Akhbaar dheeraad ah oo luqado badan lagu qoray waxaad ka heli kartaa:

Barnaamijka Baaritaanka
Kansarka ku dhaca Makaanka afkiisa ee Manitoba
5-25 Sherbrook St
Winnipeg, MB
R3C 2B1
1-866-616-8805
204-788-8626

•

Bookmark (calaamada la dhexgeliyo bogaga buuga)
Waxa haween walba laga rabo inay ka ogaato baaritaanka Pap tests

•

Brochure (buug yar oo warbixin ahaan loo soo saaro)
Natiijada baaritaanka Pap tests- waxa haween walba laga rabo inay ka ogaato
Meesha lagu xafido qoraalada- xaqiiqda iyo akhbaarta

•

Fiidiyowga
Baaritaanka Pap tests- waxa haween kasta ay ubaahantahay in ay ka ogaato
Colposcopy (baaritaan loo isticmaalo qalab wax weyneeya ama iftiimiya) - waxa haween walba ay ubaahan tahay inay ogaato

Xasuusin: fiidiyowga waxa laga heli karaa maktabadaha dadweynaha ee Manitoba

Somali *07/08*

Yaa laga talaalaa HPVga?
Talaalka waxaa lasiiyaa haweenka uusan weli fayraska HPV ku dhicin.

Inksatoo raga uu ku dhaca HPVga ku dhaca xubnaha taranka lama garanayo in talaalka uu wax u tari karo raga. Talaalka ulajeedadiisu waa in lagu yareeyo kansarka ku dhaca makaanka afkiisa.

Talaalku ma iga difaacayaa dhamaan noocyada HPV?
Maya, talaalka waxa uu kaa difaacayaa oo keliya noocyo ka mid ah HPVga.

Ka waran hadii aan hore u qabay cudurka HPVga, markii la I talaalayay?
Talaalku kaama daaweynayo jeermiska cudurka HPVga ku haya. Hadii aadan qabin noocyada HPVga ee talaalka ku jira, in aad istalaasho waxa ay kaa difaacaysaa noocyada aadan qabin.

Xageen ka heli karaa Talaalka?
Weydii bixiyaha xanaanada cafimaadkaaga.

Hadii la i talaalo weli miyaan ubaahanahay in aan aado baaritaanka Pap testga?
Haa, weli waad ubaahantahay in aad hesho baaritaanka Pap tests sababtoo ah:

- talaalka kaa ma difaaci karo dhamaan noocyada HPVga
- markaad talaalka qaadanaysay waxa laga yaabaa in aad qabtay HPVga
- talaalka marnaba kama helaysid difaac dhamaystiran

Dumarka mar uun loo galmooday waa inay si joogta ah u aadaan baaritaanka Pap tests. Sanadkiiba hal mar ayay ubaahan yihiin dumarku in ay aadaan baaritaanka Pap test ilaa mudo sadex sano ah.

Hadii natiijada baaritaanadaas ay caadi noqdaan kadib labadii sano hal mar ayaad ubaahantahay in aad aado baaritaanka Pap tests.

Weydii bixiyaha xanaanada caafimaadkaaga markii aad leedahay baaritaankaaga kale ee Pap tests

Hadii aan qabo HPV ma waxa ay ka dhigan tahay in kansar igu dhici doono?
Maya, Xaaladaha badankood HPV ma keeno kansar. Noocyada HPV qayb ka mid ah ayaa isbedel waxay ku keenaan makaanka afkiisa kaasoo kugu keeni kara kansarka ku dhaca makaanka afkiisa.

Waa inaad si joogta ah u aadaa baaritaanka Pap tests. Baaritaanka Pap tests ayaa lagu heli karaa isbedelada uu HPVgu ku keeno makaanka afkiisa.

HPV waxa kale oo uu isbedel ku keeni karaa qaybaha kale ee jirka, tusaale ahaan, dabada, xubinka taranka raga, unugyada taranka dumarka iyo afka. Sida makaanka afkiisa oo kale, isbedeladaasi waxay keeni karaan kansar.

Maxaa dhici kara hadii unugyada makaanka afkiisa uu isbedel ku dhaco is la mar ahaantaana baaritaan kayga Pap tests uu noqdo mid aan caadi ahayn?
Waxaad ubaahnaan doontaa in lagugu celiyo baaritaan kale oo Pap test ah ama laguu gudbiyo khabiir takhasus u leh. Khabiirka ayaa go'aan ka gaari doonaa in wax daawayn ah loo baahan yahay. in hore loo daaweeyo isbedelada ku dhaca makaanka afkiisa ayaa waxa ay kaa difaacaysaa kansarka ku dhaca makaanka afkiisa. Waa inaad ilaalisaa dhamaan balamaha ku saabsan baaritaanka Pap test ee aan caadiga ahayn.

HPV
Human Papilloma Virus
(Fayraska dadka u keena burooyinka korka kasoo baxa ee aan faafin)

Waxa qof walba laga rabo in uu ka ogaado HPVga ku dhaca xubnaha taranka.

BARNAAMIJKA BAARITAANKA KANSARKA KU DHACA MAKAANKA AFKIISA EE MANITOBA

CancerCare MANITOBA
ActionCancerManitoba

Manitoba

Barnaamijka Baaritaanka Kansarka ku dhaca Makaanka afkiisa ee Manitoba waa barnaamij caafimaad oo Manitoba ah, oo uu maamulo " Xanaanada kansarka Manitoba"

All translated materials completed in partnership with Sexuality Education Resource Centre

Waa maxay HPV?
HPV waa human pappilomavirus (fayraska dadka u keena burooyinka korka ka soobaxa ee aan faafin). In ka badan boqol nooc oo fayraskan ah ayaa bini'aadamka ku dhici kara.

Muxuu HPV sameeyaa?
Noocyo ka mida HPV ayaa waxay keenaan burooyinka caadiyan ka soo baxa gacmaha iyo cagaha

Noocyo kale oo HPV ah ayaa waxay sababaan burooyin kasoo baxa xubnaha dhalmada iyo agagaarkooda (xubinka taranka raga, xubinta taranka dumarka, dabada ama makaanka afkiisa).

Noocyo kale oo HPV ah ayaa waxay sababaan is bedel ku dhaca makaanka afkiisa kaasoo ku keeni kara kansarka ku dhaca makaanka afkiisa.

Noocyada HPV ee keena burooyinka kasoo baxa gacmaha iyo cagahu kuma dhaci karaan xubnahaaga dhalmada.

Noocyada HPV ee ku dhaca xubnahaaga taranku kuma dhici karaan gacmahaaga iyo cagahaaga

HPV ma cudur si guud loo yaqaanaa?
HPV waa cudur inta badan la yaqaan.Ugu yaraan afartii (4) qofba sadex (3) ayaa inta ay nool yihiin qaadi kara HPVga ku dhaca xubnaha taranka. Burooyinka kasoo baxa xubnaha dhalmada ama isbedelada ku dhaca makaanka afkiisu qof walba kuma dhaco.

Sideen ku qaadi karaa HPV?
Waxaad si sahlan ku qaadi kartaa HPV hadii lagaaga galmoodo afka, xubnaha dhalmada ama dabada ama is taataabashada. Waxaad ku faafin kartaa HPV adoon wax calaamado ah isku arag sida(burooyinka, ama isbedelada ku dhaca makaanka afkiisa).

Hadii aan u galmooda qof aan isku jinsi nahay miyaan ka walwalayaa HPV?
Haa, HPV waxaa la isugu gudbin karaa labo qof walba oo isku galmoota.

Hadii ay iga soo baxaan burooyinka ku dhaca xubnaha dhalmada ama makaankayga afkiisa isbedelo, taas macanaheedo ma waxaa weeye saxiibkaygii hore ayaa qabay HPV?
Muhiim ma aha. Taas macnaheeda waxaa weeye inta aad nooshahay waad qaadi kartaa fayraska.

Ma ogaan karaa qofkii aan ka qaaday HPV?
Caadiyan suurtagal ma aha in la ogaado goorta ama qofka aad ka qaaday jeermiska cudurka dhaliya.

Ma qabi karaa HPV aniga oo aan ogaan?
Haa, HPV waa ku jiri karaa jirkaaga adiga oo aan ogaan sanado badan. Burooyinka ama isbedelada ku dhaca xubnaha taranka waxay soo shaac bixi karaan sanado badan kadib markii aad qaado HPV.

Ma garanayno sababta dadka qaarkiis ay uga soobaxaan burooyinka ama isbedelada kudhaca makaankooda xaga qaarka kale aysan ka soo bixin.

Sideen ku ogaanayaa in aan qabo cudurka HPV?
Manitoba ahaan, baaritaanka lagu sameeyo HPV si joogta ah looma helo. Baaritaanka HPVga ayaa lagu ogaan karaa in aad qabto nooc ka mid ah HPV.Baaritaanka laguma ogaan karo inuu cudurku hore kuugu dhacay iyo inkale.

Haweenka waxaa lagu sameyaa baaritaanka loo yaqaan Pap test si loo helo makaanka inuu wax is bedel ah ku keenay HPV.

Adiga iyo bixiyaha xanaanada caafimaadkaaga ayaa mar mar arki kara burooyinka ka soo baxa xubnaha dhalmada. Burooyinka xubnaha taranka waxay u eg yihiin nabro yar yar oo kuus kuusan oo kale.

Haweenku waa inay kala hadlaan bixiyaha xanaanada caafimaadkooda haday isku arkaan wax kuus kuusan, ama wax kasoo baxa gudaha ama dibeda xubinta taranka dumarka ama dabada.

Raga waa inay la hadlaan bixiyaha xanaanada cafimaadkooda haday isku arkaan wax kuus kuusan ama wax kasoo baxa xubinka taranka raga, xiniinyaha ama dabada.

Cinjirka galmada (condom) ma iga difaaci karaa cudurka HPV?
Cinjirka galmadu waxa uu kaa difaaci karaa cuduro badan oo galmada la isugu gudbiyo (STI). Cinjirka galmadu badanaaba kaama difaaci karo cudurka HPV.

Sideen u yarayn karaa halista?
Difaaca la hubaa waa inaadan wax galmo ah samayn.

Weydii bixiyaha xanaanada caafimaadkaaga inaad qaadato talaalka HPV.

Dib u dhig galmada ilaa xiligaaga danbe ee dhalinyara nimada ama aad ka sii duqoobayso.

In yaraantaada cudurka HPV uu kugu dhaco waxay sii kordhinaysaa fursada qofta haweenka ah uu ugu dhici karo kansarka ku dhaca makaanka afkiisa. Hadii aad galmoonayso:

- Badanaaba isticmaal cinjirka galmada
- Yaree tirada dadka aad ugalmoonayso inta aad nooshahay.
- Ilaali caafimaadka jirkaaga iyo awoodaada si uu isaga difaaco cudurada. Cunto caafimaad leh cun, jirdhis samee, in kugu filana naso.
- Iska ilaali cabida sigaarka waxay saamayn ku yeelataa unugyada Makaanka afkiisa.

Maxaa lagu daaweyn karaa burooyinka xubnaha taranka?
Burooyinka muuqda waa la daaweyn karaa. Bixiyaha xanaanada cafimaadkaaga ayaa xafiiskiisa ku daweyn kara maqaarkaaga ama ku siin kara daawo aad u isticmaasho.

Marnaba ha isticmaalin daawooyinka buurooyinka loogu talagalay ee farmashiyayaasha laga iibsado daawooyinkaas waxaa loogu talagalay gacmaha iyo cagaha keliya. Daawooyinkaasi waxay halis ku yihiin in loo isticmaalo xubnaha taranka.

Hadii aan qabo buurooyinka xubnaha dhalmada ku dhaca, taas macnaheeda ma waxa ay noqonaysaa in aan aad halis ugu ahay in uu igu dhaco kansarka makaanka afkiisa?
Haa iyo Maya. Hadii aad qabto burooyinka xubnaha taranka ku dhaca, waxaad qabtaa ugu yaraantii hal nooc oo ah HPV. Noocyada HPV ee sababa burooyinka ku dhaca xubnaha taranka halistooda aad bay u yartahay in ay isbedel sababa kansar keenaan.Laakiin waxaad xataa qaadi kartaa noocyada HPV kasoo keeni kara kansarka.

Baaritaanka Pap test ee joogtada ah ayaa ugu wanaagsan in lagu yareeyo halista inuu kugu dhaco kansarka ku dhaca makaanka afkiisa.

Wax daaweeyn ah ma leeyahay HPV?
Maya. fayrasku daawo ma leh. Isbedelka ku yimaada makaanka afkiisa iyo burooyinka uu keeno fayrasku iyaga ayaa iskood iskaga taga ama baa'ba'a . Ama waa la daweyn karaa.

Talaal ma leeyahay HPV?
Haa, Canada gudaheeda waxaa laga heli karaa talaalka noocyo ka mid ah HPVga.