

Cadaadiskaaga Dhiiga: Hubi • Garo • Wadaag

Cadaadiska dhiiga hooyada waa qiyaasta muhiimka ah ee wakhtiga uurka iyo ka dib marka uu ilmahu dhasho. Cadaadiska dhiiga muddada uurku waxa uu go'aan ka gaadhaa sida uurkaaga loo maareeyo, waxa uu ka warbixiyaa wakhtiga ugu habboon ee dhalida, iyo waxa uu ishaaraa ama tilmaamahaa khataraha iyo adkaanshaha hooyada iyo ilmaha. sida bilaabida dhiiga karka iyo HELLP Syndrome, muddada uurka iyo toos ka dib.

KU HUBI Cadaadiskaaga Dhiiga Xaga Guriga

Qaado ugu yaraan 2 akhris maalintii: Hal subaxdii iyo hal fiidkii ah. Diiwaan geli dhammaan natiijooyinka.

Ka hor inta aanad Qaadin Cadaadiskaaga Dhiiga

tag xamaamka



u fadhiso si degen
3-5 daqiiqadood



30 daqiiqo gudaheed
HA



sigarka
caba



cuna



qaatay
dawo



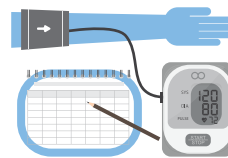
qaata
kafaa'iin



jimicsada

Qaad Cadaadiskaaga Dhiiga

- Sare u la fadhiiso gacantaada iyaddoo u soo baxsan heer u dhow wadnahaaga, saar gacanta aan waxba lagu xidhan dhexda duubka xaga sare ee suxulkaaga.
- Lugaha ha is dul saarin oo cagtu si siman ha u taalo sagxada.
- Gijji duubka ku xidhan gacantaada oo hagaaji jararacda lagu soo xidhayo.
- Cadaadi START. Duubku naqas ayaa geli doono, maroojinaya gacntaada, ka dibna naqaska wuu ka baxaa. U neefso si caadi ah, ha hadlin, weli weli oo nefis.
- Diiwaan geli tirooyinkaaga labba jeer maalintii



GARO Cadaadiskaaga Dhiiga

Garaaca wadnaha sare BP (tirada sare)		Garaaca wadnaha hoose BP (tirada hoose)	
Ka yar 140	iyoo	Ka yar 90	Caadi
140 ilaa 159	ama	90 ilaa 109	Wac adeeg bixiyahaaga daryeelka caafimaadka
160 ama ka sareeya	ama	110 ama ka sareeya	Raadso daryeelka caafimaadka degdega ah

WADAAG Cadaadiskaaga Dhiiga

- Kala hadal diiwaanka cadaadiskaaga dhiiga dhammaan ballamaha dhalmada ka hor iyo dhalmada ka dib.
- Raac tirooyinka jaalaha iyo cadaanka ah isla markaaba. Ha sugin ballanta la qabtay



The Cuff Kit

