

Isbitaalka ama Xarumahooda



Shaqaalaha xirfadaha xanaanada caafimaadka waxey ku hawlanyihiin sidey ku bixiyaan daryeelka ugu sareeya ee suura galka u ah bukaanka.

Minnesota waxaa waddanka looga yaqanna iney tahay hormoodka xagga badbaadinta bukaanka, hase ahaate bacdamaa xanaanada caafimaadku arrin dhib badan, qaladaad ayaa dhici kara. Sida ugu fiican ee looga hortago qalad ka yimaada arrimaha caafimaadka waxey tahay inaad si firfircooni ah uga mid ahaatid xubin ka muuqata kooxda xanaanada caafimaadka. Kana qeybqaadatid go'aamada iyo intuu karaankaaga gaarayo ka baratid waxa ku saabsan xanaanada iyo fursadaha daaweynta. Su'aalo weydii. Kooxdaada xanaanada caafimaadku waxey meesha u joogan inuu caafimaadkaagu fiicnaado.

■ Qof ku wehliya la imow.

Soo wado qaraabo ama saaxiib aqoon u leh taariiqda caafimaadkaaga isla markaasna awood u leh inuu su'aalo weydiyo. Tani waxey kaa caawin kartaa in si xaqiqa ah loo helo daryeelka ugu fiican ee suuro galka ah. Xubanaha qoyska waxaa laga helayaa tageerada iyo wehelka loo baahanyahay si loogu noqdo caafimaad fiican.

■ Daawoyinka Keen.

Waxaad keenta dhammaan daawoyinka aad isticmaashid ama liiska dawooyinka lagugu siinaya ballamada caafimaadka lagaaga qaaday. Liis su'aalo soo diyaarso, iyo waxaa uu yahay muraadka aad ka leedahay booqashadaada.

■ Hadal iyo Dadaal muuji.

- **La wadaag wargelinta caafimaadka.** Meel ku qoro wargelinta muhiimka ah markastana qaado. Meel ku hayso tariiqda caafimaadka, booqashada xafiisyada, iyo isticmaalka daawada. Wargelinta caafimaadka waa iney ka mid ahaadaan xasaasiyadaha iyo magacyada, cinwaannada iyo nambaradda telefoonnada xanaane bixiyaasha caafimaadka kuwooda ugu muhiimsan.
- **Hubi inaad fahamtid qorshaha daaweynta.** Kaaliyaha ama dhaqtarka weydii iney kuu fassiraan wixii tijaabo ee soo baxa iyo qorshaha daaweynta. Haddeysan waxba kuu kala caadeyn, hadal oo su'aalo weydii.
- **Hubso inaad garanaysid nooca daawada aad qaadaneysid.** Hubi inaad aqoon u leedahay waxa loo dalbay daryeelkaaga. Su'aalo weydii haddii ay kula tahay iney daawadu ka duwantahay tii hore.

- **Gacmaha iska dhaq.** Bukaanka, xubnaha qoyska iyo xanaanabixiyaasha waa iney had iyo jeer gacmaha iska dhaqaan si looga hortago cudurrada faafa.
- **Aqoon u yeelo qofka xanaanada maamula.** Hubso inuu qof, sida dhaqtarkaaga gaarka, uu ma'uul ka yahay daryeelkaaga ama xubnahaaga qoyska. Tani waxey muhiim u tahay isbitaalka ama jirto xaalad jirra oo dhib badan. Weydii hadduu dhaqtaarkaaga gaarka uu joogo rugta isbitaalka.

■ Meel wax ku qoro.

Meel ku qoro su'aal kastoo ku saabsan xaaladda bukaanka, daaweynta, xarumaha caafimaadka laysaga qaado iyo isbitaallada la seexo. Meel ku qoro waxa ku saabsan waxa aad ka baratay xanaanabixiyahaaga. Dhammaadka booqashadaada aad ku tagtay xarunta caafimaadka ama isbitaalka, wargelin qoraal wadata weydiiso, waxana ka mid ah wargelinta ku saabsan daaweynta, daryeelka layska rabo iyo qorshahaaga daaweynta ah.

■ Isu diyaarinta qalliinka.

- **Su'aalo weydii.** Intaan lagu qalin, dhaqtarka iyo kaaliyaha kala hadal waxkastoo ku quseeya.
- **Kala hadal nidaamka wax loo qabanayo.** Hubi inaad adiga, dhaqtarka iyo dhaqtarka qalliinka aad heshiis ku tihin ayna idiin caddahay waxa loo baahanyahay iney dhacaan iyo sida wax loo qabanayo.
- **Goobta calaamee.** Hubi meesha jirkaaga ah ee la qalayo iney si fiican u calaameysantahay.



■ Feejignow

“Waxaan wax ka ogeyn layguma sameynayo.” Hubi inaad tillaabo kasto laa qaadayo inaad ka warqabtid. Haddey wax qalad kula yihiin, ka hadal.

Intaad awoodi kartid ka baro.

Adigey kugu xirantahay inaad ka siiyaadsatid intaad awoodi kartid kuna saabsan xanaanada iyo daaweynta. Sida ugu muhiimsan oo aad kaga hortagi kartid qalad caafimaad waxey tahay adigoo noqda qof dadaalaya ahna xubin ka tirsan kooxda daryeelka. Tani macnaheedu waa inaad ka qeybqaadatid go'aan kastoo ku saabsan xanaanada caafimaadka.

Daaweynta

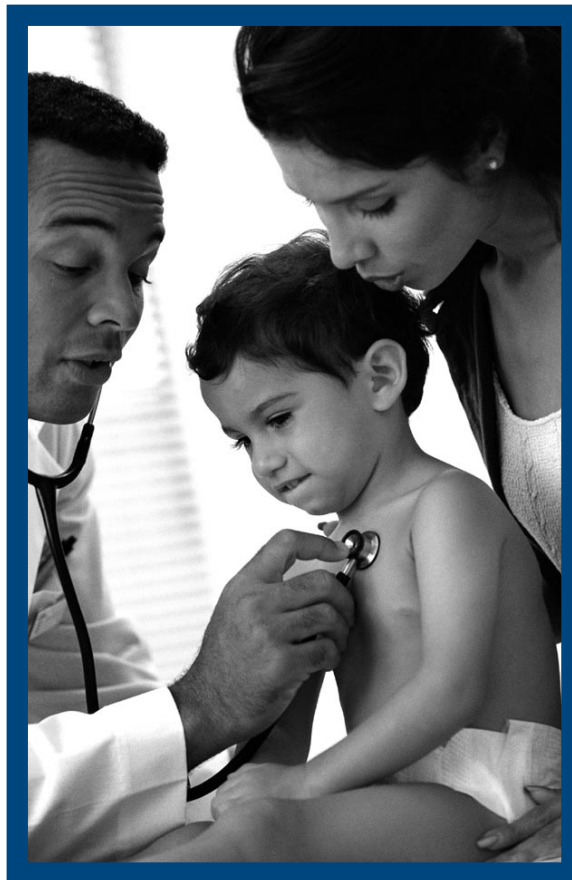
■ Weydii dhaqtarka iyo farmajistaha waxa ku saabsan daaweynta.

Raadi magaca, waxtarka, iyo waxa xasaasiyo ama dhibka ka imaan kara haddii lala qaato dawoyin kale ama raashin/ sharaab.

- **Waa maxay waxaan?** Hubi inaad aqoon u leedahay magaca iyo midabka daawada. Daawada ku qaado meel iftiin wacan leh.
- **Maxaa loo qaata?** Hubi inaad garatay sababta daawada loo qaadanayo.
- **Sideen u qaata?** Weydii dhaqtarkaaga ama farmajistaha in lagu fasiro sida daawada loo qaadanayo iyo inta jeer ee la qadaanayo.
- **Maxaa layga rabaa inaan iska ilaaliyo?** Weydii waxa laga filayo in laga helayo iyo waxa aay yihiin dhibaatooyinka ka imaan kara.
- **Si fiican u hubi daawada lagu soo qoro.** Intaadan farmashiyaha ka tegin, iska eeg oo hubi iney tahay midda adiga lagu diyaariyay. Waxkasto iska hubi intaadan farmashiyaha ka bixin, maxaa yeelay farmashiyeyaasha dib uma qaataan daawo horey looga iibsaday.

■ Ka hadal xasaasiyad hore ama wixii kaaga yimid.

Hubi iney dhaqaatiirta, kaaliyaasha iyo farmajistayaasha iney ogaadaan waxkastoo ku saabsan xasaasiyada iyo dhibka ka imaanaya daawada aad adiga ama goyskaaga laga yaabo iney qabaan.



■ Daawadaada soo qaado.

Soo qaad dawooyinka iyo liiska ballankastoo caafimaad. Ku dar daawada aad caadi dukaamada uga iibsan kartid, daawo dhireedka, ama dawooyin laysku caateeyo. Daawooyinkii horena iska tuur.

Tarjumka waxaa soo diyaarisay Minnesota Department of Human Services Limited English Proficiency Program.

Minnesota Alliance for Patient Safety (MAPS) waxaa la aasaasay sanadkii 2000 waana iskaashato ka dhexesya Iskaagshiga Isbitaalka Minnesota, Minnesota Medical Association iyo Minnesota Department of Health. MAPS waxey ka koobantahay isbiirsi gaarahaaned iyo mid dawladeed oo gobolkana ku fidsan, wuxuuna kaloo ka koobanyahay in ka badan 50 ururo xanaano caafimaad ee Minnesota oo isugutagay iney hagaajiyaan hawlaha ku taxluqa badbaadinta marka la fidinayo xanaanada caafimaadka.

Tirxraacyada:

Agency for Healthcare Research and Quality

"20 Tips To Help Prevent Medical Errors"

Institute for Safe Medication Use

"Safety Alerts"

Massachusetts Coalition for the Prevention of Medication Errors

"Your Role in Safe Medication Use"

Minnesota Alliance for Patient Safety
"A Call to Action: Roles and Responsibilities for Assuring Patient Safety"

Codsashada koobiyaasha buugan yar ama wara dheeraad ah la soo xariir:

MAPS oo laga helo Iskaagshiga Isbitaalka Minnesota

2550 University Avenue West, Suite 350 South

St. Paul, MN 55114

(651)641-1121 or (800)462-5393

www.mnpatientsafety.org

© 2002 The Minnesota Alliance for Patient Safety. Xaqa oo idil u leh.

■ Badbaadada Bukaanka: Waajibkaaga

