay.

- 4ta galabnimo biloow cabitaanka isku darka ah ee Golytely. Cab galaas qaadi kara sideed wiiqiyadood 15kii daqiiqaba ilaa aad ka dhameeyso labada liitar ah (kala bar weelka aad ku qastay). Waxa ay kugu qaadaneysaa laba ilaa sadex saacadood ilaa aad dhameeyso cabitaanka oo dhan.
- Waa in aad ka ag dhawaataa suuliga ka dib marka aad bilowdo qaadshada daawada. Waxaa kugu dhacaya shuban waxaadna u baahaneysaa in aad si degdeg ah u gaarto suuliga.
- Dadka qaar baa dareema yalaalugo ama lalabo, dibiro, ama matag inta ay cabayaan biyaha caloosha lagu nadiifinayo. Haddii ay sidaas kugu dhacdo, u naso 15-30 daqiiqo, ka dibna isku day in aad cabitaanka sii wado.
- Ha qaadan daawooyinka galabnimada **Vancomycin ama kuwa kua caabuqa (antibiotics) ee dhakhtarku kuu qoray**. Haddii aanu sidaas ku farin dhakhtarkaaga.
- Ka dib marka aad dhameeyso cabitaanka, waxa aad cabi kartaa biyo cad oo kaliya.
- Ku celi talaajadda inta ka soo harta Golytelyka.

Maalinta beeritaanka saxarada ee mindhicirka.

- 2:30 aroornimo biloow cabitaanka labada liitar (barkii haray ee weelka ku jiray) ee cabitaanka aad diyaarsatay.. Isku day in aad ku cabto koob qaada sideed wiiqiyadood 15kii daqiiqaba ilaa aad ka dhameeyso cabitaanka aad isku dartay. Taasi waxa ay kugu qaadaneysaa labo ilaa sadex saacadood.
- Waa in aad suuliga ka ag dhawaataa ka dib marka aad bilowdo cabitaanka aad isku dartay.
- Dadka qaar baa dareema yalaalugo ama lalabo, dibiro, ama matag inta ay cabayaan biyaha caloosha lagu nadiifinayo. Haddii ay sidaas kugu dhacdo, u naso 15-30 daqiiqo, ka dibna isku day in aad cabitaanka sii wado.
- Calooshaada ma sameyneyso wax saxaro ah, laakiin biyo midabka jaalaha ah ayaa kaa soconaya.
- Waxa aad cabi kartaa biyo ugu dambeyn laba saacadood ka hor balantaada dhakhtarka.
- Ka fogoow cabitaanka casaanka ama hurdiga ah, caanaha, casiirka boritiinka ah, cabitaan ay alkolo ku jirto, iyo isticmaalka maandooriyayasha. Taasi waxa ay kartaa in balantaada beeritaanka saxarada ee mindhicirada la baajiyo.
- Daawada aad subixii cunto waxa aad ku kaban kartaa biyo.
- Xusuusnow, ha cunin wax cunto ah oo adag.
- Xusuusnoow in aadan qaadan galabnimada daawooyinka **Vancomycin ama kuwa caabuqa (antibiotics) ee dhakhtarku kuu qoray**. Haddii aanu sidaas ku farin dhakhtarkaaga.
- Waxaa laga yaabaa in aad u baahan tahay in aad siiso waqti ku filan oo aad ku gaarto balantaada maadaama laga yaabo in aad isticmaalka suuliga u baahato oo aad u istaagto..

□ Imaatinka isbitaalka ee galabnimada

(12:00 galabnimo ilaa 3:45 galabnimo)

Maalin ka hor baaritaanka saxarada ee qeybta kore ee mindhicirada

- Biloow cabitaanka biyo cad.
- Cab biyo cad oo kaliya maalinta oo dhan ka hor inta aan la gaarin baaritaanka.
- Biyaha cad waxaa ka mid ah:
 - Biyo, qaxwe madoow, ama shaah (aan caano ama boolbire laheyn), maraq cad ama baroodo cad, Gatorade, biyo ubriya kuwa aan ubrin (Coke, Sprite), cabitaan casiir aan miro laheyn (tufaax, cinabka cad, karambari cad), Jell-O, ama jalaato baraf. **Xusuusnoow, ha cabin cabitaan casaan ama midabka hurdiga ah.**
- Ha cunin wax cunto ah oo adag.
- 9 aroornimo qaado afarta xabo ee kiniiniga Bisacodyl/Dulcolax. Waa in aad ka ag dhawaataa suuliga ka dib marka aad qaadato kiniiniga.
- Ku dar Golytely weelka oo dhan oo si wanaagsan u rux. Talaajadda geli Golytely.
- Haddii aad jeceshahay in aad ku cabto iyada oo aan la qaboojin, waxa aad ka soo saari kartaa talaajadda 1da duhurnimo.
- Waxa aad ku dari kartaa baakad crystall light ah galaas kasta si aad u wanaajiso dhadhanka waxyaabaha aad isku dartay.

- 4ta galabnimo biloow cabitaanka isku darka ah ee Golytely. Cab galaas qaadi kara sideed wiiqiyadood 15kii daqiiqaba ilaa aad ka dhameeyso labada liitar ah (kala bar weelka aad ku qastay). Waxa ay kugu qaadaneysaa Laba ilaa Sadex saacadood ilaa aad dhameeyso cabitaanka oo dhan.
- Waa in aad ka ag dhawaataa suuliga ka dib marka aad bilowdo qaadshada daawada. Waxaa kugu dhacaya shuban waxaadna u baahaneysaa in aad si degdeg ah u gaarto suuliga.
- Dadka qaar baa dareema yalaalugo ama lalabo, dibiro, ama matag inta ay cabayaan biyaha caloosha lagu nadiifinayo. Haddii ay sidaas kugu dhacdo, u naso 15-30 daqiiqo, ka dibna isku day in aad cabitaanka sii wado.
- Ka dib marka aad dhameeyso cabitaanka, waxa aad cabi kartaa biyo cad oo kaliya.
- Ku celi talaajadda inta ka soo harta Golytelyka.

Maalinta beeritaanka saxarada ee mindhicirka.

- 8 aroornimo biloow cabitaanka labada liitar (barkii haray ee weelka ku jiray) ee cabitaanka aad diyaarsatay.. Isku day in aad ku cabto koob qaada sideed wiiqiyadood 15kii daqiiqaba ilaa aad ka dhameeyso cabitaanka aad isku dartay. Taasi waxa ay kugu qaadaneysaa labo ilaa sadex saacadood.
- Waa in aad suuliga ka ag dhawaataa ka dib marka aad bilowdo cabitaanka aad isku dartay.
- Dadka qaar baa dareema yalaalugo ama lalabo, dibiro, ama matag inta ay cabayaan biyaha caloosha lagu nadiifinayo.
- Calooshaada ma sameyneyso wax saxaro ah, laakiin biyo midabka jaalaha ah ayaa kaa soconaya.
- Waxa aad cabi kartaa biyo ugu dambeyn laba saacadood ka hor balantaada dhakhtarka.
- Ka fogoow cabitaanka casaanka ama hurdiga ah, caanaha, casiirka boritiinka ah, cabitaan ay alkolo ku jirto, iyo isticmaalka maandooriyayasha. Istickmaalka tani waxa ay keeni kartaa in laga noqdo baaritaanka.
- Daawada aad subixii cunto waxa aad ku kaban kartaa biyo.
- Xusuusnow, ha cunin wax cunto ah oo adag.
- Xusuusnoow in aadan qaadan galabnimada daawooyinka **Vancomycin ama kuwa caabuqa (antibiotics)** ee dhakhtarku kuu qoray. Haddii aanu sidaas ku farin dhakhtarkaaga.
- Waxaa laga yaabaa in aad u baahan tahay in aad siiso waqti ku filan oo aad ku gaarto balantaada maadaama laga yaabo in aad isticmaalka suuliga u baahato oo aad u istaagto.

Fariin/Tilmaamo gaar ah: