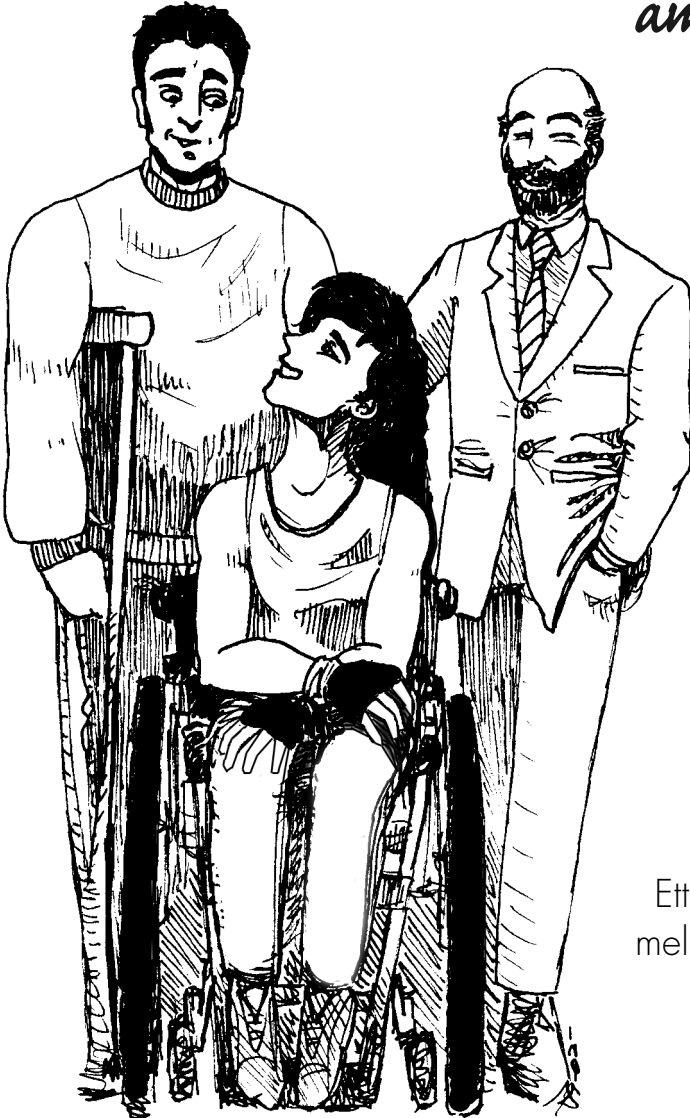


*Talooyin ama tusaale wax ku ool ah oo
loogu talo galay qofka waxyeelladu ay
ka soo gaadhay cudurka dabaysha*

*ama qallalka
ee Polio*



Ett samarbetsprojekt
mellan SIOS och RTP

Projektledning: SIOS och RTP

Illustration © 2002: Johanna Hedberg

Layout och översättning: Ord & Stil

Den här broschyren ges ut på svenska, spanska, arabiska och somaliska

Tryck: Centrumtryck, Avesta, 2002

*Talooyin ama tusaale wax ku ool ah
oo loogu talo galay qofka
waxyeelladu ay ka soo gaadhay
cudurka dabaysha
ama qallalka
ee Polio*

Way mahadsanyihiin shaqaalaha ka shaqeeya rugta lagu qaabbilo daka ay dhibaataadu ka soo gaadhay cudurka dabaysha ama qallalka ee ku taalla isbitaalka jaamicadda Huddinge iyo dhammaan dadka kale ee iyaguna fikradaha wax ku oolka ah u soo jeediyey.

– *Ururka marka la soo gaabiyo loo yaqaan SIOS wuxu la shaqeeyaa
ururka RTP iyo ururka kale ee RTP-S*

► ► ► Tusmada

Hordhac 5

Waa maxay cudurka dabaysha ama qallalka ee

Polio - Marka asal ahaan cilmi loo eego

Dhibaato waa dambe qofka ku soo baxda oo uu

keenay cudurka dabaysha ama qallalku

Sida uu u fido cudurka dabaysha ama qallalka ee Polio 8

Adduunyada

Tallaalista

Iswidhan

Talooyin ama tusaale wax ku ool ah – Waa maxay arrimaha ay tahay in uu ka fikirro qofka waxyeelladu ay ka soo gaadhay cudurka dabaysha ama qallalka ee Polio⁹

Raashinka iyo cuntada gaarka ah

Dawada

Jimicsiga ama tababarashada

Qalabka la adeegsado

Dhagayso oo la soco seenyaalaha uu jidhkaagu bixinayo

Woxogaa talo ama hagid ah oo bulshada loogu talo galay 11

Lacagta gunnada ee loogu talo galay qofka gacan yaraha u ah daka curyaanka ah

Lacagta kaalmada ee loogu talo galay baabuurka

Ooka oo guriga uu deggenyahay si gaar ah loogu talo galo curyaanimadiisa awgeed

Tigidhadda ama habka gaarka ah ee gaadiidka lagu raaco

Tigidhadda ama habka gaarka ah ee lagu tago meelaha fog-fog

Lacagta kaalmada ah ee la siiyo dadka curyaanka ah

U adeegidda dadka gaboobey

Lacagta hawlgabka degdegga ah

Socdaalka qofku uu ku tago isbitaal ama dhakhtar

Xafiiska xidhiidhka shaqada

Xafiiska xidhiidhka shaqada ee loogu talo galay

baxnaaninta ama buulaynta dadka qaybo

jidhka ka mid ah ka curyaanka ah

Mashruuca loogu talogalay cudurka dabaysha ama qallalka

Ururka u shaqeeya ururrada dadka ajnabiga ah ee ka jira waddakan Iswidhan

Ururka iskutagga guud ee dadka ku dhaawacmay gaadiidka ama waxyeelladu ka soo gaadhay cudurka dabaysha ee RTP

Ururka iskutagga guud ee dadka ku dhaawacmay gaadiidka ama waxyeelladu ka soo gaadhay cudurka dabaysha ee RTP qaybtiisa magaalada Istokhoom (RTP-Stockholm).

Rugta lagu qaabbilo daka ay dhibaataadu waa hore ka soo gaadhay cudurka dabaysha ama qallalka ee ku taalla isbitaalka Huddinge

Guddida ama hey'adda qaabilsan dadka curyaamiinta ah

Dhallinyarta curyaamiinta ah

Warbixinta dadka curyaamiinta ah

Ururka guud ee isku xidhka wada shaqaynta ururrada kala duwen ee curyaamiinta

Xarunta ciimiga, talada iyo kaalmada ee loo yaqaan BOSSE

Ujeeddada qaranku ka leeyahay siyaassadda ku waajahan dadka curyaamiinta ah 26

Waraaqahan ama buuggan yar ee warbixintu ku qoran tahay waxaa loogu talo galay qofka uu ku dhacay ee uu waxyeello u geystay cudurka dabaysha ama qallaka ee deggan waddankan Iswidhan laakiin ku dhashay waddanka kale oo dibedda ah. Buugga waxa ku yaalla oo uu ka hadlayaa maaddooyin kaa caawin kara sidii si fudud aad ugu fahmi lahayd dhaawaca uu kuu geystay cudurkaas dabaysha ama qallaka ee loo yaqaan Polio. Maaddooyinkaas buugga ku yaallaa waxay ku siinayaan oo kale talooyin ku saabsan sidii maalmaha caadiga ah aad si fudud wax ugu qabsan lahayd. Waxa kale oo buuggaas aad ka heli kartaa warbixin ku saabsan fursadaha kala duwen ee bulshada, caawimada la xidhiidha wixii tallaaba ah ee xagga baadhitaanka la samayn karo iyo sidii arrimahaas loo codsan lahaa.

Hey'adaha iyo ururrada buuggan yar lagu magacaabay ee lagu soo qaaday intooda badani waxay khuseeyaan qofka deggan gobolkan Istokhoom. Hey'adaha ama ururrada la magacaabay way kala duwanaan karaan haddii aad deggen tahay meel kale oo aan Istokhoom ahayn. Degmooyinku waxay ku kala duwanaan karaan qawaaniinta ama xeerarka. Lakiin kaalmada ay dawladdu bixisaa waa isku mid iyada oo aan loo eegayn degmada aad deggentahay.

Waxa kale oo weliba buuggan yar adeegsan kara dadka si kale xubnaha jidhkoodu u tamar daran yihiin ee cudurkan dabaysha ama qallalku aanu wax yeelin, maaddaama tallaabooyinka kaalmada ee bulshadu ay qaadayso ay u siman yihiin dad badan oo tamardarrida jidhkoodu ay kala duwen tahay.

Haddii aad doonayso warbixin ama aqoon dheeraad ah oo ku saabsan waxaad iibsan kartaa “buugga yar ee loogu talo galay dadka cudurka dabaysha ama qallalku uu wax yeelleeyey“. Waxaana buuggaas yar soo saaray hey'adda marka la soo gaabiyo loo yaqaan

RTP (ururka iskutagga guud ee ay leeyihiin dadka ku dhaawacmay gaadiidka ama waxyeelladu ay ka soo gaadhay cudurka dabaysha ama qallalka). Warqadda ama foomka buuggan yar lagu dalbanayaa waxay ku taallaa xagga ugu dambaysa ee buuggan yar.

Waa maxay cudurka dabaysha ama qallalku – Marka asal ahaan cilmi loo eego?

Cudurka dabaysha ama qallaka ee Polio waxa weeyi faarays ku dhaca caloosha iyo xiidmaha ama midhiqirrada, waxaanu faayraskaasi ku fidaa oo lagu kala qaadaa biyaha iyo dabaysha. Waxa jira saddex nooc oo ah fayraska keena cudurka dabaysha ama qallalka.

Guud ahaan faayraskaasi wuxuu weeraraa habka dhexe ee dareemayasha qofka, isaga oo intuu qofka afka ka soo galo dabadeed jidha u gudba, kadibna wuxu raacaa oo uu ku fidaa dhiigga isaga oo sii mara dhuumaha midhiqirrada ama xiidmaha.

Sida cudurku uu qofka ugu dhoco iyo marxaladaha uu marana waxa loo kala saari karaa saddex weji: Wejiga ama marxaladda hore waxa weeyi sida hargabka oo calooshuna qofka xannuunto, xummad iyo daal. Wejiga labaadna waxa lagu garto waxa ka mid ah qoorta ama luqunta oo qofka tiriigta, wejiga saddexaadna waa dabayl (qallal) ama baaralaays. Heerarkaas kala duwen ee cudurku soo maro ka dib, qofku wuu ka bogsan karaa baaralaaysnimda. Haddii kalese waxa dhinta oo cudurkaasi uu dilaa unugyada dareemayaasha iyada oo weliba dhaq-dhaqaaqa qofkuna uu noqdo mid xaddiden oo xubnaha dhaq-dhaqaaqu ay wax noqdaan.

Mid ka mid ah hawsha uu qabto unugga dareemuhu waxa ka mid ah in uu seenyaale ama baaq uu siiyo nudaha yar yar ee muruqa si nudahaasi ay u shaqeeyaan. Haddaba haddii uu dhinto mid ka mid ah unung dareeme (nervcell) ama uu dhaawacmo arrintaasi waxay wax ka baddeshaa nudaha muruqyada kuwaas oo hadhow shaqayn kari waaya. Dabadeed qofka ayaa curyaamaya.

Dhibaato waa dambe qofka ku soo baxda oo uu keenay cudurka dabaysha ama qallalku

Dhibaataada qofka waa dambe ku soo baxda oo uu keenay cudurka dabaysha ama qallalku waxa weeyi xaalad dadka ku soo baxda marka da'doodu ay tahay 15-40 sannadood marka u soo maro marxaladaha kala duwen ee degdegga ah ee cudurka. Raadadka ama calaamadaha uu cudurkaasi ka tagey tusaale ahaan waxa ka mid ah in muruqyadu daciifaan ama tamar darreeyan muruqyada iyo qofka daalka jidhku aad ugu bato. Calaamadaha kale ee aad caadiga u ah ee cudurkaasi waxa weeyi muruqyada oo qofka xannuuna, xubnaha oo xanuuna, qofka oo qabowga aan u adkaysan karin iyo mararka qaarkood oo qofka neefsashadu ay ku adkaato. Dad badan oo ka mid ah dadka dhibaataadu ka soo gaadhay cudurkaas dabaysha ama qallalka ee polio ayaa raadadka ama xanuunka uu cudurkaasi ka tagey waxay u dareemaan si herar kala duwen ah.

Sababaha cudurkaas dabayshu uu qofka ugu sii kordhi karo ama ugu sii raagayaa waxay ku xidhnaan karaan dhowr arrimood:

- Qofka oo markii uu bukooday heerka xanuunku aad ugu darnaa
- Qofka oo muddo dheer bukey markii uu xanuunku ku dhacay
- Qaybo jidhka oo si aad ah uga soo kabtay ka dib markii cudurku dabayshu ku dhacay.
- Qofka oo cudurku ku dhacay isaga oo qof weyn ah.
- Qofka oo dhaawac ama waxyeello joota ahi ka soo gaadhay cudurkaas dabaysha.
- Miisaan badani jidhka kaga kordho.
- Qofka oo muruqyadu xanuunaan jimicsi uu sameeyey awgeed.

(buuggan yar ee qacanta lagu qaato ee loogu talo galay dadka ay waxyeeladu ka soo gaadhay cudurka dabaysha ama qallalka, ee ay soo saaray ururka marka la soo gaabiyo loo yaqaan RTP sannadkii 2001dii)

▶ ▶ ▶ Sida uu u fido cudurka dabaysha ama qallalka ee Polio

Adduunyada

Lama garanyo inta cudurkan dabaysha ama qallalka ee Polio uu adduunka ka jiray, Laakiin arrintii ugu horraysay ee cudurkan lagu xaqiijiyaa waxay ahayd, in la helay sawir laga qaaday oo muujinaya nin u dhashay waddanka masaarida oo qiyaastii noolaa 4000 oo sanno ka hor dhalashadii Nebi Ciise (naxariisi korkiisa ha haatee). Ururka caafimaad ee adduunka ee loo yaqaan (WHO), ayaa waxay ku qiyaaseen in maanta adduunka ay jiraan inta u dhaxaysa 10 ilaa 20 milyan oo qofka oo waxyeello ay ka soo gaadhay cudurka dabaysha ama qallalka ee Polio. Waxa la rumaysan yahay in ku dhow 40% dadkaas ka mid ah in dhibaataadu cudurkaasi ay waa dambe ku soo bixi karto. Cudurkaas dabaysha ama qallalka ee Polio wuxu maanta ka jiraa 30 waddan oo adduunka ku yaalla, waxaana ugu badan waddamada Afrika iyo waddamada ku yaalla bariga dhexe. Ururka adduunka caafimaadka u qaabilsan ee marka la soo gaabiyo loo yaqaan WHO ayaa hadefkiisu yahay in uu tirtiro oo uu xididda u saaro cudurkaas dabaysha ama qallalka ee Polio sannadku marka uu yahay 2005ka. Sannaddadii ugu dambeeyeyna si xoog ah ayuu cudurku hoos ugu dhacay.

Tallaalista (vaccinering)

Si haddaba si wanaagsan loogu dhowro oo loo ilaaliyo ka hortagga cudurka dabaysha ama qallalka ayaa waxa loo baahan yahay in had iyo jeer la tallaalo dadka cusub ee dhalanaya ammase dadka waddan kale ku soo guuraya ee soo gelaya.

Dhammaan carruurta Iswidhan deggen waxa la siiyaa 4 tallaal oo ah ka hortagga cudurka dabaysha ama qallalka. Haddaba dadka waaweyn ee aan hore isku tallaalin waa in ay cudurkaas iska tallaalaan. Qofka uu shaki kaga jiro ee aan hubin inta irbadood ee uu hore u qaatay wuxuu qaadan karaa irbad ama hal tallaal oo kale oo dheeraad ah, mana jirto wax khatar ah oo ka imanaysa hadii qofku qaato irbad ama tallaal dheeraad ah. Dadka uu ku dhacay ee uu waxyeelleeyey cudurka dabayshu waa in iyaguna ay is tallaalaan.

Iswidhan (Sverige)

Sida dhabta ah lama oga inta qof ee cudurka dabaysha ama qallalka uu dhibateeyey ee deggen waddankan Iswidhan. laakiin ururka iskutagga guud ee ay leeyihiin dadka ku dhaawacmay gaadiidka ama waxyeelladu ay ka soo gaadhay cudurka dabaysha ee Polio ee marka la soo gaabiyo loo yaqaan RTP ayaa waxay ku qiyaaseen in Iswidhan ay joogaan ugu

yaraan 15 000-20 000 oo qof oo cudurkaas dabaysha ama qallaku uu waxyeello soo gaadhsiiyey. Xitaa waxa tiradaasi ku jira oo lagu daray dadka kale ee asalkoodu ajnabiga ahaa ee aan waddankan Iswidhan u dhalan.

Waddankan Iswidhan ayaa ahaa waddanka ugu badan adduunka dadka qaba cudurka dabaysha ama qallaka ee Polio marka loo eego dadka tiradiisu inta ay leegtahay. Haddaba cudurkaasi wuxuu si ba'an waddanka Iswidhan u aafeeyey sannadkii 1953dii isaga oo cudurkaasi curyaamiyey ama baaralaays ka dhigay 3500 oo qof. Daawada tallaalka ee cudurkaasi dabaysha waxa ugu horrayn la soo saaray sannadkii 1957kii. Sannaddadii ugu horreeyeyna waxa la tix geliyey oo mudnaata koowaad la siiyey carruurta iyo dhallinyarada. Waddanka Iswidhan qiyaastii cudurkaasi wuxu gebi ahaanba ka dabar go'ay sannadkii 1963kii, ka dib markii toddoba sannadood dadka la tallaalayey. Hur munga polioskadade det finns i Sverige vet man inte säkert, men RTP har beräknat att det finns minst 15 000–20 000 polioskadade. Denna siffra omfattar även dem som har ett annat ursprungsland än Sverige.

Sverige hade det högsta antalet förlamningsfall i världen i förhållande till sin folkmängd. Den stora epidemin i Sverige 1953 ledde till 3500 fall av förlamningar. Vaccin mot polio blev tillgängligt 1957 och det var barn och ungdomar som hade förtur de första åren. I Sverige upphörde polio nästan helt 1963, sju år efter poliovaccinationens införande.

▶ ▶ ▶ Talooyin ama tusaale wax ku ool ah oo loogu talo galay qofka waxyeelladu ay ka soo gaadhay cudurka dabaysha ama qallalka ee Polio

Raashinka iyo cuntada gaarka ah

- Iska jir in miinsaanku uu kordho, maaddaama miisaanka aad u badani uu kordhinayo dhibta iyo culayska ku dhacaya xubnaha iyo habka dhismaha ee muruqyada.
- Waxa kale weiba xitaa muhiim ah in qofku iska jiro khamriga, gaar ahaan xilliyada fiidkii ama habeenkii, waayo khamrigu dhibaatooyinka uu keeno waxa ka mid ah isaga oo qofka ay ku adkaato wax liqiddo iyo habka nafaqada ee jidhka oo uu isbaddel ku sameeyo.
- Waxaad cuntaa cuntada ay ku badan tahay maaddeda dhirta iyo midhaha laga helo ee loo yaqaan Fibrerik mat.
- Waxa muhiim ah in qofku helo sharaab ama dareere ku filan. Waxana fiican in maalintiiba aad cabto laba litir oo biyo ah si aad jidhka aan biyo la'aani ugu dhicin.

Dawada

- Had iyo jeer iska jir maaddooyinka wax lagu suuxiyo ee mukhaadaraadka ah. Tusaale ahaan maaddeda Magnecyl iyo waxyaabaha la mid ah ee ka kooban dawada loo isticmaalo yaraynta xummadda iyo xanuunka ee (acetylsalisylsyr), kuwaas oo sii kordhiya xanuunka muruqyada iyo xubnaha.

Jimicsiga ama tababarashada

- Qof kasta oo xanuunka dabayshu si gaar ah ayuu u wax yeelleeyey, sidaas awgeed tababarkooduna wuu kala duwenyahay. Sidaas awgeedna waxa muhiim ah in qof kastaba loo sameeyo barnaamuj tababarkiisa u gaar ah.
- Dhammaan dadku tababar way samayn karaan. Dadka qaarkood waxyaabaha sida aadkla ah ugu fiicnaan kara waxa ka mid ah, isdabcinka, qaadista waxyaabo culus si looga hortago lafo jilayca, ama is kala bixinta si loo ilaaliyo dhaq-dhaqaaqa xubnaha jidhka.
- Waxa kale oo dadka cudurka dabaysha ama qallaku waxyeelleeyey aad ugu fiican ku

tababarashada ama ku dabbaalashada meelaha ama weelka biyaha lagu shubo ee loo yaqaan (bassäng). Maaddaama culayska muruqyda ku dhacayaa uu ka yar yahay ka ku dhacaya marka meelo kale lagu tababaranayo.

Qalabka la adeegsado

- Si looga hortago wixii dhibaato ah ee muruqyada tammar darri u keenaya gaar ahaan haddii badanaa aad kufto, ayaa waxa loo baahan yahay qalab loo kaalmaysto baandhayjka (södbandage), ulaha lagu boodo, bakooradaha ama kuraasta curyaamiinta.
- Maraka qaarkood waxa fiican in qofku uu nasto marka muruqyadu ay xanuunayaan. Xanuunka muruqyada waxyaabaha qofka ka caawiya ee wax u tara waxa ka mid ah qofka oo hab kulul lagu daaweeyo sida (tusaale ahaan barkimooyinka la kululeeyo), habka irbadaha dadka Igu mudmudo ee loo yaqaan akupunktur, waxa kale oo weliba caawinkara habka kale ee loo yaqaan TENS iyo dawooyinka baabiiya caabuqa.
- Isbaddelka aad ku samayso sida ama habka aad u socoto tusaale ahaan: adeegsida ulaha lagu boodo ayaa lagama maarmaan ah si dhabarku aanu kuu xanuunin.
- Ka fikir sida aad wax uga baddaleyso nolol maalmeedkaaga si uu caafimaadkaagu u fiicnaado. Waxyaabaha kuu fududayn kara waxa ka mid ah hawlaha xilli firaqaha oo aad baddesho ama marka aad meel ka kacdo ee aad meel kale fadhiisanayso.

Dhagayso oo la soco seenyaalaha uu jidhkaagu bixinayo

- U firso oo foojiga u yeelo isbaddellada jidhkaaga. Dhagayso oo la soco hadba seenyaalaha uu jidhkaagu bixinayo.
- Qof kastaaba waa in uu ogaadaa inta awooddiisa iyo adkaysigiisu uu leegyahay si aanay ugu dhicin waxaanu qaadi karayn oo awoodoodiisa ka baxsani.

► ► ► Woxogaa talo ama hagrid ah oo bulshada loogu talo galay

Iswidhan waxay hore u marisay oo ay isbaddallo ku samaysay dhowr sharciyada iyo hey'adaha ka mid ah si loo xoojinayo xuquuqda dadka curyaamminta ahi ay ku leeyihiin bulshada dhexdeeda. Tusaale ahaan waxa jira hey'ad ka wakiil ah dadka curyaamiinta ah oo la yidhaa "Handikappombudsmanen", waxaana weeyi hey'ad ilaalisa danaha iyo xuquuqda ay leeyihiin dadka curyaamiinta ahi. Waxa jira laba qaanuun oo muhiim ah, kuwaas oo ka hadla wixii kaalmo ama adeeg ee loo baahan yahay in bulshadu uu u qabato dadka curyaamiinta ah. Labdaas qaanuunna waxa weeyi qaannunka qaabbilsan adegga bulshada ee loo yaqaan (SOL) iyo qaanuunka kale ee qaabbilsan kaalmada iyo u adeegidda qaar ka mid ah dadka curyaamiinta ah ee marka la soo gaabiyo loo yaqaan (LSS).

Waxa kale oo weliba jira lacag kaalmo ah oo qofku ka dalban karo qasannadda caymiska ama degmeda.

Marka aad codsanayso kaalmada waxa had iyo jeer muhiim ah in aad buuxiso warqadda ama foomka lagu codsado, kaas oo aad ka soo qaadan karto qasnadda caymiska ama bogga internetka ee (www.fk.se), haddii kale kama dacwoon kartid haddii jawaab diidma ah lagu soo diro. Haddii aad u baahato in lagaa caawiyo sida loo buuxiyo foomka wax lagu codsado ama aad hayso wax su'aalo ah waxaad la xidhiidhi kartaa la taliyaha jooga meesha lagu qaabbilo daka dhibaataadu ay waa hore ka soo gaadhay cudurka dabaysha ama qallalka ee taalla isbitaalka (Huddinge Sjukhus), ama ururka BOSSE amase gacan yarahaaga weydiiso in uu ku caawiyo. Had iyo jeerna waxaad xaq u leedahay in aad codsato lacag kaalmo ah. Marnaba waa in aanad ku qancin ama aannad raalli ku noqon in inta qof gacan yara ahi uu telefoon kugula hadlo uu ku yidhaahado ma helaysid kaalmo gaar ah. Waxaad ka codsataa in u ku siiyo oo u kuu soo diro waraaqadda foomka ah ee lagu codsado lacagta kaalmada ah.

Waxa kale oo weliba muhiim ah in si fiican aad isku diyaarisoo inta aanad codsan kaalmooyinka iyo adeegyada kala duwen. Ha isku taxllujin oo ha ka fikirin saadasha ee waxaad sharraxdaa dhibaatooyinka ku haysta iyo awooddaada hoos u dhacday dhaawacaaga awgeed.

Adiga naf'ahaantaadu goob joog ayaad ka noqon kartaa marka arrintaada la wado ee lagu guda jiro. Taasina waxay kuu suurta gelinaysaa in aad ka jawaabto wixii su'aalo ah isla markaana aad sharraxdo xaaladdaada inta aan arrintaada wax go'aan ah laga gaadhin. Haddii aad doonayso in aad goobjoog ka noqoto arrintaada, waxaad is wergelisaa gacan yarahaaga jooga xafiiska qasnada caymiska. Waxaanad xusuusnaataa in had iyo jeer aad xaq aad u leedahay in turjumaan ah lagu qabto.

Lacagta gunnada ee loogu talo galay qofka gacan yaraha u ah daka curyaanka ah (waxa laga dalban karaa qasnadda caymiska ama degmeda)

Lacagta gunnada ee la siiyo qofka gacan yaraha ahi weeyi lacag loogu talo galay adigaaga aan is dabberi karayn ee aan qabsan karayn waxyaabaha aasaasiga ah ee aad uu u baahan tahay.

Waana lagu caawinayaa iyada oo lagu qabanyo qof ku caawiya oo gacan yaro kuu ah.

Haddaba baahida aasaasiga ahi waxay noqon kartaa xagga nadaafadda qofka amase marka dhar xidhashada iyo dhar iska saaridda. Haddii ay kula tahay in aad u baahan tahay in lagu qabto qof gacan yaro ah in ka badan 20 saacadood toddobaadkiiba, kolkaa waxaad arrintaas ka codsanaysaa xafiiska qasnadda caymiska. Haddii baahida gacan yaraha aad u qabtaa ay ka yar tahay 20 saacadood toddobaadkiiba kolkaas waxaad ka codsanaysaa degmeda.

Lacagta kaalmada ee loogu talo galay baabuurka (waxa laga codsanayaa xafiiska qasnadda caymiska)

Qofka si joogta ah ay dhibaato weyni uga haysato xagga dhaq-dhaqaaqa amase aan raaci karayn gaadiidka guud ee dadweynaha ayaa waxa lagu caawin karaa lacag kaalmo ah oo baabuur u siisto. Haddii qofkaasi uu ka mid yahay mid ka mid ah kooxahan ama dabaqadahan xagga hoos ku qoran:

- 1 Qofka qaybo jidhka ka mid ah ka curyaanka ah ee ay da'diisu ka hoosayso 65 sannadood isla markaana u baahan gaadhi si uu u shaqeeyo ama uu wax u barto.
2. Qofka qaybo jidhka ka mid ah ka curyaanka ah ee ay da'diisu ka hoosayso 50 sannadood ee aan shaqayn waxbarashana aan ku jirin.
- 3 Qofka waalidka ah ee qayb jidhka ka mid ah ka curyaanka ah ee uu la deggen yahay ilma da'diisu ka hoosayso 18 sannadood..
- 4 Qofka waalidka ah ee haysta ilmo qayb jidhka ka mid ah ka curyaan ah. Ilmaha iyo waalidku waa in ay wada deggenaadaan.

Codsi qoraal ah ayaa laga samaynayaa xafiiska qasnadda caymiska, xafiiskaas oo qof kasta arrintiisa si gaar ah u tijaabinaya, waxaanu xafiisku soo jeedinayaa hindise si go'aan loo gaadho. Go'aankana waxa gaadhaya guddida ama hey'adda caymiska bulshada ee loo yaqaan (socialförsäkringsnämnden). Qofka wax codsanayana waxa looga baahanyahay in uu keeno warqad dhakhtareed. Qodobbada 2- 4 xitaa waxa qofka looga baahan yahay in uu keeno warqadda wadista gaadiidka. Wixii go'aan ah ee guddidaa ama hey'addasi ay gaadhanna waa laga dacwoon karaa.

Qoka oo guriga uu deggenyahay si gaar ah loogu talo galo curyaanimadiisa awgeed (lacagta ku baxaysana waxa laga dalban karaa degmeda)

Haddii dhibaato ay kaa haysato in aad socoto ama dhaq-dhaqaado gurigaaga dhexdiisa, kolkaa waxaad dalban kartaa lacagta guriga laguugu habaynayo ee sida gaarka ah laguugu samaynayo curyaanimadaada awgeed, taas oo loo yaqaan (bostadsanpassning). Qofka dadka ka caawiya dhaq-dhaqaaqa iyo tababarka xubnaha jidhka ee loo yaqaan (Arbetsterapeuten) ayaa guriga kuugu imanaya waxaanad kawada hadlaysaan baahida ku haysa iyo wixii qalab la adeegsado ee markaas la helayo. Lacagtaas kaalmada ahi kuma xidhna oo looma eegayo mushaarada qofka soo gasha mana jiro kharash xadeysani. Wixii go'aan ah ee arritaas laga gaadhana waa laga dacwoon karaa.

Tigidhadda ama habka gaarka ah ee gaadiidka lagu raaco waxa laga codsan karaa degmeda

Tigidhka ama habka gaarka ah ee gaadiidka lagu raaco waxa la siiyaa qofka ay ku adagtahay in uu raaco gaadiidka caadiga ah ee ay dadweynuhu raacaan. Mararka qaarkood waxa ku caawinaya qof kale, waxa kale oo qofka curyaanka ahi uu raaci karaa gaadhi tagsi ama bas ah oo loogu talo galay dadka curyaamiinta ah oo lacagtooduna jaban tahay. Tigidhkaas ama habkaas gaarka ee gaadiidka lagu raaco waxa laga codsan karaa xafiiska maamulka bulshada ee qofkaasi deggen yahay, adoo weliba xafiiskaas ka helaya warbixin ku saabsan qiimaha tigidhadaas iyo wixii qawaaniin ah ee jira. (Qiimayaasha, waraaqaha foomamka, qawaaniinta iwm degmooyinku way ku kala duwen yihiin. Marka tigidhkaas ama habkaas aad codsanayso waxaad u baahantahay in aad keento warqad dhakhtareed).

Laga bilaabo kowda bisha juulaay ee sannadkii 2000 qofka qayb jidhka ka mid ah ka curyaanka ee deggen degmeda Istokhoom wuxuu xaq u leeyahay in ugu badnaan uu socdaalo 208 jeer sannadkiiba. Qawaaniin gaar ah ayaa khuseeya wixii socdaallo ee lagu tagayo shaqada iyo waxbarashada. Waxa kale oo weliba qofka la siin karaa tigidho gaar ah haddii qofku si ku meel gaadh ah uu meel kale u tagayo, tigidhadaasna waxa la yidhaa tigidhada lagu tago gobolada kale (utomlänsbiljetter). Tigidhadaasna qofku hore ayuu u codsanayaa socdaalka ka hor, waxaanu ka codsanayaa meesha laga bixiyo tigidhada ama habka gaarka ee gaadiidka lagu raaco.

Haddaba xaq u yeelashada adeeggaas ama tigidhaas gaarka ah ee gaadiidka lagu raaco waxa lagu go'aamiyaa “qaanuunka u yaalla adeegga ama tigidhada gaarka ah ee gaadiidka lagu raaco“ ee (loo yaqaan Lagaen om färdtjänst). Wixii go'aan ah ee la gaadhana waa laga dacwoon karaa. Gobollada ama degmooyinka waddankuna qawaaniintaas way ku kala duwen yihiin.

Tigidhada ama habka gaarka ah ee lagu tago meelaha fog-fog waxaa laga codsan karaa degmeda

Haddii aad u socdaalaysyo meelo fog-fog kolkaa waxaad codsan kartaa tigidhada ama habka gaarka ah ee lagu tago meelaha fog-fog. Tigidhadaasna waxaad ku tegi kartaa meelahaas adiga oo aan bixin lacag ka badan qiimaha lagu raaco kuraasta darajada 2aad ee tareenka. Waxa kale oo weliba lagu oggol yahay in uu ku raaco qof gacan yaro ah oo kuu adeegga (tusaale ahaan marka aad tareennada baddelayso). Qofkaas gacan yaraha ahi wuu kula soconayaa haddii loo baahdo.

Lacagta kaalmada ah ee la siiyo dadka curyaanka ah (waxa laga codsan karaa qasnadda caymiska)

Haddii kharash badani kugu baxo curyaanimadaada awgeed aad baahi weyn u qabto kaalmo iyo adeeg, kolkaa waxaad codsan kartaa lacagta kaalmada ah ee curyaamiinta la siiyo, waxaanad soo gudbinaysaa codsi qoraal ah. Waxaana lagaaga baahanyahay warqad dhakhtareed. Qof kasta baahidiisa si gooni ah ayaa loo eegayaa go'aanka qofka laga gaadhana waa laga dacwoon karaa. Haddaba warbixin iyo talo dheeraad codsiga ku saabsanba waxa laga helayaa xarunta cilmiga, talada iyo kaalmada ee loo yaqaan BOSSE iyo ururka iskutagga guud ee ay leeyihiin dadka ku dhaawacmay gaadiidka ama waxyeelladu ay ka soo gaadhay cudurka dabaysha ee Polio ee marka la soo gaabiyo loo yaqaan RTP qaybtiisa qaabbilsan degmeda Istokhom.

U adeegidda dadka gaboobay (waxa laga codsan karaa degmeda)

Qofka ka qaybo jidhka ka mid ka curyaanka ahi haddii uu u baahdo kaalmo iyo /ama qof guriga uga adeega curyaanimadiisa awgeed, kolkaa wuxu codsan karaa in guriga laga caawiya. Baahida qofkana si gaar ah ayaa loo qiimaynayaa. Kharashka ku baxayana waxa loo eegaya dakhliga qofka soo gala, taas oo degmooyinku ku kala duwen yihiin. Arrntaas kaalmadana waxa lagu go'aamiyaa qaanuunka qaabbilsan adeega bulshada ee marka la soo gaabiyo loo yaqaan (SOL). Wixii go'aan ah ee la gaadhana waa laga dacwoon karaa.

Lacagta hawlgabka degdegga ah (waxa laga codsan karaa qasnadda caymiska)

Waxaad qaadan kartaa lacagta hawlgabka degdegga ah ee loo yaqaan (förtidspention) haddii da'daadu ay u dhaxayso 16 ilaa 65 sannadood oo aanad shaqayn karayn curyaanimo degdeg ah oo kugu soo baxday awgeed. Lacgataas hawlgabka ahna waxa loo eegaa hadba inta ay

leegtahay awooddaada waxqabadku, lacagta lagu siinayana waxa lagu bilaabaa nus ama kala badh, ama saddex meelood laba meelood ahaan ,afar meelood saddex meelood ahaan, ama waxa lagu siinayaa lacata hawlgabka oo dhan.

Haddaba si qofka loo siiyo lacagta hawlgabka waa in qofku ugu yaraan uu deggenaadaa muddo seddex sannadood ah, waxaana laga soo bilaabayaa maalintii uu qofku codsaday sharciga rasmiga ee deggenaasha waddanka. Lama tirinayo snadka uu qofku codsnayo lacagta hawlgabka ah.

Socdaalka qofku uu ku tago isbitaal ama dhakhtar

Haddii aad tagayso Isbitaal ama rugta daryeelka caafimaadka, isla markaana aanad raaci karin gaadiidka dadweynaha, kolkaa waxa lagu siinayaa tigidhka bukaan socodka, waxaana ku siinaya maamulka caafimaadka ee gobolka.

Ugu horrayn tigidhka waxa loogu talo galay in lagu raaco gaadiidka dadweynaha, waxaadse raaci kartaa gaadhi aad leedahay ama waxaad ku raaci kartaa habka kale ee loo yaqaan (färstjänst).

Xafiiska xidhiidhka shaqada

Xafiiska xidhiidhka shaqada ee Arbetsförmedlingen shaqadiisu waxa weeyi in uu eego oo hubiyo in meelaha shaqadu ka bannaan tahay daku ay galeen oo ay ka shaqeeyaan iyo in dadka bilaa shaqada ah laga caawiyo sidii ay u dooran lahaayeen shaqo iyaga ku habboon. Waxaad ballan ka qabsan kartaa qof gacanyara ah oo ka shaqeeya xafiisaka xidhiidhka shaqada amase adiga naf'ahaantaada ayaa eegi kara kombiyuutarrada kuwaas oo aad ka eegi karto wixii shaqo ah ee ka bannaan kombiyuutarka shaqooyinka bannaan la geliyo. Shaqaalaha jooga xafiiska shaqada ayaa ku tusaya sida koombiyuurrada looga baadho shaqooyinka bannaan. Waxa kale oo weliba shaqooyinka bannaan lagu soo qoraa jaraa'idka yaalla xafiiska shaqada. Xafiiska xidhiidhka shaqadu waxa kale oo uu weliba kaala talin karaa haddii aad doonayso in shaqada aad iska baddesho amase aad waxbarasho bilowdo.

Waxa jira xafiisyo dhowr ah oo ku yaalla waaxda ama gobolka Istokhoom oo aad ka heli karto warbixin dheeraad ah. Cinwaanka boggooda Internetkuna waxa weeyi: www.ams.se

Si dadka bilaa shaqada ah loogu fududeeyo sidii ay shaqo u heli lahaayeen ayaa waxa jira tallaabooyin dhowr ah oo qofka lagu taageerayo:

Kabista lacagta mushaarada

Kabista lacagta mushaaradu waxa weeyi kaalmo la siinayo shaqo-bixiyayaasha si ay u shaqaaleeyaan dadka qaybo jidhka ka mid ah ka curyaank ah. Warbixin dheeraad oo arrintaas ku saabsan waxay shaqo-bixiyayaashu ka heli karaan Xafiiska xidhiidhka shaqada qaybta qaabbilsan baxnaaninta ee marka la soo gaabiyo loo yaqaan (AF Rehab).

Tababarka shaqada

Ugu badnaan muddo lix bilood ah ayaad goob shaqo ku tababaran kartaa haddii aad bilaa shaqo tahay waxaana lagu siinayaa lacagta kaalmada seyladda waxbarashada ee loo yaqaan (dagpenning). Ujeeddada tababarku waxa weeyi hab dadku ay ku bartaan xirfadda shaqada waxaanu qofku tababarkaas sameeyaa iyada oo la caawinayo. Adiga naf'ahaantaada ayaa waxaad dalban kartaa meesha aad doonayso in aad ka shaqayso ee aad tababarka ku qaadato, dabadeedna waxaad la xidhiidhaysaa xafiiska xidhiidhka shaqada ee Arbetsförmedlingen, si xafiisku uu kuugu oggolaado meesha meeshaasi aad ka shaqaynayso.

Waxbarashada seyladda shaqada ee

Haddii aad doonayso in aad barato xirfad gaar ah amase aad dhigato dugsiga sare, dugsiga waxbarashada dadka waaweyn ee Kom Vux, ama dugsiga la seexo ee waxbarashada dadka waaweyn, ama jaamicadda injineeriyadda ayaa waxa jirta fursad qofka lacag lagu siinayo, iyada oo qofka lacagta loo siinayo hab ah taageris hawlqabasho ama firifricooni. Waxbarashada seyladda shaqada ayaa lacagtaas la siiyaa si ay kor ugu qaadaan in qofka bilaa shaqada ahi uu helo fursado uu shaqo ku helo. Haddaba xafiiska xidhiidhka shaqada ayaad ka heli kartaa liis taxane ah oo ay ku qoran tahay waxbarashooyinka seyladda shaqada ee jira.

Qalabka shaqada fududeeya / qofka oo la waafajiyo goobta shaqadiisa

Qasnadda caymiska waxaad ka dalban kartaa lacag kaalmo ah haddii meesha aad ka shaqayso aad uga baahan tahay qalab gaar ah oo shaqadaada aad u adeegsado. Cidda aad u shaqayso ayaa arrintaasi kaalmo lacageed lagu siin karaa haddii loo baahan yahay in goobta aad ka shaqayso lagu waafajiyo qayb jidhkkaga ka mid ah oo awood darro ku dhacday awgeed. Haddii adigu aad shirkad gaar ah leedahayna waa lagu siin karaa lacagtan kaalmada ah haddii ugu yaraan aad shaqaysay muddo lix bilood ah.

Xafiiska xidhiidhka shaqada ee loogu talo galay dadka qaybo jidhka ka mid ah ka curyaanka ah ee waagii hore loo yaqaannay AMI

Waxa jira xidhiidh shaqo oo gaar ah oo lagu talo galay qofka awooddisa wax qabasho ay kala dhiman tahay. Xafiiska xidhiidhka shaqada ee loogu talo galay qofka qaybo jidhka ka mid ah ka curyaanka ah (ee waagii hore loo yaqaannay AMI) ayaa wuxuu qofka bilaa shaqada ah siinayaa baxnaanin iyo talo ku saabsan xirfad gaar ah. Waxaana jira dhowr xafiis oo ku yaalla magaalada Istokhoom. Xafiiska aad adigu tagaysaana wuxuu ku xidhan yahay meesha aad deggan tahay. Warbixin dheeraad ah waxaad kala xidhiidhaa xafiiska xidhiidhka shaqada.

Mashruuca loogu talagalay cudurka dabaysha ama qallalka

Mashruuca waxa ka dambeeya oo hawshiisa wada ururka marka la soo gaabiyo loo yaqaan SIOS oo ah (Ururka wada shaqaynta ee qaabbilsan ururrada jinsiyadaha kala duwen ee waddankan Iswidhan), waxaanu la shaqeeyaa ururka marka la soo gaabiyo loo yaqaan RTP-Qaybtiisa qaabbilsan degmeda Istokhoom.

Mashruucan waxa la bilaabay 1dii bishii meey ee sannadkii 2000 waxaanu soconayaa muddo saddex sannadood ah. Mashruucaas waxa loogu talo galay qofka ay waxyeelladu ka soo gaadhay cudurkaas ee deggen waaxda degmeda Istokhoom laakiin aan Iswidhan ku dhalan. Haddaba ujeeddada mashruuca laga leeyahay waxa weeyi in lagula socodsiiyo xuquuqda aad leedahay, isla markaana lagaa caawiyo sidii aad ula xidhiidhi lahayd hey'adaha iyo weliba in lagaa caawiyo xagga shaqada iyo waxbarashada. Waxa kale oo weliba mashruucani khuseeyaa oo loogu talo galay ururrada ay leeyihiin dadyaowga kala duweni si loo muujiyo xaalladda ay ku sugan yihiin dadka ay waxyeelladu ka soo gaadhay cudurka dabaysdha ama qalalka ee polio.

Waxa kele oo weliba mshruucu doonayaa in uu tijaabiyo habab ama dariiqooyin kala duwen si dadka ururrada mashruuca ka tirsani ay ula xidhiidhaan Ururka RTPiyo hawlaha uu qabto.

Ururka u shaqeeya ururrada dadka ajnabiga ah ee ka jira waddankan Iswidhan

Ururka SIOS waxa weeyi urur ka shaqeeya arrimaha ay wadaagaan dadyowga ka kala yimid waddamada kala duwen ee Iswidhan deggen. Arrimahaasina waxay noqon karaan xaqa qofku u leeyahay dhaqankiisa, afkiisa hooyo iyo wixii su'aalo ah ee la xidhiidha midab kala sooca. Ururka SIOS wuxuu u shaqeeya sidii loo heli lahaa caddaalad, sinnaan iyo bulsho dimuquraaddi ah.

Ururradan guud ee xaggan hoose ku yaal ayaa ka xubno ka ururka SIOS: Ururka guud Asiiiriyiinta, Ururka guud Jiliyiinta, Ururka guud ee Eretarida, Ururka guud Fiinishka iyo iswidhishka, Ururka guud ee Griigga, Ururka guud ee iiraanta, Ururka guud ee talyaaniga, Ururka guud ee kurdida, Ururka guud ee Burtuqiisak, Ururka Guud ee reer Boolean. Ururka guud ee Seerbida Iswidhan, Ururka guud ee isbaanishka, Ururka guud ee iswidhishka iyo fiinishka, Ururka guud Siiriyiinta, Ururka guud ee turkida. Goobjoog: Ururka guud ee soomaalida. Warbixin dheeraad ah oo ku saabsan xubin ka noqoshada ururka SIOS waxaad ka heli kartaa bogga Internetka ee u leeyahay ururkaas SIOS.

Ururka SIOS cinwaankiisu waxa weeyi: Bellmansgatan 15, 1tr, 118 47 STOCKHOLM.

Telefoon: 08-643 90 60

Fax: 08-643 90 68

Elektarooniga boostuna waxa weeyi: e-post: kansli@sios.org

Cinwaanka bogga Internetkuna waxa weeyi: www.sios.org

Ururka iskutagga guud ee dadka ku dhaawacmay gaadiidka ama waxyeelladu ka soo gaadhay cudurka dabaysha ee RTP

Ururka iskutagga guud ee ay leeyihiin dadka ku dhaawacmay gaadiidka ama waxyeelladu ay ka soo gaadhay cudurka dabaysha ee Polio ee marka la soo gaabiyo loo yaqaan RTP, ayaa wuxu ka wakiil yahay gaadiidka, shilalka gaadiidka iyo dadka waxyeelladu ay ka soo gaadhay cudurka dabaysha ee Polio ee deggen waddankan Iswidhan. Marka laysku daro Ururkaas RTP waxa ka tirsan oo xubno ka ah 23 000 oo qof oo deggen waddankan Iswidhan. Haddaba ururkaas RTP wuxu shaqeyaa ilaa heer qaran, waxyaabaha uu ka shaqeyana waxa ka mid ah sidii siyaasiinta loo baddeli lahaa waxna looga dhaadhicin lahaa, loona heli lahaa wixii macluumaad ah. Waxa kale oo ururku uu ka shaqeyaa sidii uu dadka ugu sheegi lahaa talo iyo taageero ku saabsan caymiska gaadiidka, caymiska bulshada iyo wixii su'aalo ah ee la xidhiidha adeegga bulshada. Waxa kale oo weliba ururkaasi ka shaqeyaa sidii loo taageeri lahaa ee loola socon lahaa wixii cilmi baadhis ah ee faa'iido u leh danta ay leeyihiin xubnaha ururkaas ka tirsani.

Cinwaankuna waxa weeyi: Adress: RTP, Vintergatan 2, Box 2031, 169 02 SOLNA.

Lambarka telefoonkuna waxa weeyi: 08-629 27 80.

Lambarka Fax:kuna waxa weeyi: 08-281560

Elektarooniga boostuna waxa weeyi: e-post: info@rtp.se

Cinwaanka bogga Internetkuna waxa weeyi: Hemsida: www.rtp.se

Ururka RTP qaybtiisa magaalada Istokhoom

Ururka RTP ee magaalada Istokhoom waxa weeyi ururka qaabilsan degmeda Istokhoom. RTP waxaanu maamulaa oo uu taladeeda leeyahay gobolka magaalada Istokholm oo dhan. Degmadu waxay soo diyaariyaas Siminaarrada, shirarka, koorasyada iyo hawlaha kala duwen ee firfircoonida. Tusaale ahaan: Halkaas dadku waxay kula kulmaan kooxaha waayo aragnimada leh iyada oo laysku dhaafsado waaya aragnimooyinka kala duwen. Sannad kasta ururka RTP waaxdiisa qaabilsan degmada Istokhoom wuxuu u soo diyaariyaa in tammashlayn lagu tago meelaha miyiga ah, buuraha, meelaha jasiiradaha ee yar yar, matxafyada taariikhiga ah iyo kalluumaysiga. Waxa qofku uu amaahan karaa qalabka la adeegsado wakhtiyada xilli firaqaha ah. Qofku wuxuu jimicsi tababar ah ku samayn karaa ururka ay leeyihiin dadka dabbaashaa, waxaa qofka arrintaas ka caawinayaa shaqaalaha ka shaqeeya jimicsiga jidh-dhiska dadka buka. Ururka RTP ee degmada Istokhoom waxa kale oo uu weliba leeyahay xarun dadka lagu siiyo talo bixin bilaash ah, waxaana halkaas dadka

kula taliya dad aqoon leh. Waxayna dadka ka caawiyaan su'aalaha kala duwen ee ku saabsan arrimaha hey'adaha, cudurka polio iyo dadka qayb jidhka ka mid ah ka curyaanka ah. Haddaba qofka ururkaasi xubinta ka ah waxa loo soo dirayaa wergeys ama joornaal sannadkiiba afar jeer soo baxa oo ay ku qoran yihiin qodobbo, warbixin ku saabsan hawlaha kala duwen, iyo horumarkii ugu dambeeyey ee lagu sameeyey qalabka cusub ee la adeegsado.

Cinwaankuna waxa weeyi (adress): RTP-S Strandbergsgatan 61, 112 89 Stockholm.

Lambarka telefoonkuna waxa weeyi: 08-545 622 60

Lambaraka Fax:kuna waxa weeyi: 08-545 622 75

Elektarooniga boostuna waxa weeyi: e-post: rtp-s@telia.com

Cinwaanka bogga Internetkuna waxa weeyi: (hemsida): www.rtp.se

Rugta lagu qaabbilo daka ay dhibaatusu waa hore ka soo gaadhay cudurka dabaysha ama qallalka ee isbitaalka Huddinge Sjukhus

Kooxda ka shaqaysa rugta lagu qaabbilo daka dhibaatusu ay waa hore ka soo gaadhay cudurka dabaysha ama qallalka ee isbitaalka Huddinge ayaa kugu soo dhaweynayaan caawimooyin kala duwen. *Dhakhtarkuna* wuxu kugu soo dhaweynayaa baadhitaan, xanuun baadhid, baadhitaan cilmi ahaan, warbixin, talo siin, wax qabad, warqad caddayn ah iyo meelo kale oo u kuu gudbiyo. *Shaqaalaha qaabbilsan dhaq-dhaqaaqa iyo tababar jidhkuna* waxay ku siinayaan talo si nolol maalmeedku ay kuugu dhib yaraato. Taasina waxay noqon kartaa in lagu habeeyo qalab aad adeegsato oo guriga aad ku haysato, guriga iyo goobta shaqada oo si gaar ah oo adiga ku waafaqsan laguugu habeeyo. *Shaqaalaha qaabbilsan Jimicsiga* ayaa samaynaya qiimayn kuna caawinaya kuuna samaynaya tababar kelidaas ah iyo mid dad badan aad la samaysaba. *Qofka la taliyaha* ayaa warbixin kaa siinaya wixii tallaabooyin kaalmo ah ee jira isaga oo weliba kaa caawinaya sidaa kaalmooyinkaas u codsan lahayd. Waxa oo kaalinyuhu uu weliba la soconaya arrimahaaga, tusaale ahaan isaga oo la xidhiidhaya hey'adaha marka arrintaasi loo baahdo.

Isbitaalka jaamicadda ee Huddinge (Huddinge Universitetssjukhus)

Cinwaan: Adress: Postpoliomottagningen, Rehabmedicinska kliniken R43, 141 86 Stockholm

Telefoonka gudbinta (tfn vxl): 08-585 800 00

Guddidada ama hey'adda qaabbilsan dadka curyaamiinta ah

Guddida ama hey'adda qaabbilsan dadka curyaamiinta ah ee loo yaqaan handikappombusmannen, waxa weeyi hey'ad dawli ah oo ilaalisa arrimaha ku saabsan xuquuqda iyo danta ay leeyihiin dadka qaybo jidhka ka mid ah ka curyaanka ahi.

Guddida ama hey'adda qaabbilsan dadka curyaamiinta ahi hawsha ay qabato waxa ka mid in ay la socoto bal in lagu dhaqmay qaanuunka mamnuuncaya in shaqada dhexdeeda lagu midab kala sooco dadka qaybo jidhka ka mid ah ka curyaanka ah.

Guddidada ama hey'adda qaabbilsan dadka curyaamiinta ah(handikappombudsmannen)

Cinwaanka boosta: Postadress: Box 49132, 100 29 Stockholm

Cinwaanka booqashada: Besöksadress: StErikskatan 44, 3 tr.

Telefoon: 08- 20 17 70 • Fax: 08-20 43 53

Boosta elektarooninguna waxa weeyi (e-post): info@ho.se

Bogga Internetkuna waxa weeyi (hemsida): www.ho.se

Dhallinyarta curyaamiinta ah

Dhallinyarta curyaamiinta ahi waa qayb ka mid ah xafiiska xidhiidhka shaqada ee loogu talo galay dadka qaybo jidhka ka mid ah ka curyaanka ah (funktionförhinder), waxayna la xidhiidhayaan adigaaga 30 jirka ah ee qayb jidhka ka mid ah ka curyaanka ah.

Dhallinyarta curyaamiinta ah (unga handikappade).

Cinwaanka: Adress: Arenavägen 57, plan 5, 121 18 JOHANNESHOV

Telefoon: 08-600 71 59

Fax: 08-60071 51

Warbixinta dadka curyaamiinta ah

Warbixinta dadka curyaamiinta ah ee marka la soo gaabiyo loo yaqaanno (HU) waxa weeyi warbixin lagaga hadlaya oo ku saabsan su'aalaha dadka curyaamiinta ah ee deggen gobolka Istokhoom. Halkaasna waxa laga heli karaa macluumaad ku saabsan wixii taageero iyo xuquuq ah, hawlaha firfircoonida ee xilli firaaqaha, waxyaabihii ugu dambeeyey ee dhacay iwm.

Telefoon: 08-690 60 10.

Cinwaanka bogga Internetkuna waxa weeyi: www.hu.sll.se

Ururka guud ee isku xidhka wada shaqaynta ururrada kala duwen ee curyaamiinta

Ururka HSO waxa weeyi urur isku xidha oo ka dhexeeya 37 urur oo kala duwen oo ay ku bahoobeen dadka curyaamiinta ah ee waddankan Iswidhan. Haddii qaybo jidhka ka mid ah aad ka curyaan tahay isla markaana aad u baahan tahay warbixin ku saabsan arrimo kala duwen oo adiga ku khuseeya waxaad la xidhiidhi kartaa ururkaas marka la soo gaabiyo loo yaqaan (HSO).

Ururka (HSO)

Cinwaanka boostuna waxa weeyi: Postadress: Box 1386 172 27 Sundbyberg

Cinwaanka booqashaduna waxa weeyi: Besöksadress: Sturegatan 4, 2tr. Sundbyberg

Lambarka telefoonkuna waxa weeyi: 08-546 40 450

Lambaraka Fax:kuna waxa weeyi: 08-546 40 444

Elektarooniga boostuna waxa weeyi: e-post: hso@hso.se

Cinwaanka bogga Internetkuna waxa weeyi: (hemsida): www.hso.se

Xarunta cilmiga, talada iyo kaalmada ee loo yaqaan BOSSE

Xarunta BOSSE waxa loogu talo galay qofka qaybo jidhka ka mid ah ka curyaanka ah (funktionsförhinder), isla markaana da'diisu ay ka yar tahay 65 sannadood una baahan in laga caawiyo arrimo hey'ado kaga xidhan. Xafiiska BOSSE wuxuu kula socodsiinayaa oo u kuu sheegayaa xuquuqdaada waxaanu kaa caawinaya xidhiidhka xagga hey'adaha. Tusaale ahaan, Codsiyada ama arrimaha aad ka dacwoonayso. Haddii dhibaato ay kaa haysato xagga daryeelka caafimaadka waxaad la xidhiidhi kartaa xafiiska BOSEE, isaga yaa kaa caawinaya sidii meel sax ah aad ula xidhiidh lahayd. Waxa kale oo weliba xafiiska BOSSE uu kuu soo diyaarinayaa koorsayo iyo waxbarashooyin kale. Adeegga ama shaqadaas lagu qabanyaa waa mid bilaash ah oo aan lacag ahayn. Haddii turjumaan loo baahdana waa lagu qabanayaa.

Xafiiska BOSSE (BOSSE).

Cinwaanku waxa weeyi: Adress: Döbelnsgatan 59, 113 52 Stockholm

Lambaraka telefoonkuna waxa weeyi: 08-544 88 660 • Lambarka Fax:kuna waxa weeyi: 08-544 88 661

Elektarooniga boostuna waxa weeyi: bosse@bosse-kunskapscenter.se

Cinwaanka bogga Internetkuna waxa weeyi: www.bosse- kunskapscenter.se

► ► ► Ujeeddada qaranku ka leeyahay siyaassadda ku waajahan dadka curyaamiinta ah

Golaha baarlamanka ee waddankan Iswidhan ayaa 31kii bishii meey ee sannadkii 2000 waxay oggolaadeen hinddise loo bixiyey “från patient till meedborgare- oo ah qorshe qarameed loogu talo galay siyaasadda ku waajahan dadka curyaamiinta ah”.

Haddaba qorshaha la dhigay wuxuu ansaxinayaa hadefyada ama ujeedooyinka qarameed ee loogu talo galay siyaasadda ku waajahan dadka curyaamiinta ah. Waana sidan hoos ku qoran:

- Bulsho wada jir ah oo ku salaysan dad kala duwen.
- In bulshada la habeeyo si dadka qaybo jidhka ka mid ah ka curyaanka ah oo da’ kasta iskugu jiraa ay si buuxda uga qayb qaataan hab nololeedka bulshada.
- In la simo xaaladaha nolosha ee wiilasha iyo gabdhaha, dumarka iyo ragga ee qaybo jidhka ka mid ah ka curyaanka ah.

Kuwa qorshayaasha ugu muhiimsanina waxa weeyi:

- In la caddeeyo oo la baabbiyo waxyaabaha caqbadaha ku ah in dadka curyaamiinta ahi ay si buuxda uga qayb qaataan bulshada
- In laga hortago oo laga halgamo midab kala sooca lagu sameeyo dadka curyaamiinta ah.
- In carruuta, dhallin yarada iyo dadka waaweyn ee qaybo jidhka ka curyaamiinta ah ah loo oggolaado in iskood ay u madax bannaanaadaan oo waxay doonayaan go’aansadaan.

Buugga loogu talo galay dadka dhibaataada ama waxyeelladu ay ka soo gaadhay cudurka dabaysha ama qallalka ee loo yaqaan

Ugu yaraan waddankeenna maanta waxa jira 15.000 - 20.000 oo ah dad dhibaato ama waxyeello ka soo gaadhay cudurka dabaysha ama qallalka ee Polio. 90% dadkas ka mid ah waxa ku soo baxay dhaawacyo waa hore ka soo gaadhay cudurkaa oo loo yaqaan (postpoliosyndrom, PPS). PPS waxa weeyi dhaawacyo cusub oo dhawaanaha ku soo baxay dadkii uu cudurkaasi hore u waxyeelleeyey, dadkaas waagii hore dhibaataadu cudurkaas ka soo gaadhay muddo badan ayaan wax isbaddel ahi ku dhicin markii ugu horrayntii si degdeg ah cudurku ugu dhacay ka dib. Haddaba calaamada badanaaba lagu yaqaan wax yeelladaas cusbi waxa ka mid ah muruq xanuun qofka ku kordha, habka dhismaha muruqyada oo daala iyo xubnaha jidhka oo islisa.

Haddaba dad bada ayaa si aad ah uga murugooda kolka ay isku arkaan waxyeelladaas cusub ee kaga timid cudurkii dabaysha ee waa hore ku dhacay. Waxaanay u murugaysan yihiin in ay dib ugu noqdaan xaalladdii ay ku jireen ka dib markii cudurku waagii hore si kedis ah ugu dhacay. Haddaba dadka aan iyagu ogeyn in cudurkaasi Polio uu ku dhacay ayaan sideedaba laga dhaadhicin karin naxdinna ku ah waxyeelladan cusub ee ka timidday cudurkii hore ugu dhacay.

Buuggan gacantu wuxuu sharraxayaa waxay tahay waxyeelladaas cusub ee dhawaanta dadka ku soo baxday iyo wixii tallaabooyin ee loo baahan yahay in laga qaado. Waxa kale oo weliba buuggu ka hadlayaa sida dadka cudurku waxyeelleeyey naf'ahaantoodu ay xaq u leeyihiin in sidaas immika ay u dhaawacan yihiin ay tamartooda ku haystaan oo aanay hoos u sii dhicin.

Ugu horrayntii buuggan waxa loogu talo galay dadka ay waxyeelladu ka soo gaadhay cudurka dabaysha ama qallalka ee Polio, waxa kale oo iyagana loogu talo galay qaraabada iyo shaqaalaha daryeelka caafimaadka ee maamulka caafimaadka ee gobolka iyo degmooyinka.

Pris: 125 kr
Medlemspris: 75 kr

Best.nr: 246

**Box 2031, 169 02 Solna. Tfn: 08-629 27 80. Fax: 08-28 15 60.
E-post: info@rtp.se. Hemsida: www.rtp.se**

Jag beställer ex av "Handbok för polioskadade"

Beställare:

Fakturan ställs till Tfn:

Fakturaadress

Postnr Ort

Leveransadress

Postnr Ort

Datum Underskrift



Riksförbundet för Trafik- och Polioskadade

Medlem

Ej medlem

**Portokostnad
tillkommer!
Beställningen
skickas mot
faktura**



SAMARBETSORGAN FÖR
ETNISKA ORGANISATIONER
I SVERIGE

R T P

Riksförbundet för Trafik- och Polioskadade

Följande riksförbund är medlemmar i SIOS:

Assyriska RF, Chilenska RF, Eritreanska RF, Finlandssvenskarnas RF,
Grekiska RF, Iranska RF, Italienska RF, Kurdiska RF, Portugisiska RF, RF
Polska föreningen, Serbernas RF i Sverige, Spanska RF, Sverige-Finska RF,
Syrianska RF, Turkiska RF. *Observatör:* Somaliska RF.