

# Xiiqda aad qabto ma la xakameyn karaa?



## FAHAM XIIQDA KU HAYSO.

**Xiiqda waxaa keena marin-haweedka sambabadaada oo barara. Qaabab kala duwan ayay dadka u saameyn kartaa, astaamuhuna way isbeddeli karaan muddo kadib. Xiiqdu waa xaalad muddo-dheer jirta oo u baahan daawayn joogto ah, gaar ahaan neef-siiyeyaasha la nuugo, si looga hortago astaamaha maalinlaha ah iyo si loo yareeyo inaad qaado xiiqda.**

Astaamahaaga xiiqda waa inaysan faragelin hawl-maalmeedkaaga. Haddii aad isku aragto astaamaha xiiqda markaa waa inaad la hadashaa kooxdaada xiiqda. Dadka qaarkood waxay qabaan xiiq 'daran', taasoo aan lagu daaweyn karin daawaynada caadiga ah waxayna u baahan tahay inuu daaweeyo khabiir ku takhasusay xiiqda

## WAA MAXAY XIIQDA AAN LA XAKAMEYN KARIN?

Xiiqda aan la xakameyn karin waxay la macno tahay in qofka ay ku adkaato neefsashada oo uu halis ugu jiro kicida neefta ama xiiqda nafta halis gelin katra. Calaamadaha lagu garto inaad qabto xiiq aan la xakameyn karin waa:

- > Habeenkii oo aad soo kacdo astaamaha xiiqda awgood
- > Qaadida astaamaha xiiqda 3 jeer ama ka badan toddobaadkii
- > Isticmaalka neef-fududeeyahaaga 3 jeer ama ka badan isbuucii
- > Inay xiiqda kuu qabato si joogto ah ama leedahay caabuqyada laabta



Haddii ay dhibaato kaa haysato xakamaynta astaamaha xiiqda, waa inaad la hadashaa kooxdaada xiiqda. Waxaa laga yaabaa inaad u baahato daawaynta xiiqda oo cusub ama daaweyno kale inay wehliyaan daawooyinkaaga caadiga ah ee xiiqda. Kooxdaada xiiqda ayaa kaala hadli doona xulashooyinka daawaynta ee kuu fiican, waxa la sameeyo haddii astaamahaaga xiiqda ka sii daraan waxayna ku siin doonaan qorshe hawleed la gaar yeelay oo qoran.

## MAXAAD SAMEYN KARTAA?

Hubi inaad isaga baarto xiiqda si joogto ah, sida caadiga ah sannadkiiba mar adoo u maraya kooxdaada xiiqda. Waa inaad sidoo kale isticmaashaa qalabka neefta laga qaato ee xiiqda aad qabto maalin kasta sida dhakhtarku kuu qoray, cun cunto caafimaad leh oo si joogto ah u jimicso si ay kaaga caawiso xakamaynta xiiqdaada

Sidoo kale la hadal kooxdaada xiiqda, **waxaad sidoo kale isticmaali kartaa qalabka Xiiqda ee Boqortooyada Ingiriiska (UK)** (eeg gujoraaca hoose) si aad si fiican ugu fahamto xiiqda aad qabto oo aad u ogaato inay tahay inaad kala hadasho kooxdaada xiiqda wax ku saabsan in lagu guddiyo takhasuslaha.

Markaad si fiican u fahamto xiiqda aad qabto, iyo ogaato in la xakameyn karin, waxaa jira xulashooyin kuu diyaar ah oo kaa caawinaya inaad xiiqda aad qabto hoos u dhigto.



**Wixii macluumaad dheeraad ah, fadlan booqo:**  
[www.asthma.org.uk/advice/severe-asthma/could-you-have-severe-asthma/](http://www.asthma.org.uk/advice/severe-asthma/could-you-have-severe-asthma/)

Asthma Biologics patient leaflet – Somali v1 11.04.22

## KU DAAWEYNTA XIIQDA NOOLAHA

Haddii lagu guddiyo dhakhtarka takhasuska leh ee jooga isbitaalka, waxaa laga yaabaa inaad u-qalanto ku daaweynta xiiqda noolaha. Kuwaan waxaa inta badan lala sameeyaa daawaynadaada xiiqda ee maalinlaha ah. Waxay kaa yareeyaan astaamaha xiiqda iyo xiiq qabashada iyagoo xannibaya marin-haweedyada iyo unugyada jirka ee horseeda bararka sambabada iyo xiiqda aan la xakamayn karin.

## MAXAY TAHAY INAAD SAMEYSO MARKA XIGA?

Haddii aad leedahay astaamaha xiiqda ama ay xiiq ku qabato, inkastoo aad martay daawaynada xiiqda ee dhakhtarku kuu qoray waxaa laga yaabaa inaad qabto xiiq daran.

**La xiriir kooxdaada xiiqda maanta si aad ugala hadasho waxa la samayn karo si lagu caawiyo. Waxaa jiri kara daaweyno kale oo kaa caawin kara inaad maareyso xiiqda aad qabto.**



**ACCELERATED  
ACCESS  
COLLABORATIVE**