## Heeganka carruurta (Isbitaalka cusub ee carruurta, Isbitaalka Jorvi)

**Waxaan qaybtaan heeganka ku daryeeleynnaa dhaawacyada iyo xanuunnada kediska ah ee dhallinyarada iyo carruurta ay da'doodu ka hooseyso 16-ka sano, iyo sidoo kale dhibaatooyinka la xiriira caafimaadka maskaxda, kuwaasoo u baahan daryeel degdeg ah.**

### Heeganka wadajirka ah

Haddii ilmahaagu uu si kedis ah u xanuunsado, meesha ugu horraysa ee lagu daryeelaayo maalmaha shaqada saacadaha u dhexeeya 8-16-ka waa rugta caafimaadka ee ku taalla xaafadda aad degan tahay. Heeganka wadajirka ah wuxuu shaqaynayaa maalmaha shaqada saacadaha u dhexeeya 16–22, sidoo kale wiikendhiga iyo maalmaha fasaxa diimeed waxaa uu shaqaynayaa saacadaha u dhexeeya 8–22.

Heeganka wadajirka ah waxaan ku daryeeleynnaa oo keliya bukaannada u baahan daryeelka degdegga ah, kuwaasoo daryeelkooda aan lala sugu karin inta laga furaayo rugta caafimaadka ee xaafadda ku taalla. Saacadda 22-ka kadib waxaan daryeeleynnaa oo keliya bukaannada sida aadka ah u xanuunsan, kuwaasoo aan daryeelkooda lala sugi karin subaxdii.

Waxaan marwalba qiimayn ku samaynaynnaa xaaladda degdegga ah ee taagan iyo baahida jirta inta ay le'eg tahay. Iyadoo lagu salaynaayo arrinkaas ayaa ilmahaaga waxaa loo dirayaa dhanka kalkaalisada caafimaadka ama dhakhtarka, ama in aad la xiriirto rugtaada caafimaadka ee xaafadda ku taalla, haddii aanu arrinku ahayn mid soo buuxinaaya daryeelkii aasaasiga ahaa ee degdegga u baahnaa.

### Bukaanka ku jira daryeelka khaaska ah

Bukaannada daryeelka khaaska ah ku jira waxaan u adeegeynnaa afar iyo labaatanka saac. Si ilmaha loo keeno isbitaalyaraha heeganka (päivystyspoliklinikka), waxaa uu u baahan yahay in dhakhtarku u soo sameeyo waraaq soo diris ama soo gudbin ah.

## Astaamaha caadiga ah ee hoos ku qoran haddii aad ilmaha ku aragto, uma baahna inaad timaado qaybta heeganka

### Astaamaha hargabka iyo madax-xanuunka

- caabuqa neefsashada sare (iyo qandho ama xummad), markii xaaladda caafimaadka guud ee ilmaha ay wanaagsan tahay, ilmahana aanay hayn wax neef qabasho ama neef adkaan ah
- dhuun xanuun aan lahayn astaamaha guud ama dhibaatada dhanka wax liqitaanka ah
- caabuqa dhagaha (dhaga dillaaca)/dhego-xanuun
- dheecaan dhagta ka socda, oo aan lahayn astaamaha guud
- caabuqa indhaha ee ilmaha ka weyn da'da 3-da bilood
- qufac ama hargab ku dabadheeraaday
- madax xanuun aan lahayn astaamihii kale

### Astaamaha caloosha

- calool xanuunka haya ilmaha caafimaadka qaba, marka uu ilmuhu awoodo inuu wax cabbo, caafimaadkiisa guudna uu fiican yahay
- calool-xanuun marmar ah
- caloolfadhi ama calooltaagni

### Xasaasiyad ama allerjig

- falcelin xasaasiyadeed fudud, oo soo degeysa
- hargab xasaasiyadeed, sanka oo xirma iyo caabuqa indhaha ee xilliga xasaasiyadda faxalku uu kacsan yahay-siitepölykausi-(farmashiyaha ayaad ka helaysaa daawoooyin waxtar xooggan leh oo loogu tallagalay in qofku uu si iskiis ah isugu daryeelo)

### Nabarrada, cambaarta ama jir cuncunka iyo qaniinyada

- dhaawac yar oo soo gaaray jirka ama addimada
- qaniinyada cayayaanka ama shillinta (punkki)
- finanka
- cambaar ama jir cuncunka
- jir cuncunka nooca loo yaqaan (asfaltti-ihottuma)
- qorrax ku gubashada, maqaarka oo casaan ama guduud noqda, oo aan lahayn wax nabarro ama bocoollo ah
- falcelinta maqaarka ee ka timaadda dhirta
- dhaacawa fudud ee xuub-xabeedka afka
- afka oo yeesha boogo (afta tai sammas suussa)

### Murgacasho iyo dhaawacyada

- murgacasho fudud, marka uu ilmuhu awoodo inuu qabto addimadiisa
- dhaawaca gaara farta ama suulka, markii suulka ama fartu ay si caadi ah u dhaqdhaqaaqaayaan, oo aanu dareenku ka tagin.

## Xaggee ayaan caawimaad ka helayaa, marka ilmuhu xanuunsado?

### Rugta caafimaadka

Rugta caafimaadka waa meesha ugu horraysa ee lagu daryeelo dhibaatooyinka caafimaad ee muddada dheer soo socday iyo kuwa degdegga ahba. La xiriir rugta caafimaadka, haddii aad ka welwelsan tahay caafimaadka ilmaha. Hawshaas waxaa ka mas'uul ah aagga nololwanaagga ee magaalada aad deggan yahay ama magaalada Helsinki.

### Adeegga Terveyskylä.fi

Lastentalo.fi waa adeeg ah daryeelka khaaska ah, kaasoo laga helaayo macluumaadka la xiriira xanuunnada carruurta, daryeelkooda iyo u diyaargarowga daryeelka. www.terveyskyla.fi/lastentalo

## Gargaarka degdegga ah 116117 (lacag la'aan)

Ka hor inta aadan tegin heeganka, waxaad wacdaa lambarka gargaarka degdegga ah ee ka caawinta dhibaatooyinka caafimaad ee degdegga ah, waana 116117. Kalkaaliyayaasha gargaarka degdegga ah ayaa telefoon ahaan qiimayn ku samaynaaya baahida daryeel iyo sida ay tahay xaaladda degdegga ah ee markaa taagan, waxay kugu hagayaan goobta daryeelka ee saxda ah ama kugu habboon, waxaana ay kuu sheegayaan, sida ugu dhakhsaha badan ee ay tahay inaad daryeelka u raadsato. Haddii aan nahay heeganka wadajirka ah waxaan qiimaynaynnaa baahida daryeel iyo xaaladda degdegga ah ee taagan. Haddii ay kugu filan tahay inaad adigu isdaryeesho, waxaa lagu siinayaa hagista daryeelka ee kugu habboon.

## Lambarka degdegga ama emerjensiga 112

Xaaladaha degdegga ah (tusaale. adkaanta neefsashada ee aadka u daran, nabar dhiig badan ka socdo, ilmo jiiraggo' ama muruq go' hayo oo isku soo kogaaya) waxaa la wacayaa lambarka emerjensiga 112. Kalkaaliyayaasha caafimaad ee gargaarka degdegga ah ayaa qiimeyn ku samaynaaya baahida daryeel ee jirta, waxaana ay bukaanka u kaxaynayaan goobta daryeel ee ku habboon.