Psykiatri

REGION

KUSOO DHAWOOW goobta bukaanka lagu eego ee ADHD – macluumaad loogu talo galay dadka qaan gaarka ah

VELKOMMEN i ADHD-klinikken – information til unge
Sprogversion: Somalisk

Magaca:

Takhtarka mas’uulka ka ah daawaynta:

Daaweeyaha mas’uulka ka ah hab socodka daawaynta:

Xariirka aasaasiga ah:

Taleefoonka:

KUSOO DHAWOOW

Goobta bukaanka lagu eego ee ADHD, waxaan kusoo bandhignaa baaritaan iyo daawayn loogu talo galay bukaan socodka qaan gaarka ah kuwaas oo lugu baarey ADHD ama lagu hubsaday ADHD. ADHD waxay u taagantahay Daciifid feejignaan Nidaam daro Farxad baddan ah.

Baaritaanka bukaan socodka iyo daawaynta waxay macnaheedu tahay in aadan lagu ogolaan laakiin bedelkeeda lagu siinayo ballamo baaritaano iyo daawayn ah kuwaas oo ka dhaca goobta lagu eego bukaanka.

TAKHTARKAAGA XARIIRKA IYO XARIIRKA AASAASIGA AH

Tan iyo inta ay daawayntaadu kasii socoto goobta bukaanka lagu eego, la taliye ayaa mas'uul kanoqon doona hab socodka daawayntaada. Sidoo kale waxaa

laguu xilsaari doonaa daaweeye mas'uul ka ah hab socodka daawaynta iyo hal ama kabadan oo xariiro ah. Waxay qorshayn iyo habayn kusamayn doonaan daawayntaada ayaga oo adiga kula xariiraya waxayna hubsan doonaan in lagu siiyay macluumaad iyo hoggaan tan iyo intiiba lagu guda jiro baaritaankaada iyo daawayntaada.

Hadii aad qabto wax su'aalo ah ama aad wax ka shakisantahay inta ay socoto daawaynta, waa fikrad fiican in aad arimahaas kala hadasho xariirka ama daaweeyaha mas'uulka ka ah socodka daawaynta.

Waxaad ka heli doontaa magacyada takhtarka iyo daaweeyaha mas'uulka ka ah daawayntaada, sida aad uga heli doonto xariirka aasaasiga ah warqadaan bilowgeeda.

QOYSKA IYO DARYEELAYAASHA

Asal ahaan, dhamaan daawaynta waxaa la qabtaa ayada oo si wadajir ah loola shaqaynayo waaladiintaada iyo daryeelayaasha kuwaas oo aad jeceshahay in ay daawayntaada ka qaybqaataan. Midaana waxay noqon kartaa qofkale oo qoyskaada katirsan, ama qof wayn oo kale midkaas oo aad agtiisa kudareemaysid raaxo. Waxay hormarinaysaa daawayntaada hadii aynu lahadalno kuwa aad sida fiican u garanaysid.

Doorashada qofka aad doonaysid in uu ka qayb qaato daawayntaada waa adiga go'aankaada, kadibna anaga ayaa arintaan kaala hadli doona.

BAARISTA IYO DAAWAYNTA

Dadka intooda baddan waxay gaaraan natiijooyin wanaagsan ay lasocoto daawayn ka kooban dhamaan daawo iyo daawayn iyo caawimaad ka ahaata xirfadlayaal aqoon takhasus u leh ADHD. Hadaba daawaynta ADHD waa mid inta baddan isugu jirta:

- daawayn ay daawo lajirto midaas oo horumarinaysa awooda in hal shay xooga lasaaro lana ahaado qof feejigan. Sidoo kale daawadu waxay dhimaysaa farxada xad dhaafka ah iyo dabeecad laboodka
- waxbarasho, hogaamin, iyo tallo kusaabsan ADHD oo adiga lagu siinayo, waaladiinta iyo qoyska intooda kale/wadaxariir
- wadashaqayn lala shaqeeyo dowlada hoose, iskuulka, naadiga iskuulka kadib, ama xiliga iskuulka ka hor kuwaas oo xoojinaya garabna siinaya daawaynta soo bandhigooda horudhac waxbarasho iyo, halka ay suurto galka tahay, laqabsashada qaab dhismeedka jirka

Tiro kooxo xirfadlayaal ah oo kala duwan ayaa mas'uul ka ah bixinta daawaynta, kuwaas oo dhamaantooda u wada shaqeeya in ay sameeyaan baaritaano wanaagsan iyo koorsooyin daawayn.
Shaqaalaha waxaa lagu waajibiyay in ay u hoogansamaan qarsoodida waxaana loo ogolyahay oo keliya in ay daawayntaada kala hadlaan adiga iyo kuwa kale ee sida tooska ah uga qayb qaadanaya daawayntaada.

QORSHAHA DAAWAYNTA

Qorshaha goorwalba waxaa loo dejiyaa howlaha baaritaanada iyo daawaynta aad ka qayb qaadan doontid marka aad timaado goobta bukaanka lagu eego ee ADHD. Anaga ayaa kaala hadli doona qorshaha si aynu isugu raacno waxa dhici kara.

Sidoo kale waxaa lagu siin doonaa nuqul qorshaha daawayntaada ku saabsan.

ILLAA IYO INTEE AYAY SOCONAYSAA DAAWAYNTA?

Soo noqnoqoshada iyo dhererka daawaynta ee ka dhacda goobta bukaanka lagu eego ee ADHD way ka duwantahay qofba qofka kale. Anaga ayaa arintaan kaala hadli doona marka ay daawayntu bilaabanto. Sidoo kale anaga ayaa si joogto ah dib kuula eegi doona xaaladaada si ay daawaynta marwalba ugu habboonaato xaaladaada, rajooyinkaada iyo rabitaanadaada.

DIIWAAN GALINTA BUKAANKAAGA

Daawayntaada, iyo waxyeelooyinka daawaynta, waxaa lagu sharxay diiwaan galinta bukaankaaga. Hadii aad tahay qof kawayn da'ada 15, waxaad geli kartaa nuqulka elektarooniga ah ee ku diiwaansan xaaladaada (e-joornaal) ee bogga internetka www.sundhed.dk. Midaana waxay u baahantahay saxiix lambaro leh ama NemID. Waxrbixinta kujirta diiwaanka elektarooniga bukaanka waa mid aan laheli karin illaa 14 maalmood kadib marka uu takhtarka geliyo diiwaanka.

Waxaad kaloo heli kartaa nuqul diiwaanka ah oo ay lajirto ogolaanshaha takhtarka.

Si daawayntaada loogu habbeeyo qaabka ugu fiican ee suurta galka ah, waxaan rabnaa in aynu awood u yeelano isdhaafsiga macluumaad kusaabsan caafimaadkaada iyo xariirka adiga iyo GPda iyo, halka ay suurtoobayso, dowlada hoose. Midaana waxay u baahantahay adiga ogolaanshahaaga, kadibna anaga ayaa kaala hadli doona arintaan.

MARKA AY MUDDADA DAAWAYNTU DHAMAATO

Marka ay muddada baaritaanka/daawaynta dhamaato, waxaan qaban doonaa wada hadalka ugu danbeeya. Kulankaana, waxaan uga hadli doonaa baaritaanadaada iyo daawayntaada danbe. Waaladiintaada ayaa wadahalkaan ka qayb qaadan doona, sidoo kale waxaan hubsan doonaa in aynu lahadalno iskuulkaada, tusaale ahaan, baahidaada wixii kusaabsan muddada daawaynta kadib.

WAAN DANEYNAYNAA IN AYNU MAQALNO WAXAAD KU FAKARAYSID

Waxaan jecelaan lahayn in aynu ogaano sida aad dareentay joogitaankaada qaybta. Fadlan lasoo xariir shaqaalaha hadii aad qabto wax fikrado ah oo wax horumarin kara, sidaasna waxaan si joogta ah ugu wanaajin karnaa waxa aynu bixino.

MA JECLAAN LAHEYD IN AAD OGAATID WAX DHEERI AH?

Macluumaad baddan oo kusaabsan Adeegyada Caafimaadka ee Maskaxda – Caasimada Gobolka ee Denmark waxaad ka heli kartaa bogga internetka:
www.psykiatri-regionh.dk

ADEEGYADA CAAFIMAADKA EE MASKAXDA – CAASIMADA GOBOLKA EE DENMARK

Adeegyada Caafimaadka ee Maskaxda – Caasimada Gobolka ee Denmark waa isbitaalka ugu weyn Denmark ee daryeelka caafimaadka maskaxda wuxuuna daaweeyaa ku dhowaad 41,000 bukaan sanad kasta jirooyinka sida isku dhaxyaac maskaxeedka, walwalka, niyadjabka. Daawaynta waxay ka dhici doontaa Xarumaha Caafimaadka ee Maskaxda iyo Xarumaha Caafimaadka Maskaxda ee Cunuga iyo Qaangaarga daawaynta cudurada maskaxda ee Adeegyada Caafimaadka Maskaxda – Caasimada Gobolka ee Denmark kuwaasoo ku yaala juquraafi ahaan kuna faafsan dhamaan Caasimada Gobolka. Daawaynta hoos

timaada Adeegyada Caafimaadka ee Maskaxda – Caasimada Gobolka ee Denmark waxaa si aasaasi ah looga hellaa Xarumo Daawaynta Maskaxda ah iyo isbitaalo, soo booqashada kooxaha iyo, meeshii daruuri ah, u ogolaanashaha gallida bukaanka.

Gobolka Hovedstadens Psykiatri (Adeegyada Caafimaadka ee Maskaxda – Caasimada Gobolka ee Denmark)
Kristineberg 3
DK-2100 Copenhagen Ø, Denmark
Teleefoonka: +45 4511 2000
www.psykiatri-regionh.dk

Habaynta sawirka: Rikke Bransner
Koncern Kommunikation, Grafik & TV
Sawir qaadaha: Phillip Drago Jørgensen
Janaayo 2012

Sawirada warqadan kujira waxay bukaanada iyo shaqaalaha tusayaan xaaladaha maalin laha ah ee Gobolka Hovedstadens Psykiatri (Adeegayada Caafimaadka ee Maskaxda – Caasimada Gobolka ee Denmark).