Gynaecologie

Dib u dhiska kintirka kadib gudniinka (Somalische vertaling)

Buugan wuxuu ka war bixinayaa macluumaad ku saabsan dib u dhiska kintirka kadib Gudniinka Gabdhaha . Tani sidoo kale waxaa loo yaqaanaa 'qalliin dib u soo celin'. Buugan waxaan si gaar ah diiradda u saareynaa geeddi-socodka qalliin. Laga soo bilaabo 2010, qiyaastii 50 haween ah ayaa qalliinkan lagu sameeyay gudaha Nederland. Caalamka oo dhan, waxaa qalliin dib u soo celin ah sameystay in ka badan 10,000 haween ah.

Amsterdam UMC waa xarunta khibradda u leh Gudniinka Gabdhaha gudaha Nederland. Halkaan, waxaad ka heli kartaa talooyin iyo daaweyn ama qalliin haddii loo baahdo.

Fiiro gaar ah: Dib u dhiska kintirka ma ahan mid la mid ah furfuridda (defibulatie).

Furfuridda (defibulatie) waxaa lagu ballaariyaa furitaanka xubinta taranka. Haweeney soo martay nooca ugu daran ee Gudniinka Gabdhaha ah (infibulatie) ayaa markaa dib loo "furaa". Tani waa wax ka duwan dib u dhiska kintirka.

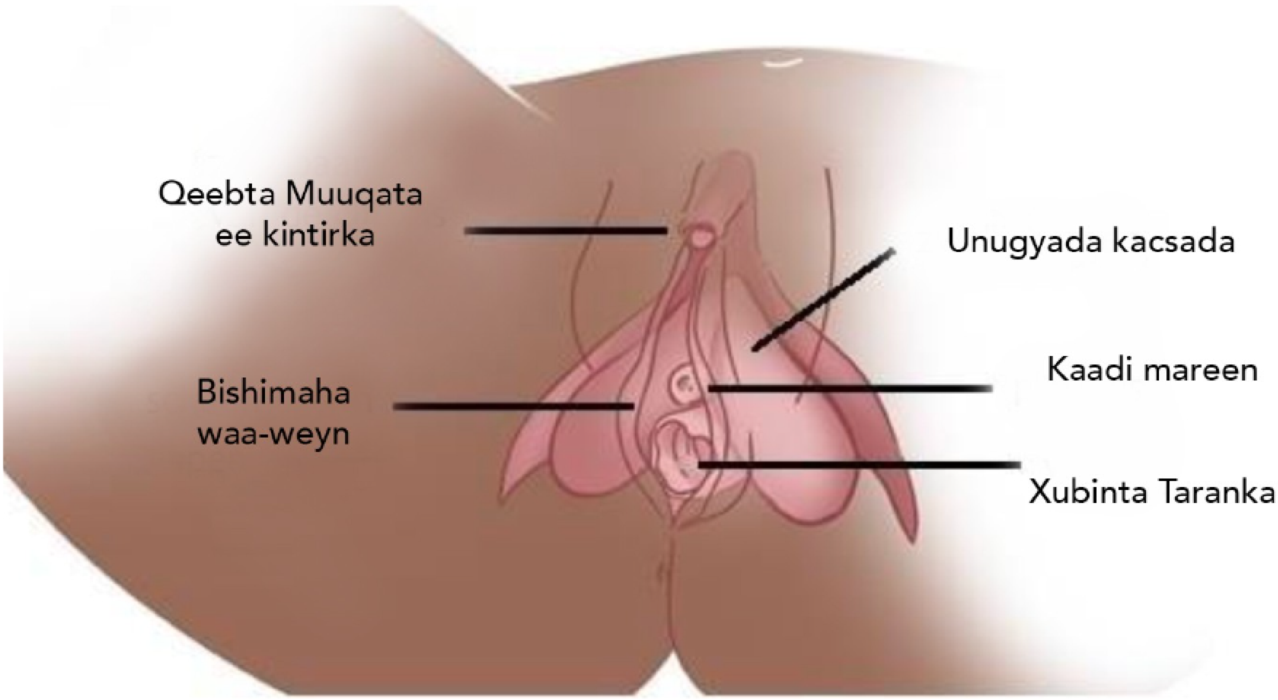
Qalliinku wuxuu loogu talagalay ?

Qalliinka dib u soo celinta wuxuu si gaar ah loogu talagalay dumarka la guday.

Kintirka

Ma leeyihiin dumarka la guday kintir?

Haa, dumarka la guday weli way leeyihiin kintir. Kintirku wuu ka weyn yahay 'qaybta sare' ee dibadda ka muuqata. Qaybta ugu weyn ee kintirka waxay ku jirtaa gudaha jirka (eeg sawirka). Inta lagu guda jiro gudniinka, waxaa la gooyaa qaybta kintirka ee muuqata, balse inta kale way badbaaday oo way sii jirtaa. Inkastoo dibadda aan laga arki karin, haddana kintirku weli wuu ku jiraa gudaha.



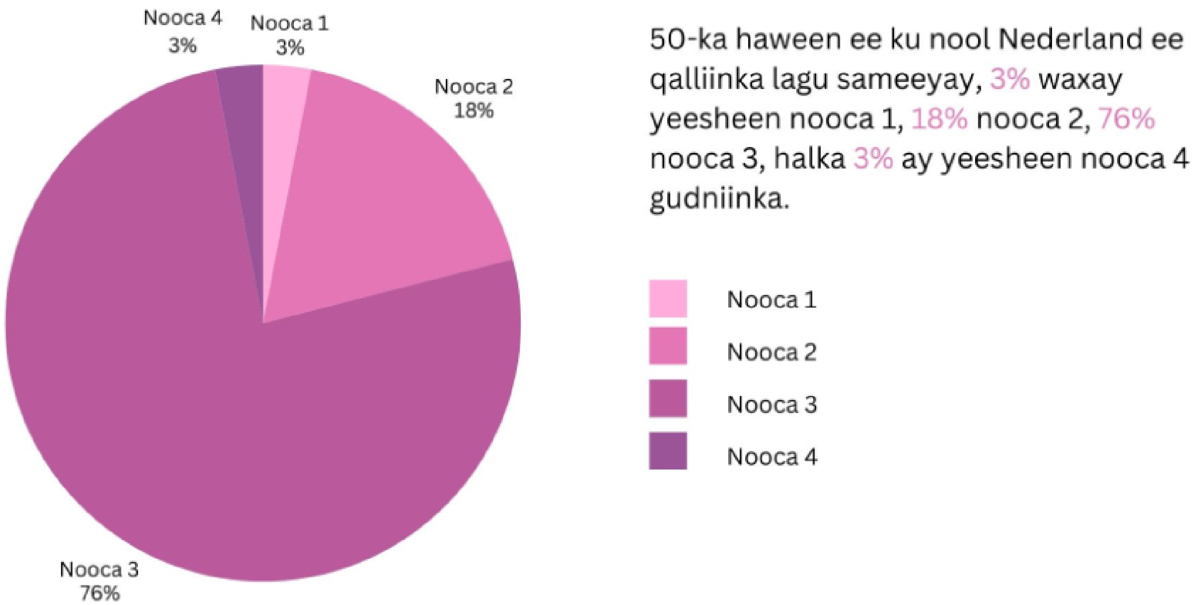
Waa maxay noocyada Gudniinka Gabdhaha?

<u>Hay'adda Caafimaadka Adduunka (WHO) waxay qeexdaa 4 nooc oo Gudniinka :</u>
NOOCA l
Ka saarista qayb ahaan ama gebi ahaanba (qaybta muuqata ee) kintirka, ama xaalado gaar ah oo lagu saaro keliya maqaarka ku wareegsan kintirka (clitoridectomie).

NOOCA ll
Ka saarista qayb ahaan ama gebi ahaanba (qaybta muuqata ee) kintirka iyo faruuraha yaryar, iyadoo la raaci karo ama aan la raacin ka saarista faruuraha waaweyn (excisie).

NOOCA III
Yaraynta ama xiritaanka furitaanka xubinta taranka iyadoo la gooyo oo la isku tolo faruuraha yaryar iyo/ama faruuraha waaweyn, iyadoo la raaci karo ama aan la raacin ka saarista kintirka (infibulatie).

NOOCA IV
Dhammaan falalka kale ee waxyeellada u geysta xubnaha taranka dumarka ee aan ujeeddo caafimaad lahayn, sida durista, daloolinta, jeexista, xoqidda, iyo gubidda.



" Waxaan doonayaa inaan mar kale dareemo inaan haweeney ahay. Waxaa la iga qaaday wax muhiim ah, waxaana doonayaa inaan dib u helo. Waan dareemayaa inaanan dhammaystirnayn."

Qalliinka

Waa maxay qalliinku?

Dib u dhiska kintirka waxaa lagu sameeyaa iyadoo kintirka qoto dheer ku jira jirka lasoo saarayo. Dhakhtarka qalliinka wuxuu marka hore ka saaraa unugyada nabarada ee ka dhashay gudniinka. Kadib, kintirka ayaa la soo saaraa, loona dhigaa boos cusub oo lagu tolo. Mararka qaar, kintirka waxaa lagu daboolaa xuub difaac ah oo laga soo qaado gudaha xubinta taranka.

Ma samayn karaa dhakhtarka haweenka faruuraha xubinta taranka?

Haa, waa la samayn karaa. Mararka qaar, dhakhtarka qaabilsan qalliinka qurxinta jirka (plastic surgeon) ayaa si wadajir ah ula shaqeeya dhakhtarka haweenka si loo sameeyo faruuraha cusub. Dhakhtarka qurxinta wuxuu isticmaalaa cad maqaar ah si uu u sameeyo faruuraha. Si kastaba ha ahaatee, haweenka intooda badan waxay doortaan in la sameeyo keliya dib u dhiska kintirka, ma aha faruuraha.

Kintirku ma u ekaan doonaa sidii kintir caadi ah qalliinka kadib?

Dhakhtarka qalliinka wuxuu isku dayayaa inuu kintirka u soo celiyo qaab u dhow kan dabiiciga ah. Si kastaba ha ahaatee, marnaba lama gaari karo 100% isku mid. Had iyo jeer waxaa jiri doona nabar muuqda.

Ma jiraa xaddidaad da’ ahaan qalliinka?

Maya, da'da kama hor istaagayso qalliinka dib u soo celinta. Dhammaan haweenka da'doodu ka weyn tahay 18 sano waa loo oggol yahay.

Qalliinka miyaa la i seexin doonaa?

Haa, waxaa lagu talinayaa in lagu sameeyo suuxdin buuxda (narcose). Tani waxay kaa caawinaysaa inaadan dareemin xusuusta gudniinka mar kale. Haddii kale, waxaa suuragal ah in la doorto suuxdin qeyb ahaan ah (ruggenprik). Waxaa lagu siin doonaa ballan aad kula kulanto dhakhtarka suuxinta si aad ugala hadasho arrintan oo aad su’aalo u weydiiso.
Qalliinku intee ayuu soconayaa?
Qalliinka dib u soo celinta waa hawl fudud oo qaadata qiyaastii 45 daqiiqo ilaa 1 saac. Haddii dhakhtarka sidoo kale sameeyo faruuraha yaryar, qalliinku wuu sii dheeraanayaa: qiyaastii 1.5 ilaa 2 saacadood.
Ma la sawiri doonaa?
Haa, sawirro ayaa la qaadaa kahor iyo kadib qalliinka dib u soo celinta. Sawirradaas si qarsoodi ah ayaa loogu kaydiyaa faylkaaga caafimaad.
Qalliinka ma igu soo celin doonaa dareenkii kintirka?
Tani marna laguma dammaanad qaadi karo. Dareenka galmada waxaa saameeya arrimo nafsi, bulsho, iyo dhaqan. Cilmi-baaris waxay muujisay in haweenka intooda badan ay dareemaan horumar xagga raaxada kintirka ah qalliinka kadib.

> **"Qayb ka mid ah dumarka lama qalo (ama si degdeg ah looma qalo) sababtoo ah, tusaale ahaan, waxay leeyihiin rajo aan suurtagal ahayn oo ku saabsan natiijada qalliinka ama waxaa jira dhibaatooyin nafsi ah oo u baahan in marka hore la daaweeyo.."**

Kintirkayga ma i xanuuni doonaa qalliinka kadib?

Haa, kintirkaaga waxuu dareemi karaa xasaasi aad u sareeya qalliinka kadib. Sidoo kale, nabarka ayaa xanuun keeni kara.

Ma jirtaa khatar la xiriirta dhibaatooyin qalliinka kadib?

Haa, sida qalliinnada kale oo dhan, waxaa jirta khatar iyo dhibaatooyin la xiriira qalliinka. Cilmi-baaris waxay muujisay in 5% ilaa 15% qalliinnada ay dhibaatooyin ka dhashaan, sida caabuq, dhiig-bax, furitaanka tolmada, ama qandho yar. Dhibaatooyinkaan fudud badanaa si dabiici ah ayay u baaba'aan waqti kadib. Si gaar ah mararka qaarkood waxaa loo baahan karaa qalliinka labaad.

Maxay dumarku u rabaan qalliinka dib u soo celinta?

Cilmi-baaris waxay muujisay in haweenka intooda badan ay rabaan inay dareemaan haweeneynimo buuxda. Waxa kale oo ay rabaan inay horumariyaan awooddooda galmada oo ay yareeyaan xanuunka (inta lagu jiro galmada).

Dumarku ma ku qanacsan yihiin qalliinka?

Dumarka badankood waxay dareemaan isbeddel togan. Waxay dareemaan haweeneynimo dheeraad ah, kalsooni badan, xanuun yar, iyo raaxo badan inta lagu jiro galmada. Waxay aad ugu

farxaan inay qalliinka sameeyaan. Si kastaba ha ahaatee, waxaa jira haween qaarkood oo ka niyad jaba natiijada qalliinka.

Tallaabooyinka Qalliinka Dib U Soo Celinta

1. <u>Dhakhtarka Guud:</u>
Marka hore, la hadal dhakhtarkaaga guud (GP) si aad ugala hadasho rabitaankaaga qalliinka dib u soo celinta. Dhakhtarkaaga wuxuu ku siin doonaa warqad tixraac ah. Haddii ay kugu adkaato inaad dhakhtarka la hadasho, waxaad si toos ah ula xiriiri kartaa isbitaalka annaga, waana kuu fikiri doonaa sida aad ugu heli lahayd daryeel.

2. <u>Waraysiga Hore (Intake):</u>
Ka hor qalliinka, waxaa lagu sameyn doonaa dhowr waraysi. Dhakhtarka haweenka (gynaecologist) wuxuu ku weydiin doonaa rabitaankaaga iyo rajooyinkaaga. Waxa kale oo uu weydiin doonaa su'aalo la xiriira xaaladdaada nafsi, galmo, iyo caafimaad jireed. Inta lagu guda jiro waraysiga, waxaa laguu sharixi doonaa suurtagalka qalliinka.
Waxaa laga yaabaa in laguugula taliyo in qof muhiim ah (sida turjumaan ama qof ku garab jooga) uu joogo si uu kuu taageero ama kuu turjumo haddii loo baahdo. Haddii aad rabto inaad kaligaa la kulanto ama turjumaan uusan lagama maarmaan kuu ahayn, taasi adiga ayay ku xiran tahay.

3. <u>Baadhitaanka Jirka:</u>
Waxaa lagugu sameyn doonaa baaritaan jirka ah. Dhakhtarku wuxuu sharxi doonaa wixii uu arkay, inta badan isagoo adeegsanaya muraayad si aad u fahamto. Haddii aad su'aalo qabto, si farxad leh ayaa loo sharraxi doonaa.

4. <u>La-tashi Xagga Khabiirada Kale:</u>
Haddii aad qabto dhibaatooyin nafsi, jireed ama galmo, waxaa laguugu samayn doonaa ballan gaar ah oo lala yeesho takhasusle xagga galmada (seksuoloog) iyo/ama cilmi-nafsiga (psycholoog). Waraysiga hore kadib, waxaa lagu go'aamin doonaa haddii qalliinka iyo taageerada caafimaad ay isku mar bilaabmaan.

5. <u>Qiimeynta:</u>
Waxaa lagu ogeysiin doonaa haddii aad u qalanto qalliinka. Mararka qaar, qalliinku uma noqonayo xalka ugu habboon xilligan.

6. <u>Ogolaanshaha La Ogaaday (Informed Consent):</u>
Ka hor qalliinka, waxaa laguu sharixi doonaa fursadaha, xaddidaadaha, iyo khataraha la xiriira qalliinka. Kadib, adiga ayaa ogolaansho rasmi ah bixin doona.

7. <u>Ka Qaybgalka Cilmi-baarista:</u>
Waxaa lagu weydiin doonaa haddii aad rabto inaad ka qaybgasho cilmi-baaris lagu horumarinayo daryeelka haweenka. Qalliinka la xiriira cabashooyinka galmada ama nafsi ahaan, hadda waxaa lagu sameeyaa keliya haweenka ka qaybqaata cilmi-baaristan. Cilmi-baaristu waxay hubinaysaa in qalliinku keeni karo natiijooyin la mid ah kuwa cabashooyinka jirka.

8. <u>Qorsheynta Taariikhda Qalliinka & La-tashi Suuxinta:</u>
Qalliinka ayaa la qorsheyn doonaa. Waxaa laguu sameyn doonaa ballan aad la kulmi doonto dhakhtarka suuxinta (anesthesist) si aad uga wada hadashaan habka suuxinta, sida suuxinta buuxda (narcose) ama suuxinta qeyb ahaan (ruggenprik).

9. <u>Qalliinka:</u>
Qalliinka badanaa waxaa lagu sameeyaa iyadoo la isticmaalo maalmo lagu daaweynayo (day treatment). Inta badan, isla maalintaas ayaad guriga aadi doontaa. Haddii sidoo kale la sameeyo

faruuraha yaryar, waxaa laga yaabaa inaad hal habeen cisbitaalka joogto. Fadlan qorshee si qof kuu soo qaado qalliinka kadib.

10. Soo Kabashada Qalliinka:

Qalliinka kadib, waxaa lagu siin doonaa buug yar oo sharxaya xeerarka iyo talooyinka la xiriira soo kabashada. Fadlan si fiican u akhri. Jirku wuxuu u baahan doonaa waqti uu kusoo kabto, waxaana muhiim ah inaad nasato inta ugu badan. Waxaa laguu qori doonaa daawooyin xanuun baabi'iya (painkillers). Waqtiga bogsashada qalliinka inta badan waa 6 ilaa 12 toddobaad, laakiin wuu kala duwanaan karaa qof walba.

11. Kormeerka (Kontroolka):

Waxaad dib ugu soo noqoneysaa cisbitaalka si laguu kormeero 1 toddobaad kadib iyo mar kale 3-4 toddobaad kadib. Dhakhtarka wuxuu sidoo kale ku arki doonaa 3 bilood kadib, 6 bilood kadib, iyo hal sano kadib qalliinka.

Doorka Qofka Muhiimka ah/Turjumaan/Lammaane:

Waxaa muhiim ah in aad dareento in laguu dhageysto, laguu garab istaago, oo aad ammaan dareento marka aad ku jirto qolka latashiga caafimaad. Mar walba waad la imaan kartaa lammaanahaaga (partner), mararka qaarna waxaa faa'iido leh in aad qabsato qof muhiim ah (sleutelpersoon). Qofka muhiimka ah waa xirfadle tababaran oo kugu taageeri kara.
Qofka muhiimka ah wuxuu inta badan kugu wehliyaa ballamaha muhiimka ah, sida wareysiga hore (intake). Badanaa, wuxuu la wadaagaa asalkaaga dhaqankaaga, wuxuuna ku hadlaa luuqaddaada hooyo. Doorkiisa waxaa ka mid ah:

1. Wacyigelin, Taageero, iyo Hage: Qofka muhiimka ah wuxuu ku siin karaa taageero nafsi ah inta lagu jiro ballanta.Tani waxay noqon kartaa inuu ku dejiyo, kugu dhiirrigeliyo inaad si furan ula hadasho dhakhtarkaaga, iyo inuu ku hagayo geeddi-socodka qalliinka oo dhan.
2. Dhexdhexaadiye: Adiga iyo dhakhtarkaaga waxaa laga yaabaa inaad ka timaadeen asallo dhaqameed kala duwan.Qofka muhiimka ah wuxuu fahmi karaa dhaqamada labadiina dhinac, wuxuuna sharxi karaa kala duwanaanshaha (macnaha iyo nuuxuusta) si looga fogaado isfahan la'aan.

Turjumaan:Mararka qaar, haddii aadan si fiican u fahmin Dutch ama English, waxaa laga yaabaa in turjumaan loo baahdo. Xaalado qaarkood, qofka muhiimka ah (sleutelpersoon) ayaa noqon kara turjumaan rasmi ah. Mararka kale, waxaa la diyaarin karaa turjumaan telefoon ama mid si toos ah joogta. Waxaan isku dayeynaa in turjumaanku haweeney noqoto, balse mar walba lama heli karo.
Waa muhiim inaad kalsooni buuxda ku qabto qofka muhiimka ah (ama turjumaanka). Tani waxay yareynaysaa walbahaarka, waxayna fududeynaysaa isgaarsiinta adiga iyo dhakhtarkaaga. Haddii aadan dareemin nafis, fadlan si toos ah u sheeg. Waan ku caawin karnaa oo ku taageeri karnaa arrintaas.

Soo Kabashada Qalliinka (Hersteltraject)

Intee in le'eg ayaan cisbitaalka sii joogi doonaa?

Qalliinka badanaa waa mid maalmo lagu sameeyo (day treatment). Waxaa lagu qali doonaa subaxdii, galabtiina guriga ayaad ku laaban doontaa. Haddii sidoo kale faruuraha yaryar dib loo dhiso, dumarka qaarkood waxay hal habeen sii joogaan cisbitaal.

Intee in le'eg ayaan nasanayaa?

Nabarka qalliinka wuxuu u baahan yahay nasasho buuxda muddo hal toddobaad ah. Waa inaad toddobaadka ugu horreeya aad u nasataa intii suuragal ah. Waxaad sameyn kartaa hawlo fudud sida shaah samaynta ama qubays fudud. Laakiin ha sameyn: aadista dukaanka , soo qaadista carruurta, baaskiil wadista, cunto karinta, dabaasha, ama ku qubayska biyaha fadhiya. Toddobaadyada xiga, si tartiib tartiib ah u bilaaw hawlahaaga maalinlaha ah. Iska ilaali shaqo culus ugu yaraan 6 toddobaad. Haddii suurtagal ah, caawinaad weydiiso hawlaha guriga.

Daawooyin ma heli doonaa?

6-da toddobaad ee ugu horreeya qalliinka kadib, nabarku wuxuu noqon karaa mid xasaasi ah oo xanuun leh, gaar ahaan markaad kaadeyneyso ama soconeyso. Waxaa laguu qori doonaa daawooyin xanuun baabi'iyaal ah (painkillers) iyo mararka qaar dhoobo (cream). Waa muhiim inaad hubiso inuusan kintirku qalalin. Nadiifi nabarka si taxaddar leh.

Muddo intee le'eg ayuu bogsashada qaadanayaa?

Bogosho buuxda badanaa waxay qaadataa 6 ilaa 12 toddobaad. Waqtiga saxda ah wuu kala duwanaan karaa qof walba.

Goorma ayaan dib u bilaabi karaa galmada?

Waxaa lagugula talinayaa inaadan galmo sameyn ilaa nabarku si buuxda u bogsado, taasoo ah 6 ilaa 12 toddobaad kadib.

Goorma ayaan la xiriiri karaa isbitaalka? (Calaamadaha Khatarta)

- Haddii aad dhib ku qabto kaadida: kaadidu aysan soo bixin, aad xanuun badan tahay, ama ay ur xun leedahay.
- Qandho (38.5°C ama ka sareeya).
- Nabarka oo si lama filaan ah u xanuun badan.
- Nabarka oo casaan ah ama barar.

Goorma ayaan ku laabanayaa cisbitaalka kormeer?

1 toddobaad iyo 3-4 toddobaad kadib qalliinka, waxaad ku laaban doontaa cisbitaalka si laguu kormeero. Dhakhtarka haweenka (gynaecologist) wuxuu rabaa in sidoo kale laguu sameeyo kormeer 3 bilood, 6 bilood, iyo 1 sano kadib qalliinka. Haddii aad wax cabasho ah qabto, waad la xiriiri kartaa cisbitaalka ka hor taariikhahaas.

Ma la wargelin doonaa dhakhtarka guud (GP)?

Haa, dhamaadka geeddi-socodka, dhakhtarka haweenka wuxuu u diri doonaa dhakhtarkaaga guud warqad faahfaahsan oo ku saabsan qalliinkaaga. Haddii aadan rabin in dhakhtarkaaga la wargeliyo, fadlan noo sheeg, mana sameyn doono.

Kharashka (Kosten)

Miyaan qalliinka bixinayaa caymiskaaga caafimaadka?

Ilaa hadda, qalliinka dib u soo celinta (hersteloperatie) waxaa bixiya caymiska caafimaadka ee Nederland haddii ay jirto sabab caafimaad (dhibaatooyin jireed). Taasi waxay ka dhigan tahay in xaaladaha qaarkood, caymiskaaga caafimaad uu bixin karo qalliinka. Fadlan si wanaagsan ula tasho dhakhtarka haweenka (gynaecologist) iyo shirkaddaada caymiska si aad u hubiso.
Xusuusnow inaad weli bixin doonto kharashkaaga gaarka ah ee *eigen risico* xitaa haddii laguu sameeyo daaweyn taxaddar leh ama hagis aan qalliinka ku jirin.
Si kastaba ha ahaatee, waxaa hadda ka socda cilmi-baaris ku saabsan dib u dhiska kintirka (clitorale reconstructie) dumarka aan lahayn sababo caafimaad oo qalliinka looga baahan yahay, taasoo ka socota AMC. Waxaad u qalmi kartaa in qalliinka si buuxda loo daboolo haddii aad ka qaybgasho cilmi-baaristan.
Waxaad sidoo kale adigu mas'uul ka ahaan doontaa kharashka gaadiidka ee la xiriira ballamaha caafimaadka.

Macluumaad Dheeraad ah?

Ma rabtaa inaad wax badan ka ogaato dib u dhiska kintirka?
Bogga internetka ee Amsterdam UMC waxaad ka heli kartaa macluumaad dheeraad ah:
[Amsterdam UMC Locatie AMC – Gudniinka Gabdhaha ah ee Dumarka genitale verminking]

Ama waxaad email u diri kartaa: VGV@amsterdamumc.nl

Ama si toos ah ula xiriir kooxdayada takhasuska leh adigoo wacaya:

Lambarka telefoonka ee su'aalaha la xiriira daryeelka VGV: 020-5667525
Poliklinikada guud ee haweenka: 020-5661601

Lambarrada taleefanka (la heli karo maalmaha shaqada 8:00 - 17:00).
(Haddii aan lagaa qabin, waxaad ka tagi kartaa fariin cod ah (voicemail) oo wata magacaaga iyo lambarkaaga telefoonka, si lagugu soo celiyo wicitaanka.)