SWEDISH

Ku soo dhawoow
Swedish

Welcome to Swedish - Somali

Caado Soo Jireen ah oo Wanaagsan

Billawgii qarnigii 20-aad, Dr. Nils Johanson, oo ahaa dhakhtarka qalliinka oo ka yimid dalka Sweden, ayaa arkay in deegaanka Seattle ay u baahan tahay xarun caafimaad oo aan faa'ido doon ahayn – xarun laga helo noocyada daaweynta ee ugu casriyeysan ee raacda heerarka ugu sarreeya bukaanka lagu daryeelo. Dr. Johanson wuxuu aragtidiisa u soo bandhiga 10 ganacsato oo reer Sweden-Mareykan ah, kuwaasoo aad u xiiseynayey in ay wax fiican u qabtaan dadweynaha reer Seattle. Marka ay taariikhdu ahayd Juun 1, 1910, aragtidii Johanson ayaa noqotay mid xaqiiqowday.

Ilaa iyo xilligaa Swedish way waynaatay waxaanay noqotay hay'adda adeega daryeelka caafimaadka ugu wayn Waqooyigalbeed taas oo laga helayo dhammaan takhasusaadka caafimaadka, baadhista iyo qalliinka. Hase ahaatee daryeel heerkiisu sarreeyo waa mid dhaafsiisan qalabka iyo xarumaha. Waa takhaatiirta, kalkaaliyeyaasha, farsame yaqaanada iyo daryeeleyaasha xirfadda leh, oo aad adigu caawinaysid, kuwa kuu qabta daryeel gaar ah oo joogitaankaaga ama booqashadaada ka dhigta mid leh soo dhaweyn fiican leh iyo bukaan eegis heer sare.

Anigoo matalaya hoggaanka iyo hawl wadeenadda Swedish, waxaan idiin soo dhawaynayaa si diirran. Waxaannu ku faraxsanahay in adiga iyo takhtarkaaga aad daryeelkaaga caafimaad u xulateen Swedish. Inta aad inala joogtid, waxaannu doonaynaa in booqashadaada ama joogitaankaaga aad wanaag kala kulantid dhinac kasta. Shaqaalahayaga waxay ballan qaadayaan in ay kuu qabtaan daryeel uu heerkiisu sarreeyo kaasoo lagu yaqaan Swedish, waxayna sameyn doonaan dadaal kasta ee ay baahidaada kaaga haqabtiraan. Wanaaggaaga guud ayaa ah waxa ugu horreeya ee aannu daneyno waxaanna doonaynaa in booqashadaada ama joogitaankaaga ay noqoto mid xasilloon.

Si lagaaga caawiyo inaanad dareemin wax dhib ah, buuggan kooban wuxuu ku barayaa koox dad ah kuwaas oo ku daryeeli doona. Laga yaabaa inaad su'aalo badan haysid. Fadlan ha ka walaacin inaad waydiisato caawimaad xubin shaqaalahayaga kamida. Faa'ido ayey noo tahay inaad si firfircoon uga qaybqaadatid daryeelkaaga oo husbitaalka Iswidhiskuna ay kaa caawiyaan wixii aad u baahantahay waqtiga aad joogto.

Rod Hochman, M.D.
Madaxweynaha iyo maamulaha guud

Ku soo Dhawoow

Waxaad ku soo dhawaataa kooxdayada! Waxay xarunta Swedish qabtaa in daryeelka caafimaadka ee wanaagsan ay suurageliyaan iskaashiga idin dhexmara adiga iyo takhtarkaaga caafimaadka. Marka aad ka qayb qaadato daryeelkaaga caafimaadka, waxaad booqashadaada ama joogitaankaaga kula kulmaysaa waayo aragnimo fiican. Markaad ka qeybqaadatid daryeelka caafimaadkaaga,waqtiga aad dhakhtarka ku jirtaa wuuu kuu wanaagsanaan-doonaa. Dadka wax ka ogaada daryeelka caafimaadkoodu, waxay su'aalaan oo waxay oggaadaan waxyaalaha ku saabsan daawooyinka ay ku ladnaadaan marka dhakhtarku u qorro daawooyinkaa, laguna daweeyo.

Kooxda Daryeelkaaga Caafimaadka

Takhaatiirta

Takhtarkaaga waa shakhsi ay aqoontiisu aad u sarreyso ee ka tirsan shaqaalahayaga caafimaadka waana qofka ka mas'uulka ah daryeelkaaga. Shaqaalahayaga ee caafimaadka badankooda wa takhaatiir gaar u shaqeysata; qaar kalena waa shaqaale ka tirsan Swedish. Si kasta ha noqoto, xarunta Swedish si taxaddar leh ayeey u eegaan shahaadooyinka takhaatiirta inta aysan ka mid noqon xubnaha shaqaalahayaga ee caafimaadka. Dhakhtarkaaga ayaa qori doona amarada baadhitaanad badankooda, daawooyinka iyo daawaynta.

Isbitaalleyda

Caadi ahaan inta aad ku jirto Swedish, waxaad daryeel ka heli doontaa takhtar loo yaqaan "isbitaalleyda." Isbitaalleyda waxay bukaanada ku siiyaan isbitaalka daryeel 24 saac maalintii, toddoba maalmood asbuucii. Marka dhakhtarkaagu aanu awoodin inuu joogo dhismaha cisbitaalka, cisbitaal yaqaan — oo ka warhaya adiga iyo baahidaada — ayaa ku siin doona daryeelkaaga. Dhakhtarkan ayaa si aada ula shaqayn doona dhakhtarkaaga, kalkaaliyahaaga iyo Maareeyahaaga shaqada.

Kalkaaliyayaasha

Kalkaaliyayaashaada ayaa masuul ka ah daryeelkaaga mar walba. Kalkaaliyayaashu waxay qiimaynayaan baahidaada waxaanay dajinayaan qorshe daryeel oo ay ka mid amarka takhtarka. Waxay qiimeeyaan siddaad ugu ladnaato daawaynta waxay la shaqeeyaan dhakhtarkaaga si uu u saxo qorshahaaga daryeelkaaga marka loo baahdo. Kalkaaliyayaasha ayaa isku duwaya kooxdaada caafimaadka, iyagaa kuu doodaya oo kugu dhiirigelinaya inaad noqoto xubin firfircoon oo qayb ka ah daryeelka. Kalkaaliyayaashu way ku siin doonaan hanuunin iyo waxbarasho si ay kaaga caawiyaan waayo aragnimadaada cisbitaalka. Hubso inaad hayso magaca kalkaaliyahaaga una sheeg wax kasta oo aad doonayso ama waydii su'aal kasta oo aad qabto oo kugu soo dhacda.

Maareeyayaasha Shaqada

Haddii cisbitaalka lagu dhigo, Maareeyaha Shaqada ayaa maalin walba kuu imankara inta aad dhakhtarka ku jirto. Maareeyaha Shaqada ayaa kula shaqaynaya adiga iyo xubnaha kale ee kooxda cisbitaalka si ay si wadajira ugu sameeyaan qorshahaaga daryeelka markaad ka baxdo husbitaalka. Maareeyahaaga Shaqada ayaa sidoo kale kaa caawin doona jawaabta su'aalaha laga yaabo si aad wax uga oggaato lacagta caymiska markaad halkan joogto, iyo inuu hubiyo ka tagitaankaaga Swedish ilaa gurigaaga ama heer kale oo daryeel waxaa weeye ka ugu suurtogalka fiican.

Dadka deegaanka ah/ardayda

Shaqaalaha Swedish ka ayaa si aada ula shaqeeya kuliyadaha iyo jaamacadaha si ay u tababaraan dhakhtaatiirta iyo shaqaalaha caafimaadka. Dadka deegaanka ah waa dhakhaatiirta iyo dhakhaatiirta ilkaha ee qaadanaya tababarka takhasuska, ee laga yaabo inay ka shaqeeyaan daryeelkaaga. Dadka deegaanka ah waxay ka hoos shaqaynayaan hogaanka kormeerka Swedish. Ardayda ku jirta barashada daryeelka caafimaadka kale ayaa sidoo kale waxay ku bartaan caafimaadka Swedish. Had iyo jeer waxaa kormeera waaxda dugsiga caafimaadka ama hogaamiyaha shaqaalaha Swedish.

Shaqaalaha kale ee xirfadda leh

Shaqaalaha kale ee xirfadda leh ee adeegyada kuu qabta waxaa ka mid ah kalkaliyeyaasha shahaadada leh, farsameyaqaanada kalkaalinta iyo – iyadoo ay ku xiran tahay baahidaada daryeelka – daaweynta caafimaadka jirka, daaweynta caafimaadka neefta, daaweynta waxqabadka, kalkaaliyeyaasha xididdada, farsameyaqaanada sheybaarka, shaqaalaha raajada, khabiirada cuntada, farmashiye yaqaanka, shaqaalaha bulshada iyo culumada diinta. Dhammaantooda waa shaqaale aad loo tababaray oo ay hawshoodu tahay in ay daryeel kuu qabtaan.

Haddii aad u Baahan tahay Turjumaan ama Taageero Wadahadalka ah

Swedish waxay isticmaashaa tarjumayaal waxayna leedahay calaamdo wax lagu fahamsiiyo dadka ceynkaasi ee xanuun-sanaya, ee waxoogaa Ingiriisi ah ku hadla amase aan Ingiriisiba ku hadal, ama bukaanada dhagoolayaasha ah, maqalku aadka ugu adag yahay, ama arrimo araga la xidhiidha qaba, fahan koodu uu kala dhantaalan yahay ama hadalka naafo ka ah. haddii aad u baahato caawimaad, fadlan shaqaalahayaga oggaysii si aanu anaguna aanu kuugu sii diyaar garayno adeeggan. Uma oggolaanayno xubnaha qoyska, saaxiibada ama carruuurtu inay noqdaan tarjumayaasha caafimaadka, laakiin waxay tarjumi karaan xidhiidhka guud ama bulsho. Waxaanu u baahanahay tarjumayaal caafimaad oo rasmi ah waayo faa'ido ayey inoo tahay anaga inaanu helno dhawrsanaanta, tarjumaad caafimaad oo saxa ayey sameeyaan xirfadlayaasha latababaray. Tan la'aanteed, ma naqon karno kuwa hosha daryeelkaaga si fiican u gutta.

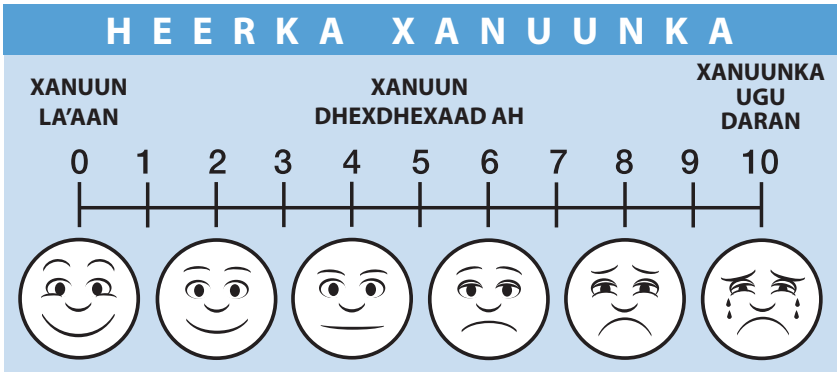
Degganaan

Waxay Swedish doonayaa in aad degganaan heshid inta aad joogtid ama booqanayso isbitaalka. Waxaannu ogsoonahay in xanuunku yahay wax gaar ah. Xanuunka aad qabtid lama mid aha xanuunka uu qabo qof kale. Fadlan inoo sheeg marka aad xanuun dareento. Si aad nooga caawiso inaanu fahano waxaad dareensan tahay, waxaanu ku waydiin doonaa inaad ku qiimeeyso xanuunkaaga miisaan leh lambarada eber ilaa 10, eber oo macnihiiu yahay xanuun ma jiro iyo 10 oo macnihiisu yahay waxaa jira xanuunka aad u daran. Mar haddii aannu fahanno xanuunkaaga, haddii aad oggoshahay waxaannu kaala shaqeynaynaa qorshaha aad degganaan ku heli lahayd. Xusuusnow, waxaad shaqaalaha wax uga sheegtaa xanuunka aan kaa tagin.

Iska ilalainta innad Dahcdo

Markaad ku jirto cisbitaalka, waxaad khatar wayn ugu jirtaa inaad dhacdo. Arrintan waxaa laga yaabaa adigoon aqoon u lahayn meesha awgeed, daawada, qaabka hurdada ee wax laga badalay, ama xadhkaha, tuunbooyinka,iyo aaladaha dhaqdhaqaaqa dhibta ku keenaya. Waayo dhicitaanku wuxuu sababi karaa dhaawac cusub ama inu dib u dhac ku keeno ka soo rayntaada, waxaanu rabnaa inaanu sameyno shay kasta oo suurtogal si aanu uga hortagno dhicista. Waxaad ka caawin kartaa adigoo raacaya digniintan:

- Waydiiso caawimaad si aad uga dhaadhacdo sariirta
- Si qunyar ah u kac
- Gasho kabo aan kula sinbiriiraxan
- Warbixin ka bixi daawooyinkii kasta
- Habeenkii isticmaal laydh
- Iska ilaali inaad ku tiirsato miiska sariirta agyaala ama aad cuskato
- Isticmaal handaraabka albaabada ku yaala qolka maydhashada ama qololka waaweyn
- Baro habka ugu haboon ee loo isticmaalo agabka cisbitaalka sida biraha lagu socdo ama bakooradaha lagu tukubo



Kanaalka Caafimaadka ee Swedish

Bukaanada jooga mid kasta oo ka mid ah seddexda xarumo ee isbitaalka Swedish waxay heli karaan Kanaalka Caafimaadka ee Swedish 24 Saac maalintii. Helitaanka nidaamka kamaradaha wax duuba kamarado qarsoodi ah, kanalka waxaa ku jira in ka badan 100 muuqaal caafimaad waxbarasho oo ka bilaabma mawduucyada xanuunka wadnaha ilaa naasnuujinta,iyo joojinta sigaar-cabista.

Si aad u aragtid barnaamijka kanaalka cusub, waxaad raacdaa tallaabooyinka soo socda:

- Shid telefishinkaaga
- Xarumaha Ballard, waxaad qaadaa taleefoonkaaga waxaad wacdaa 16311; xarumaha First Hill ama Cherry Hill, waxaad ka wacdaa taleefoonkaaga 66500
  - Waxaad raacdaa tilmaamaha codka ee u dhigma qaybaha telefishinka
  - Marka laguu faro, waxaad gelisaa shanta lambar ugu dambeeysa ee lambarka taleefoonka qolkaaga
  - Waxaad fidiyowgaaga ka xulataa liiska shaashadda telefishinka
  - Marka uu fidiyowgaaga billawdo, iska dhig taleefoonka
- Daarada Issaquah, ayaa doorta “Muuqaalada Fiidhyowga Caafimaadka” laga bilaabo liiska ay ku qorn yihiin telefayshan ka guriga

Wixii faahfaahin ah ama xog waxbarasho caafimaad ah, kala xidhiidh Xarunta Waxbarashadda Caafimaadka Douglas 206-386-2502

Isticmaalka internatka si loogu Xidho oo loo barto

Isticmaal Internet Madaxbaan iyo Helitaanka Qalab Waxbarasho

Swedish ayaa ku siinaysa adiga iyo qoyskaagaba dhawr qaab oo loo xidhiidhiyo internetka. Isticmaalka kombiyuutarkaaga gaarka ama aalada bilaa waayirka ah, adiga iyo qoyskaaguba waxay ku xidhmi karaan khadka guud ee husbitaalka Swedish sidaasi daraadeed waad ku xidhnaan kartaa waqtiga aad ku jirto daryeelkaaga. Waxaa ka mida la socodsiinta xaalada saaxiibadaa iyo qoyskaaga, sidoo kale waxaad awoodi kartaa helitaanka warkarka caafimaadka oo khad toos ah si aad u barato waxyaalaha ku saabsan daryeelkaaga ama mawduucyada kale ee la xidhiidha waxbarashada caafimaadka ee ku xiiso galiya.

Haddii aad doorato inaad ku xidhnaato intarnatka intaad joogto, fadlan xasuuso inaad tixgaliso siraha dadka kale. Qaadashada ee/ama soo dhajinta sawirada ama cajaladaha fiidhyowga ee bukaanada kale, booqdayaasha ama shaqaalaha ayaa mamnuuca iyadoon oggolaansho qoraala laga haysan qofkaasi.

Briishaka Daryeelka (CaringBridge)

Swedish waxa kale oo ay bixisaa helitaanka daryeelka loo yaqaan CaringBridge — adeegga ay ku bixiso bilaa lacag, si gaara ama goobaha intarnatka oo adiga kuu gooniya oo kaa caawinaysa adiga iyo qoyskaaguba inaad ku xidhnaataan dadka aad jeceshihiin. Inta badan, way kaa fogyihiin dadka ahalkaaga ah ee doonaya inay ku teegaraan, inta aad joogto cisbitaalkaaga oo kuma siinkaraan taageero la midda hadii ay hubsbitaalka kuugu iman-lahaayeen. Sidoo kale waqti badan ayey qaadanaysaa in dad badan lala socodsiiyo horumarkaaga wax la xidhiidha. Iyadoo ay CaringBridge la socoto, adiga iyo qoyskaaguba waxaad xidhiidh la samayn kartaan idinkoo u sii maraya barta shabakada intarnatka ee sirta ah, sidaasi daraadeed saaxiibada ayaa lagu wargalin doonaa iyadoon la sugin wacitaan telefoon.

Si loo oggaado waxyaalo badan oo ku saabsan CaringBridge oo aad u bilowdo inaad madaxbanaan tahay, bogga uu ku qoran yahay magaca mulkiiluhu, booqo barta shabakada www.caringbridge.org/swedish.

Saxaafada Bulshada

Haddii aad jeceshahay inaad ka shaqaysa oo aad kala socoto Swedish adigoo u sii maraya intarnatka bulshadu isgula xidhiidho, waxaad ka heli kartaa jiidaha dhammaan saxaafada bulshada ku qoran barta www.swedish.org/engage. Fadlan waxaad maskaxda ku haysaa in dhammaan jiidaha saxaafada bulshada ay leedahay dawladu, si taxadar leh uga dooro inta leeg tahay macluumaadka caafimaadka ee aad kula wadaagayso khadka. Waxaad ka akhriyi kartaa tilmaame badan oo ku saabsan siyaasada saxaafada bulshada adigoo booqanaya www.swedish.org/socialmediapolicy.

Haddii aad doorato inaad ku xidhnaato intarnatka intaad joogto, fadlan xasuuso inaad tixgaliso siraha dadka kale. Qaadashada ee/ama soo dhajinta sawirada ama cajaladaha fiidhyowga ee bukaanada kale, booqdayaasha ama shaqaalaha ayaa mamnuuca iyadoon oggolaansho qoraala laga haysan qofkaasi.

Wareejinta Swedish Gudaheeda

Inta aad isbitaalka joogtid, waxaa suuragal ah in lagaa wareejiyo xarumaha midkooda oo laguu wareejiyo xarun kale. Tani waxay dhacaysaa marka dhakhtarkaagu uu go'aansado inaad u baahan tahay inuu ku daweeyo aqoonyahanaka ugu wanaagsan aanad hesho daryeelka ugu fiican. Aqnoon-yahanadaasi xyaa laga yaabaa in had iyo jeer laga helo barxada ee markii ugu horaysay aad lagu dhigay. Haddii lagu wareejiyo, shaqaalaha Swedish waxay xaqiijinayaan in reerkaaga la ogeysiiyo wareejintaada oo ay helaan macluumaadka saxda ah si ay kugula soo xiriiraan.

La kulanaka dadka kugu soo bookhda husbitaalka Swedish

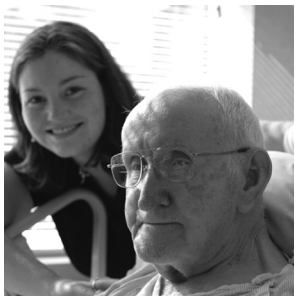
Caafimaadkaaga iyo bogsashadaadu waa mudnaantayada sare ee Swedish. Had iyo jeer,qaabilida booqdayaashu waxay kaa caawin kartaa inaad si degdeg ah aad u bogsato oo aad dareen badan oo raaxo leha ad dareento intaad joogto. Swedish kagama eexato booqdayaashii kasta ama inay diidaan xuquuqda ku salaysaan qoomiyad,midab, isir iyo ab, diin, sinji, aqoonsi lab iyo dhadig, soo jiidasho sinji ama naafo. Haddii uu jiro qof aanad rabin in qof aanad rabin uu helo foomka booqashada, waxaanu kaa joojin doonaa inaanu qofkaasi ku soo booqan.

Shaqaalaha ayaa laga yabaa inay xadidaan booqashooyinka waayo waxaad u baahan tahay nasasho ama waxaanu rabnaa inaanu daryeelka samayno. Waxaa laga yaabaa inaad xadido booqashooyinka kusalka leh baahida bukaanka aad kula wadaagayso bukaanada qolka. Fadlan kala hadal kalkaaliyaha waqtiga ugu fiican iyo muddada booqashooyinka — oo waydii qoyskaaga iyo saaxiibadaa si ay u qorsheeyaan booqashooyinkooda sidaasi daraadeed qof kasta kusoo booqan maayo waqti isku mida. Haddii ay lagamamaarmaan tahay, waxaanu waydiin doonaa waqti isku mida anagoo adiga ku wakiilanayna.

Sababo amni awgeed, kadib saacadaha booqdayaasha ku jira cisbitaalka ayaa waxaa loo soo saari doonaa bilad ku sii meel gaadha si loogu aqoonsado. Fadlan u sheeg martidaada inay u baahan doonaa inay waydiyaan kalkaaliyaha ka shaqaynta waaxda inuu helo bilada aqoonsig booqdaha haddii ay jirto baahi socota joogitaankooda. Booqdayaash bilaa aqoonsiga ah amniga ayaa su'aalo waydiin doona. Waxaad ka heli kartaa bilada aqoonsiga shaqaalaha Amniga kadib saacadaha booqashooyinka goobaha ugu danbeeya ee cisbitaalka ku yaala.

Haddii aan isnidhaa qof ku soo bookhday ayaa khatar kugu noqonkara, ama khatar u keeni-kara shaqaalaha,ama dadk kale,waxa laga yaabaa inaan qofkaa baadhitaan macquula ku sameyno,marka uu yimaado dhakhtarka. Nidaamkan waxaa lagu faahfaahiyey foomka Shuruudaha Cisbitaal dhigista ee aad saxeexday markii ugu horaysay ee aad timid cisbitaalka.

Haddii saaxibadaa ama xubnaha qoyskaagu ay xanuunsanayaan aad ayey u fududahay inaad u gudbisid dadka kale (hargab ama qufac, duray, hablo-baas, jadeeco, cuno xanuun), fadlan u sheeg inaanay ku soo booqan, oo ay guriga iska joogaan.



Nadaafadda Gacmaha

Qofkasta, oo uu ku mid yihiin booqdayaasha iyo kooxda daryeelka caafimaadka, waxaa haboon inay isticmaalaan jaafeel isbiirto kasamaysan ama ay maydhaan gacmahooda marka ay galayaan iyo marka ay ka baxayaan qolkaaga. Waxaa laga yaaba inaad maqasho shaqaale ku xasuusinaya qoyskaaga "gaafeel ku soo gal oo jaafeel kaga bax," kaas too tixraacaya jaafeelka isbiirtada kasamaysan ee ka baxsan albaabkaaga. Waxaanu sidoo kale filanaynaa in aad waydiin doonto daryyeel caafimaad bixiyahaaga, "Miyaad isticmaashaa jaafeelka isbiirtada kasamaysan mise waad maydhaa gacmahaaga?" kahor intaanay bixin daryeelka.

Qaanuunka Xayawaanka Rabaayada iyo Adeegga

Waxaanu oggnahay in xayawaanka carbiska ah ee qoyskaaga ka midyihiin. Lakiin arrimo caafimaad oo guud awgeed, adeegga kaliya ee oggolaansho iyo xayawaan dawayn ayaa u iman kara booqshooyin. Waxaanu baadhi doonaa caafimaadka iyo badbaadada ee ku jirta deegaankayga iyo waxyala ku xeeran shaqaalahayaga.

Sawirada am Fiidhyowg

Fadlan tixgali sirta dadka kale. Sawir ka qaadista dadka kale, booqdayaasha ama shaqaalaha waa mamnuuc iyagoon faahfaahin ka bixin qoraal oggolaansho booqasho oo laga helo qofkaa.

Soo Gelitaanka Xilliga Dambe iyo Bixitaanka

Albaabada isbitaalka way xiran yihiin si loo badbaadiyo bukaanada, takhaatiirta iyo dhammaan dadka ka shaqeeya Swedish saacadaha habeenkii. Inta lagu jiro saacadaha soo socda, fadlan booqdayaashaadu ha iticmaalaan kadinta Waaxda Xaalada Degdega ah si ay u isticmal cisbitaalka:

Ballard, Cherry Hill y First Hill:
inta u dhaxaysa 9 g.d. iyo 7 g.h.

Issaquah:
inta u dhaxaysa 8 g.d. iyo 5:30 g.h.

Alaabooyinka Gaarka loo leeyahay

Swedish waxay balan qaadaysaa xaqiijinta badbaadada iyo goob degan si looga shaqeeyo oo daryeel loo helo. Waxaad soo qaadan kartaa shandada lacagta lagu rito iyo hal sanduuq oo ay kuugu jiraan waxyaalaha adiga gaarka kuu ah ee muhuumk ah, marka lagu daro shandado kasta oo laga yaabo inaad u baahato inay ka qayb ahaan ay ka tahay daawaynta daawadeed sida shandada dhalashada -carruurta. Shuruud ahaan cisbitaal dhigista, Swedish ayaa laga yabaa inuu kormeero alaabtaada aad gaarka u leedahay iyagoo ku dalaalayaa inay ka hortagaan alaabooyinka sida hubka, wixii sharci daro ah ama maandooriyayaasha aan sifo sharci aan ahayn ama kontarabaana, iyo waxyaalaha kale ee khatarta ah ama waxyaalaha la soo galinayo cisbitaalka.

Haddii aad Sigaarka Cabto

Ujeeddadayada Swedish waxaa weeye inaanu horumarino cafimaadka iyo fayo dhawrka qofkii kasta ee aanu u adeeggno, oo ay ku jiraan bukaan-jiifyada, qoysaska, booqdayaasha, shaqaalaha, dhakhaatiirta, tabarucayaasha iyo dadka kale. Qayb ka mida ujeeddadaasi waxay tahay sidii loo siin lahaa meel nabdoon oo caafimaad qabta. Meesha caafimaad qabta waxaa ka mida adeeg ka madax banaan in sigaar lagu cabo, mararka qaarkood Swedish waxay ku han wayn tahay inaanu nidhaahno waanu nahay. Swedish way ka madax banaan tahay sigaar cabista gudo iyo dibadba, dhammaan barxadaha ku yaal gudaha rugaha caafimaadka. Tani waxaa ka midda isticmaalka sigaarka elektaroonig aha (e-cigarettes) ama aaladaha kale ee la mida, ee ay ka midka yihiin waxyaalaha buuriga la calaliyo ka samaysan yahay.

Inta lagu jiro joogitaankaaga cisbitaalka, laguuma oggola inaad ka tagto dhismaha si aad sigaar u soo cabto. Haddii aad ku tiirsan tahay waxyaalaha nikootiinta, waxaanu bixinaa daawada lagu badalaayo nikootiinta; kuwani waa diyaar waana la hel karaa oo waxay ka midyihiin kharashyada cemiska caafimaadka kaa bixinkaro

Booqdayaasha doorta inay sigaar cabaan waxaa waajiba inaanay ku jirin dhisme Swedish ama geerashayada baabuurta la dhigto, oo ugu yaraan 25 fuudh ay u jiraan kadinka dhismaha laga soo galayo, daaqadaha laga baxayo, daaqadaha furmi kara, qaboojiyaha, meelaha qiiqu ka baxo ama nidaamyada kale hawo qaadashada, ee lagu sheegay sharciga gobolka.

Barnaamijka Swedish wuxuu tageeraa sidii uu u caawin lahaa inay joojiyaan sigaar cabista adiga iyo saaxibadaa, qoyskaaga ama booqdayaashaada. Haddii aad jeceshahay macluumaad ku saabsan barnaamijka, fadlan soo wac telefoon lambarka 1-800-QUIT-NOW

Shamac, Udug iyo Olol

Waa mamnuuc inaad ku gubto shayada sida shamacyada oo kale ama uduga dhisme kasta oo ka tirsan Swedish. Waxaanu fahansanahay in noocyo farabadan oo ka mida shayadani ay yihiin dhaqan/arrimo diin, laakiiin waxay suurtogal u yihiin khatar iyo arrimaha tayada hawadu ay iska hor istaagto isticmaalkooda dhammaan dhismaha oo dhan. Shamacyada looma oggola mawlacyada gudahaooda iyadoon oggolaansho gaarka ah laga haysan waaxda dabdamiska.

Udugga

Fadlan ha ku dhex gashanin dharka uduga cadarka leh, carfiga leh ama kiriimka ha ku dhex marsanin cisbitaalka gudihiisa. Dad badan ayaa xasaasiyad ka qaada udugyadan. Waxaanu si isku mid ah uga codsanaaa shaqaalahayaga iyo dhakhaatiirtayadaba, sidoo kale booqdayaashiina.

Aaladaha Elektarnooniga ah ee Gaarka loo leeyahay

Cisbitaalka gudihiisa, isticmaalka aaladaha elektaroonig ah ee kasta — telefoon gacmdeed, kalkaaliyaha lambarada gaarka ah (PDA), aalada digniinta ku siinaysa marka wacitaan kuu soo dhaco, kombiyuutaro gacmeed, iPads, ciyaaraha muuqaalka ama shay kasta oo shidan/bakhtiisan — dhamaantood looma wada ogola, adiga iyo booqdayaashaadaba. Haddii ay waajib tahay inaad isticmaasho alaabooyinkan, adiga ee/ama

booqdayaashaada waxaa waajiba inaad ugu yaraan u jirtaan 10 fuudh qalabkii kasta ee caafimaad. Arrintan macnaheedu waxaa weeye in isticmaalka aaladaha qolalka dhexdiisa cisbitaalada badankooda laga mamnuucay; surimada dhismayaasha dhexdooda lamaro iyo qolalka sugitaanka ayaa ah goobaha ugu wanaagsan si loo isticmaalo aaladahani.

Xuquuqda Bukaanka

Waxay Swedish doonayaan in aad ogaato xuquuqda aad leedahay bukaan ahaan. Waxaanu rumaysan in xuquuqdaada bukaanku muhim tahay, sidaas darteed halkan ayaanu kuugu xusaynayaa adiga iyo qoyskaaga ama dadka aad jeceshahay si ay u gorfeeyaan. Waxaannu sameyn doonaa wax walba oo suuragal ah in aan hubinno in la tixgeliyo xuquuqdaada.

Haddii aad tahay bukaanka Swedish, waxaad xaq u leedahay:

- In shaqaalaha isbitaalka oo idil ay kugula dhaqmaan si edeb, sharaf iyo qaddarin leh.
- In la tixgeliyo shakhsiyadaada, diintaada iyo dhaqankaaga marka go'aan laga gaaraayo go'aanka daaweyntaada.
- In si dhaqsi ah loo ogeysiiyo cidda aad dooneyso iyo takhatarkaaga marka isbitaalka lagu geliyo.
- n aad ka ashtakoon karto daryeelkaaga adigoo aan ka cabsi qabin in si xun laguu daaweeyo. Si haddaba dhibaatooyinkaaga dib loogu eego watqtiga ugu haboon oo caawimaad la socoto ama u doodis waxaa loo baahan yahay, marka ay suurtogal tahay, in waqtiga saxda ah la xaliyo. Waxaad xaq u leedahay in qoraal lagugu ogeysiiyo jawaabta wallaaca aad qabto.
- In aad ogaato takhtarka ka mas'uulka ah daryeelkaaga, iyo weliba takhaatiirta ka talo bixinaaya kiiskaaga
- In aad taqaan magaca iyo darajada daryeeleyaasha.
- In lagu ogeysiiyo haddii daryeelkaaga ay ku lug yeelanayaan takhaatiir ku jira tababarka daryeelka caafimaadka. Waxaad xaq u leedahay in aad oggolaato ama diido in aad ka qayb qaadato.
- In aad hesho macluumaad dhammeystiran oo cusub ee ku saabsan ogaanta nooca cudurkaaga, daaweynta iyo saadaasha cudurka iyadoo la adeegsanaayo kalmado aad fahmi karto. Waa in sharraxaadda oo idil ay ku jiraan:
  - sharraxaadda nidaamka ama daaweynta iyo sababta loo sameynaayo
  - faa'idooyinka ka imaan kara
  - khatarta ama dhibaatooyinka, waxyeellada culus ee la ogsoon yahay in ay keeni karaan
  - dhibaatooyinka xilliga soo kabsashada
  - suuragalka in lagu guulaysto
  - noocyo kale oo ah qaababka ama daaweynta la sameyn karo
- Tarjume ama aaladaha xidhiidhka haddii aanad ku hadal luqada Ingiriisida, Ingiriisidu tahay luqadaada labaad, ama aad dhagoole tahay, uu maqalku kugu adag yahay, aad leedahay arrimo arag la'aan ah, kala dhantaalnaan fahanka, ama naafo hadalka ah. Adeeg isafgarasho oo la socda da'daada iyo baahi-daada ayaad heli-doontaa.
- In aad takhaatiirta iyo daryeeleyaasha ku hawlan daryeelkaaga ka caawiso qorshe u sameynta qorshahaaga daryeelka.
- In lagula socodsiiyo natiijada daaweyntaada, fiican ama aan fiicneyn, la filanaayo ama aan la filaneynin.
- In aad muddo habboon ku heli iyo akhrin karto galalkaaga cafimaadka iyo sharraxaadda wax kasta oo galalkaaga ku jira.
- In aad diidi karto qaab, daawo ama daaweyn kasta iyo in lagu ogeysiiyo waxyeellada ay keeni karto go'aankaaga.
- Si aad uga madax banaanaato xidhis ama takoornaanta laguugu soo rogay si laguu cabsi galiyo, anshaxa, helitaankaaga ama ka aargoosi. xadidista ama takoornaanta ayaa kaliya loo isticmaali doonaa si loo xaqiijiyo badbaadada jidhka ee bukaanka oo degdeg ah, shaqaalaha ama dadka kale ee ku jira cisbitaalka, ayaa la joojin doonaa isla marka dabeecadaada aan loo arag inay wax khatar galina ku hayn badbaada.
- Si loo hawlgaliyo xubnaha qoysku ama dadka kale ee muhiimk ah ee ku jira go'aanka daryeelkaaga, sida cida shaqada loo igmaday ama go'aan qaataha lagu oggaaday Xeer Ilaaliyaha Awooda badan, Warqada uu bukaanku u igmado dadka ka masuulka ah si iyagu ay go'aan u gaadhaan, ama Amarka Dhakhaatiirta ee Daawaynta Samatabaxa (POLST). Daryeel bixiyayaasha waxaa waajib ku ah inay bixyaan daryeelka salka ku haya waxaad adigu jeceshahay. Macluumad dheeraad ah ayaa lagu heli karaa codsi.

- Bey'ad amni iyo badbaado leh oo ay wehliyaan adeegyada lagu maamulo infakshanka, badbaadada iyo amniga.
- In la tixgeliyo waxyaabaha kuu gaarka ah. In laga wada hadlo kiiska, latalinta, baaritaanka iyo daaweynta si loo badbaadiyo waxyaabaha u gaarka ah bukaanka.
- In qarsoodi laga dhigo dhammaan xiriirka iyo macluumaadka ku saabsan daryeelkaaga.
- Inaan la haybsoocin — waa inaan la haybsoocin booqdayaashaada iyagoon loo eegayn — qoomiyad, midab, isir iyo ab, diin, sinji, aqoonsi lab iyo dhadig, soo jiidasho sinji ama naafo awgeed ama meelaha ay lacagtu ka soo gasho iyo qoddobada kale ee cisbitaal dhigista, daawaynta ama ka qaybqaadashada barnaamijyada, adeeggyada, shaqooyinka iyo booqashooyinka Swedish. Warbixintani waxay waafaqsan tahay shuruucda Xeerka Xafiiska Xuquuqda Dadweynaha ee Xeerkii 1964, qaybta 504 ee Xeerka Abaabul ka saarka dhakhtarka ee 1973, Xeerka Haybsooca Da'da ee sannadkii 1975 iyo Xeerarka U.S. Waaxda Caaimaadka iyo Adeegga Aadamaha ee la soo saaray si uu ula socdo xeerarkan Qodobka 45 Xeerka Shuruucda Dawlada Dhexe Qaybihiisa 80, 84 iyo 91.
- Daryeelka taageerada, oo ay ku jirto qiimeyn habboon iyo maamulka xanuunka, daaweynta calaamadaha aan fiicneyn iyo taageerada rabitaanka dareenka iyo diinta, iyadoo aan loo eegin heerka caafimaadkaaga iyo go'aanada daaweynta.
- In laga xoroobo dhammaan noocyda dulmiga ah, hantidaada, six un ula dhaqamida, aargoosiga, yasitaanka iyo dayacaada.
- In aad fikrad labaad hesho, haddii aad adigu codsato.
- Si aad caawimo ku sahabsan arimaha edebka ee ku xeeran daryeelkaaga uga codsato Guddida Edebka Swedish Tani waxaa ka imida bukaanada, shaqaalaha iyo booqdayaasha.
- In laguu wareejiyo xarun kale haddii aad codsato ama marka caafimaad ahaan ay habboon tahay iyo sharci ahaan la oggol yahay. Waxaad xaq u leedahay in si dhammeystiran lagugu sharraxo sababta laguu wareejinaayo iyo haddii ay jiraan waxyaabo lagu beddeli karo. In xarunta laguu wareejin doono ay marka hore bukaan ahaan ku oggolaadaan.
- Si loo oggaado haddii daryeelkaaga ay ka shaqaynayaan cilmi baadhi iyo qaabka tijaabada daawaynta, iyo sidii loo ilaalin lahaa inta lagu jiro cilmi baadhista iyo tijaabooyinka rugt acaafimaadka. Waxaad xaq u leedahay inaad ogolaato ama diido inaad ka qaybqaadatid. Diiditaanka so looga qaybqaato iskama kaa hortistaagayso isticmaalka mid kastoo ka mida daryeelka Swedish.
- In lagu ogeysiiyo inta aad bukaan ahaan joogtid isbitaalka marka aan loo baahnayn daryeelka isbitaalka. In aad ka qayb qaadato qorshaha marka aad isbitaalka ka baxayso.
- In aad eegto biilkaaga iyo in laguu sharraxo kharashyada iyadoo aan loo eegin sida aad u bixinayso kharashka daryeelkaaga.
- In aad wax ka ogaatid nidaam hawleedka, qaababka, qaanuunada ama sharciyada quseeya daryeelkaaga.
- In adiga ama qofka wakiilka kaa ah aad go'aan aqoon ku saleysan ka gaartaan daryeelkaaga.
- In reerkaaga ama dadka kale ee noloshaada ka tirsan ay ka qayb qaataan go'aanka daryeelkaaga.
- Si aad u hesho, codso in isbedel lagu sameeyo, oo hel macluumaadka ku sahabsan sheegista xogta caafimaadka, si waafaqsan sharciga haboon.
- Si laguula socodsiiyo natiijooyinka aan la filayn ee daryeelka, daawaynta iyo adeegyada.
- Si aad qof ugu xil saarto, si sharci ah, inuu helo xuquuqda kor ku xusan adigoo isagoo adiga ku matalaya, haddii aanad awoodi karin inaad samayso.

Waajibaadka Bukaanka

Haddii aannu nahay Swedish waxaannu doonaynaa in aad qayb firfircoon ku yeelato daryeelkaaga caafimaadka. Bukaan ahaan, waxaa waajib kaa saaran:

- Bixin xog dhamaystiran oo buuxda oo ku sahabsan taariikhdaada caafimaad iyo baahiyaha xidhiidhka dadka ku lugta leh daryeelkaaga.
- In aad ka qayb qaadato go'aanada la xiriira daryeelkaaga iyo daaweyntaada.
- In aad su'aalo ka weydiiso hawlaha iyo qaababka aadan aqoonta u lahayn.
- In aad takhtarkaaga ama kalkaalisada la socodsiiso wixii isbeddel ah ee ku yimaad caafimaadkaaga.
- In aad raacdo qorshaha daryeelka ee daaweyntaada.
- In aad tixgeliso bukaanada kale iyo in aad hubiso in ay dadka ku soo booqanaya ay sidoo kale tixgeliyaan.
- In aad qaddariso qorshe hawleedka isbitaalka iyo shaqaalaha.
- In aad qorsheysato qaabka aad lacagta u bixin doonto inta aadan isbitaalka gelin.
- In aad qaddariso daryeeleyaasha iyo in aad dhawrto sharciyada isbitaalka; tani waxay inaga caawinaysaa sidii aan kugu sameyn lahayn bey'ad lagu badbaado oo aan kugu qabano daryeelka ugu fiican. Mararka aad u yar ee ay bukaaka khatar geliyaan amniga bey'adda oo aysan tixgelin shaqaalahayaga, waxaa la ogeysiinayaa takhtarka waxaana suuragal ah in laga saaro.

Kuwa ka qaata Daryeelkaaga

Bukaanada, qoyska, booqdayaasha iyo daryeel caafimaad bixiyayaasha ayaa samaynkara booqashadii kasta ee cisbitaalka nabdoon. Xagga hoose hoose waxaa talooyin badan oo badbaadada iyo caafimaadka ah oo laga yaabo inaad kala kulanto suurtogal ah markaad halkan joogto:

- Xubinta qoyska mid kamida ama qof kale oo la xaqiijiyey ayaa lagala xidhiidhayaa la socodsiinta daryeelka caafimaadka. Arrintan ayaa soo afjaraysa baahida kalkaalinta shaqaalaha si loogu celceliyo macluumaadka la siinayo dadka tirada badan looguna oggolaado inay iyaguna xoogga saaraan daryeelka bukaanka. Sidoo kale waxay kaa caawinaysaa inuu qofkani waydiiyo su'aalo oo uu fahmo jawaabo sidaasi daraadeed ku asqoobimaysid macluumaadka marka aad ku jirto cisbitaalka. Hubso in qofkan fahmo tixtaacaaga daryeelka caafimaadka.
- Si looga faa'idaysto qoskaaga iyo saaxibadaa si looga caawiya u diyaargarowga cisbitaal ka saarista adigoo waydiinaya iyaga sida lagamaamarmaanka ahee ay ugu diyaargaroowbi karaan daryeelka guriga haddii ay noqoto lagamamaarmaan. Shaqooyinkan waxaa laga yaabaa inay ku iraan helitaanka qalab gaara, cunada, daawada ama gaadiidka guriga looga raacayo cisbitaalka.
- Xasuusi booqdayaasha inaan cunno laguu keeni karin intaad joogtid ilaa marka hore kalkaaliye ku hubiyo.

Faallooyinka ama Wallaaca

Waxaa jira qaab ashtakada loo gudbiyo oo ay bukaanka uga qayb qaadan karaan si cabsi la'aan ah oo aan khatar gelin daryeelkooda. Haddii aad wallaac ama ashtako ka qabtid qayb kasta oo daryeelkaaga Swedish ka mid ah, waxaad fadlan si xor ah kala hadashaa agaasime kasta ama qof shaqaalaha ka tirsan qaybtaada ama bukaan eegtadaada. Jiidaha badankooda, sidoo kale waxaa laga yaabaa inaad la xidhiidho Rugta caafimaadka Xidhiidhka Bukaanka si aad ugala hadasho dhibaatooyinka daryeelka caafimaadka. Rugta caafimaadka Xidhiidhka Bukaanku waxay masuul ka tahay First Hill, Ballard, Cherry Hill, Issaquah, iyo Xarunta Daryeelka Gaadiidka Gurmadka (Mill Creek, Redmond iyo Lake Sammamish). Waxaa lagayaabaa inuu kala xidhiidho iyaga:

Rugta Xidhiidhka Caafimaadka
747 Broadway
Seattle, WA 98122-4307
206-386-2111
Ama, khadka 62111 (marka laga soo wacaayo taleefoonka gudaha)

Swedish Edmonds, la xidhiidh Qareenka Bukaanka:

Xarunta Caafimaadka Swedish/Barxada Edmonds
Qareenka Bukaanka
21601 76th Ave. W.
Edmonds, WA 98026
425-640-4365
DL-PatientAdvocate-EDM@swedish.org

La xidhiidh Kooxda Rugaha Caafimaadka Swedish:
Maareeyaha Rugta Caafimaadka wixii Dhibaatooyinka Tooska ah
Fulinta Kalkaalisada wixii dhibaatooyina ee aanu ka hadli karin Maareeyaha Rugta Caafimaadku:
206-320-4924

Waxaa intaasi raacsan, in aad sidoo kale xaq u leedaahay in aad la xiriirto Waaxda Caafimaadka ee Gobolka Washington ama Qaybta Kormeerka Tayada ee Xafiiska Guddiga Wadajirka.

Washington State Department of Health
HSQA Complaint Intake
P.O. Box 47857
Olympia, WA 98504-7857
1-800-633-6828 or 360-236-7400

Xafiiska Tayo Kormeerista
The Joint Commission
One Renaissance Blvd.
Oakbrook Terrace, IL 60181
1-800-994-6610
complaint@jointcommission.org

Haddii aad tahay qof haysta Medicare oo aad ka ashtakoonayso tayada daryeelka, caymiskaaga Medicare, ama ka saaris xilli hore, waxaad kala xiriiri kartaa Qualis Health (Caafimaadka Qualis) cinwaanka soo socda:

Qualis Health
10700 Meridian Ave. North
Seattle, WA 98133
1-800-445-6941

Dardaaranka Hore (Advance Directives) ee Daryeelka Caafimaadka

Waxaannu doonaynaa in aan go'aan ka gaarno daryeelkaaga caafimaadka waxaana kugu dhiirigelinaynaa in aad hore u sii sheegto rabitaankaaga.

Dardaaranka Hore (Advance Directives) waa waraaqo sheegaya rabitaankaaga ku aaddan daaweynta caafimaadkaaga, ama aad ku magacaabayso qof kuu gaara go'aanka haddii aad si daran u xanuunsato oo aadan go'aan gaari karin. Waa muhiim in aad kala hadasho takhtarkaaga iyo reerkaaga ama asaxaabtaada noocyada kala duwan ee go'aanadaan ee daryeelka caafimaadka Sidoo kale waa in ay haystaan koobiga dukumeentiga qoraalka ah ee aad saxiixday. Waxaad keentaa isbitaalka koobiga Dardaaranka Hore (Advance Directives) si loo raaciyo jadwalkaaga.

Qorshe Hawleedka Dib Lagu Soo Celinaayo Neefsashada iyo Dhaqdhaqaaqa Dhiigga (Cardiopulmonary Resuscitation - CPR)

Siyaasada Xarunta Caafimaadka Swedish waxay tahay inay siiso neefsiinta muruqyada wadnaha (CPR) ee loogu talo galy dhammaan bukaanada marka ay joojiyan neefsashada ama uu wadnahoodu uu joojiyo garaaca, marka aad looga baaraandago caafimaad ahaan inay macquul tahay. CPR wuxuu ka sameeyaa cadaaditna laabta iyagoo galinaya tuyuub cunaha hawadana ku cadaadinaya sanbabada. Daawayn dheeraada ayaa laga yaabaa in loo baahdo, sida miishiinada hawo siinta (miishiinada ka caawiya neefsiga) ama aalada (aalada ilaalisa garaaca wadnaha). Waxaa jira khatar dhaawac gaadhaya feedhaha ama unnugyada gudaha marka laabta la cadaadiyo. Sidoo kale, haddii uu dhiigu istaago wadnaha oo hoos u dhaca awgeed, waxaa jiraysa khatar dheeraada, oo ay ka mid tahay dhaawac soo gaadho maskaxda. Ma jirayso balan-qaadis in CPR ay guulaysan doonto.

Haddii aanad rabin CPR, fadlan oggaysii kooxda daryeelka caafimaadka sidaasi daraadeed waxay kaa caawin karaan inaad codsi ahaan ku hesho amarka dhakhtarka oo qoraala. Amarka dhakhtarka waxaa looga baahan yahay si aan laguugu sameyn CPR.

Haddii aad noo sheegto inaanad rabin CPR, waxaanu raaci doonaa waxaad jeceshahay oo waxaanu ku dadaali doonaa inaanu hubino inaad raaxaysato markaad cisbitalka ku jirtid.

Amarka Takhtarka ee Daaweynta Nolol ku Haynta (POLST)

Kani waa dukumeenti takhtarkaaga bixiyo/so oo laga helo xafiiskiisa ama xafiiskeeda. Waxay naga caawinaysaa waxyaalaha ku saabsan rabitaankaaga marka xaalada daryeelka caafimaad degdega ahi dhaco. Waxaa wada saxiixay adiga iyo takhtarkaaga.

Haddii aad haysato dukumeentigaan oo aad u gudbiso shaqaalaha Swedish, koobi ayaan ka sameynaynaa waxaana qiimeynaynaa waxyaabaha ku yaal illaa 24 saacadood illaa takhtarka isbitaalka uu adiga kaagala hadlo macluumaadka ku yaal oo uu kaddibna kaga qoraayo go'aanada daryeelka amarada daryeelka bukaankayaga.

Daawooyinka

Daawayntu waa qayb muhiim ah oo ka tirsan waayo argnimadaada cisbitaalka. Waxaanu kaa filanaynaa inaanu kula socodsiino liiska dhammaan daawooyinka aad hadda qaadatid oo ay ka mid yihiin daawooyinka dhaktarku kuu qoro, fiitamiinada, daawooyin dheeraada iyo daawooyinka aan dhakhtarku kuu qorin. Markaad joogto cisbitaalka, isticmaalka daawada aad dibada ka keensataa waxa kaliya ee la ogolyahay haddii daawada aan farmasigayagu aanu heyn. Waxa kaliya oo laga yaabaa inaad ku qaadato daawooyinkan oggolaansho aad ka hesho dhakhtarkaaga. Inta aad nala joogto, dawooyinka ugu badan ee suurtogal ah ayaa la bixinayaa kuwaas oo si gaara loogu habeeyay inay noqdaan kuwo dawo ahaan badbaadsan.

Su'aalaha Adag (Latalinada Anshaxa)

Wuxuu isbitaalka leeyahay guddiga anshaxa oo la heli karo haddii aad u baahataan adiga iyo reerkaaga in aad wadatashi kala yeelataan go'aanada ku saabsan daaweyntaada. Waxaad fadlan ka codsataa kalkaalisada in ay kaa caawiso.

Qof sii deeqda nolosha

halbowle ku deeqistu waxay ka mid tahay deeqaha ugu waawayn ee aad bixin kartid. Had iyo jeer, qoysaska deeqda bixiya raaxo ayey kala kulmaan oggaanshiyaha inay deeqdoodii caawisay dadka kale oo deeqduna had iyo jeer ay badbaadiso nolosha dadka deeqda hela. Fadlan booqo shabakadahan qiimaha leh ee la xidhiida macluumaadka:

Xarunta Nolosha Waqooyi galbeed – www.lcnw.org
Maanta Nolosha ku Deeq – www.donatelifetoday.com or 1-877-175-5269

Qarsoodiga Macluumaadkaaga Caafimaadka Gaarka ah

Waxaannu doonaynaa in aan ku ogeysiino in aannu badbaadino macluumaadkaaga gaarka ah oo aanan cidna la wadaagin macluumaadkaaga caafimaadka ee gaarka ah ama macluumaadka kale aan ka ahayn marka looga baahan yahay daaweyntaada. Waxaad ka heli kartaa tan iyo faahfaahin kaleba *Barashada Oggaysiiska Macluumaadka.* Waxaanu ku bixinaa oggaysiiskan codsi, sidaasi daraadeed haddii aanad codsan nuqul waqtiga cisbitaalka laguu soo dhigo ama isdiiwan-galintaada, waxaa laga yaabaa inaad ka codsato nuqul daryeel bixiyahaaga ama inaad wacdo Xafiiska isdiiwan-galinta, Bukaanka. Waxaa kugu xiri kara xiriiriyaha taleefoonka ee isbitaalka.

Taageerada Swedish

Bukaano iyo qoysas badan ayaa waydiya sida ay ugu mahadnaqi lahaayeen shaqalaha daryeelka fiican ee ay u qabteen. Mid kamida habka ugu wayn waxaa weeye iyadoo aad u sii marto Xarunta Deeqda Swedish. Nidaamka caafimaadka aan macaash doonka ahayn, Swedish wuxuu isku haleyaa gacan kagaysashada bulshadasi loo xaqiijiyo awoodayada si loo gaadhsiiyo adeegga adduunka ugu wanaagsan oo loo siiyo gobolka aqoonta fududaynta iyo farsamada bukaanadayada. Deeq bixinta ayaa ka caawin karta in dhakhaaatiirtu ay oggaadaan habab cusub si loo daaweeyo bukaanada, loo dhiso tababarada shaybaadhada si loo baro jiilka daryeel bixiyaayaasha, loo siiyo samafalka daryeelka bukaanada aan wali la cayimin oo loo taageero kobcinta kale ee ka dhex socda bukaanka daryeelka. Si loo barto waxyaalo badan, fadlan kala xidhiidh Xarunta Samafalka Caafimaadka Swedish telefoon lambarka 206-386-2738 ama booqo shabakada www.swedishfoundation.org.

SWEDISH

Soo gudbin takhtar oo bilaash ah waxaad kala xidhiidhaa:
1-800-SWEDISH (1-800-793-3474)
www.swedish.org

© 2011 SWEDISH HEALTH SERVICES. ALL RIGHTS RESERVED.

MC-05-05267 (ESI 1132) R-8/11