Markii aad guriga aadeysid

Markaad ka baxdo cisbitaalka ee aad u socoto gurigaaga ,waxaad heleysaa warbxin qoraal ah oo ku saabsan wakhtigii aad joogtey cisbitaalka. Warbixinta waxaa ku jiraaya magaca iyo dadkaad la xiriireysid. Waxyaalaha ku caawinaaya ee aad guriga u qaadanaysid waa waxyaalo la hubiyey oo ku haboon baahidaada. Liis ku saabsan waxyaalahaas caawinaada ah ayaa lagu siinayaa kolka aad cisbitaalka ka baxaysid.

Warbixinta lagu siinaayo kolka aad cisbitaalka ka baxaysid waa qoraal kooban oo ku saabsan sababta aad cisbitaalka u joogtey, daryeelka lagu siiyey iyo waxyaalihii dhacay intaad cisbitaalka ku jirtey. Qorshahaas waxaa uu jirayaa inta laguu samaynaayo qorshe qof ahaaneed oo la agaasimey ee kolka lasoo gaabiyo loo yaqaan (SIP).

Liis kooban oo ku saabsan waxyaalaha aan guriga u qaadanayo:

....

....

....

....

....

....

Region Örebro län

Postadress: Region Örebro län, Box 1613, 701 16 Örebro **E-post:** regionen@regionorebrolan.se
Besöksadress: Eklundavägen 2, Örebro **Tel:** 019-602 70 00 **Fax:** 019-602 70 08
www.regionorebrolan.se

Waxa loo baahan yahay inaad ogaatid inta aadan guriga aadin

Qof weyn iyo qof yarba waxaa uu u baahan yahay daryeel sii soconaaya ka dib kolka aad cisbitaalka ka baxdid. Warbixintaan gaaban ayaa ayaa ku siineysa dhamaan talaabooyinka la maraayo – Laga bilaabo maalinta aad cisbitaalka soo gashid ilaa aad ka soo baxidid.

Waa inaad dareentaa deganaansho iyo nabadgelyo kolka aad gudiga tagtid

Region Örebro län

Qorshuhu waxaa uu ka bilaabanayaa kolkii aad cisbitaalka soo gashid

Joogitaankaaga cisbitaalka ka dib waa inaad si la hubo ugu noqotaa gurigaaga, adigoo helaaya taageerada aad u baahan tahay.Sidaas darteed waxaa uu cisbitaalku wada shaqeyn dhow la leeyahay rugta daryeelka caafimaadka ee xaafadaada ah/ meesha aad degan tahay. Wakhtiga aad noo timaado ee cisbitaalka lagu dhigo ayaan ku wargelinaa rungta daryeelka caafimaadka ee xaafadaada in halkaan lagugu daaweynaayo si qorsheyntu u bilaabato. Fariintaas waxaa kaloo ku qoran maalinta la filaayo inaad cisbitaalka ka baxdid. Haddii aad ogolaato waxaan gudbin karnaa sababta aad cisbitaalka u joogtid, taasoo la mid ah warbxinta uu dhakhtarkaagu ku siiyo. Waxaas waxaa loo samaynayaa si wakhtiga aad joogto dhakhtarka u noqdo mid aad ku qanacdo.

Wakhtiga la filaayo inaad cisbitaalka ka baxdo:

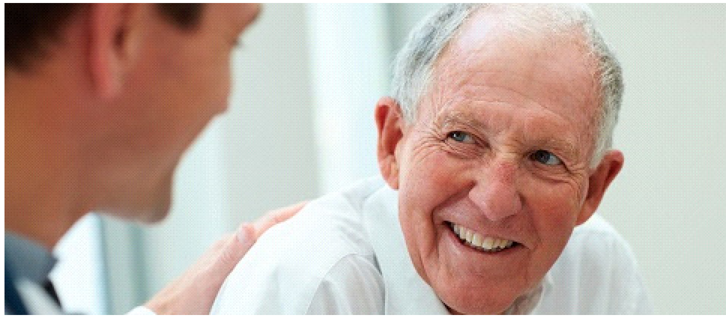
....

Xiriir caafimaad oo joogto ah

Wakhtiga aad ku jirtid cisbitaalka ayaad ogaaneysaa qofka aad xiriirka joogtada ah la samayneysid ee ku sugan rugta caafimaadka degmada/ xaafada. Qofkaasi wuxuu kaa caawinayaa inuu agaasimo caafimaadkaaga iyo daryeelkaaga kolka aad guriga tagto ee aad caafimaad iyo daryeel u baahato. Kolkii aad adigu ogolaato waxaa la isugu imanayaa qorshe lagu magacaabo –qorshe caafimaad oo loo soo gaabiyo(SIP).

Qofka aan xiriirka caafimaad ee joogtada ah la leeyahay waa:

....



Qorshe qofeed la soo agaasimey (SIP)

Waxaa muhiim ah inaad dareemeysid deganaansho maadaama aad ogtahay in qorshahaaga caafimaad lagu dhex jiro, iyo weliba meesha aad la xiriireysid kolka aad u baahato. Qorshuhu waxaa uu salka ku hayaa waxa adiga muhiimka kuu ah.Adiga ayaa mar walba jooga oo qorshaha qayb buuxda ka ah.

Qorshaha waxaa si cad ugu qoran qof kastaa waxa uu masuul ka yahay. Waxa adiga iyo qaraabadaadu aad masuulka ka tihiin iyo waxyaalaha ay hay`aadka kale masuulka ka yihiin oo howsha ku biiranayaan. Waxaa kaloo muhiim ah sida howsha loo hubinaayo dhinaca mustaqbalka.

Adiga ayaa qayb ka ah oo go,aanka wax ka gaarayo kolka la go,aansanaayo meesha qorshaha lagu dejinaayo. Waxaa ugu fiican in qorsheynta lagu dejiyo gurigaaga. Waxaa jira fursad in shaqaale kale qorshaha kaga qayb galaan dhinaca muuqaal- baahiyaha iyagoo jooga meel kale. Taasi xitaa qaraabada ayey u sahleysaa iney ka qaybgalaan shirka iyagoo jooga meel kale.

Tan ayaa muhiim ii ah:

....

....

....