



Gooryaan

Waa maxay sideese qof u qaadi karaa gooryaan?

Gooryaanku waa wax inta badan dadku qabaan qof walbana waa uu yeelan karaa. Hase yeeshee, gooryaanku wuxuu kusii badan yahay carruurta marka loo eego dadka waawayn. Gooryaanku dheerarkiisu qiyaas ahaan waa 1 cm, waa cawl waana wax yaryar oo dhaadheer. Waxaa lagu arki karaa saxarada ama aagaga gudaha dabada. Gooryaanku wuxuu ku dhex nool yahay bini'aadamka keliya, mana laga helo tusaale, saxarada xayawaanka ama barafka. Waxaad qaadi kartaa caabuqa, haddii aad ugxanta gooryaanka ood gacanta kusoo qaaday gaarsiiso afka. Calaamadaha lagu yaqaan waa cuncun iyo dabada oo qofka gaduudata. Ilmuhu badanaa wuxuu ku dhibtoodaa inuu seexo wuxuuna xoqaa aagaga dabada.

Nidaamka wareegga gooryaanka

1. Wuxuu qofka kasoo raacaa aagaga tusaale, wuxuu qofku ku qaataa gacmaha wuxuuna gaarsiiyaa afka iyo xiidmayaasha

Ugxanta gooryaanka waxay gaari karaan shukumaanada, go'yaasha sariirta, qalabka carruurta iyo xataa urta xayawaanka. Ugxanta gooryaanka waxay noolaan karaan maalmo badan, xataa asbuucyo.

2. Ugxanta gooryaanka ee xiidhmayaasha

Ugxanta xiidhmayaasha waxay isku badelaan gooryaan qiyaas ahaan hal bil. Muddada gooryaanku noolaan karo qiyaas ahaan waa 1-3 billood.

3. Gooryaanku wuxuu galaa dabada

Gooryaanka dhedigga ah wuxuu wareegaa inta qofku hurdo wuxuuna ku dhex wareegaa ilaa maqaarka dabada ku wareegsan si uu ugu daadiyo ugxamihiisa yaryar kadibna wuxuu dib ugu laabtaa gudaha xiidhmayaasha. Sababo la xariira cuncunka aagaga dabada ayaa xoqmaysa inta qofku hurdo, marka ugxanta gooryaanka galaan dharka, sidoo kale gacmaha, gudaha cidiyaha waxayna sidoo kale si fudud u geli karaan afka. Sidaan marka ay dhacdo ugxamaha (= gooryaan dhalan doona) ayaa sii wadi doonaa inay socdaan. Caabuqu wuxuu kusii jiri doonaa qofka waqti dheer, haddii ugxumuhu mar kale ka soo baxaan aagga futada ayna gaaraan afka kadib marka qofku afka geliyo cidiyaha ama afka hore ee faraha.



Habraacyada daaweynta

Daaweynta caafimaadka

- Daawada Pyrvin oo lagu daaweeyo gooryaanka ayaa laga soo gadan karaa farmashi ayadoon uusan dhakhtar kuu qorin. Raac tilmaamaha ku qoran baakada.
- Marka laga imaado qofka gooryaanka qaba sidoo kale xubnaha qoyska waa inay qaataan daawada isku waqti.
- Gooryaanadu waxay ku dhintaan xiidhmayaasha inta muddada daaweynta lagu jiro, laakiin ugxamadu ma dhintaan waxayna wali isku badeli karaan gooryaan. Sidaas oowgeed waxaa badanaa fiican in daawada dib loo qaato 1-2 asbuuc kadib. Xaaladaan oowgeed daawada gooryaanka waxaa la siiyaa qofka gooryaanka qaba.
- Haddii qofku qabo xaalad gooryaan oo daran dhakhtarka ayaa qofka u qori kara daawooyin la qoro.

Marka laga imaado daaweynta caafimaadka, waxaa la qaadaa tallaabooyin looga hortagaayo caabuqa oo muhiim ah

- Maadaama gooryaanku ku wareegsan yahay aagga dabada, qofku waa inuu sameeyo taxadar qaas ah marka uu dabada iyo gacmaha dhaqaayo.
- Adkee muhiimada ay u leedahay gacmo dhaqida carruurta. Gacmaha waa in si fiican loo dhaqaa ugu yaraan ka dib marka musqusha qofku galo, ka hor cuntada iyo cuntooyinka fudud inta aan la cunin, tusaale ahaan cunto fudud "baradhada yaryar" iyo cetera.
- Cidiyaha ka dhig kuwo gagaaban, nadiifi cidiyaha hoostooda.
- Badel nigisyada, dharka habbeenkii aad ku seexato, shukumaanada, barkimaha iyo marada sariirta inta aad cuneyso daawada. Si toos ah ugu rid mashiinka dharka lagu dhaqo si loo dhaqo oo iska ilaali inaad si aan muhiim ahayn u ruxruxdo.
- Waa wax wanaagsan in la iska badelo nigisyada labo jeer maalintii muddo asbuuc ah.
- Gaar ahaan qolka jifka waa in si fiican loo nadiifiyaa. Bixi hawada ama hawo geli joodariyaasha, bustayaasha iyo barkimooyinka. Hawo sii oo nadiifi sagxadaha iyo gudaha guriga. Nadiifi meelaha gacmaha lagu taabto sida qataarka albaabka iyo meelaha layrarka laga daaro.
- Sidoo kale xusuusnoow nadaafadda musqulaha marka aad nadiifinayso iyo gaar ahaan qataarada musqusha iyo meelaha wax la saarto ee musqusha, meelaha laga daaro layrarka iyo qataarka albaabka.
- Nadiifi miiska aad xafaayada ku badesho kadib marka aad ku badesho xafaayad. Si toos ah u geli xafaayadaha aad badeshay weelka qashinka.
- Nadiifi qalabka carruurta
- Waxaad aadi kartaa xarunta daryeelka ama dugsiga kadib daaweynta koowaad.