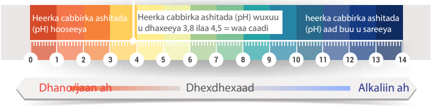
Waa warbixin loogu talagalay qofka badi ahaan u ku dhaco cudurka sababa bakteeriyada saxaaxa (bakteriell vaginos).

Saxaaxyada waxaa ku dhex nool noocyo badan oo kala duwan oo bakteeriyeyaal ah. **Jeermiyada Lactobaciller (mjölksyrabakterier) waa bakteeriyada suurtageliya bay`adda saxaaxyada ee wanaagsan oo ka badbaadiyo bakteeriyada kale ee xun.** Jeermiyada Laktobacillerna waxay sababaan in heerka cabbirka ashitada (pH) u san ka badnayn qiyaastii 3,8-4,5. Heerka cabbirka ashitada (pH) ee hooseeyo waa mala-awaalka Jeermiyada Laktobacillerna ay ka helaan. Markii Heerka cabbirka ashitada (pH) u sare uu kaco Jeermiyada Laktobacillerna kama helaan, tiradooda markaas hoos ayay u dhacaan.

Beddelkooda kuwa kale ayaa ka helo, oo ah bakteeriyada aan la rabin. Bakteeriyada aan la rabin ayaa sababa in qulqulka dheecaanka u uro sidii kalluun oo kale.

Bakteeriyada saxaaxa Infeekshan ma ahan waa khalkhalka ka dhaxeeyo bakteeriyada kala duwan. Taasoo macneheedu tahay in bakteeriyada saxaaxa usan ahayn cudur iskutag laysku qaadsiiyay.



Sidee baa lagu ogaan karaa in uu yahay bakteeriya saxaaxa?

Sidii loo hubsado in u yahay bakteeriya saxaaxa waa in la xaqiijiyaa ogaanshaha cudurka. Iyadoo la adeegsanayo baaritaan dumareed, waxaa la baara qulqulka dheecaanka kaddib waxaa la cabbira heerka cabbirka ashitada (pH) oo lagu qiimeeyo urka iyadoo la isticmaalayo dareere lagu xoojiyo urka kalluunka.

Urka kalluunka waxaa lagu garta bakteeriya saxaaxa. Mararka qaarkood baaritaanka awgiis waxaa la isticmaala qalabka waynayaha.

Mar labaad miyuu haweenka ku dhaca cudurka bakeeriyada sabab ee saxaaxa ku dhaca, sidee baa lagu garan karaa calaamadaha cudurka.

Ma halis baa cudurka bakeeriyada sabab ee saxaaxa ku dhaca?

Waxaa la oran karaa in cudurka bakeeriyada sababa ee saxaaxa ku dhaca guud ahaan usan ahayn halis, laakinse waxaa jirto xaalad u baahan in taxadar dheeraad la muujiyo. Xilliga uur-qaadida waxaa dhici karto in cudurka bakeeriyada sabab ee saxaaxa ku dhaca u sababo ummulida hormarsan.

Markii dumarka loo gelinayo galoolanka waxaa muhiim ah in aysan qabin cudurka bakeeriyada sababa ee saxaaxa ku dhaca, oona bakteeriye "aan sax ahayn" la geliyo ilmogaleenka. Sidoo kale haddii qalliin xiriir la leh saxaaxa, waxaa muhim ah in haweeneyda aynan qabin cudurka bakeeriyada sababa ee saxaaxa ku dhaca.

Muuqaalka dheecaanka waa sidee?

Midabka dheecaanka caadiga waa cad, midibka iniinyada oona leh urka ashitada oo kale, sida caanaha garoorka oo kale. Muddada ugaxaanaynta waxaa wax iska beddelo muuqaalka qulqulka dheecaanka saxaaxa, wuxuu noqda mid khafiif ah, ka cumur/cufan una adkaada sida biyaha cad ee ukunta (waa haddii haweeneyda aynan qaadan daawooyinka hormuunada.

Sidee baa lagu garan karaa markale dhicidda bakteeriyada saxaaxa?

Calaamadaha dhibaatada lagu yaqaan bakteeriyada saxaaxa waa urka qulqulka dheecaanka. Qulqulka dheecaanka wuu qafiifsan yahay wuxuuna leeyahay midabka cad-bey wuxuuna u ura sidii kalluunka oo kale.

Xilliyada caadi ahaan ee markale dhicidda waxay noqon karaan xilliyada caadada/cisada, isutagga kaddib ama haddii haweeneyda ay leedahay lamaane cusub.

Caadada/cisada

Xilliga caadada/cisada waxaa sare u kaco heerka cabbirka ashitada (pH) saxaaxa. Heerka cabbirka ashitada (pH) ee dhiigga wuu ka sareeya wuxuuna xilliga dhiigga caadada/cisada kaalin ka geysta sare u kaca heerka (pH). Taasoo ah wax caadi ah, laakin dumarka qaarkood wuxuu u keena calaamadaha dhibaatada iyo markale dhicidda bakteeriya saxaaxa.

Lamaaneyaasha kala duwan

Dumarka qaarkood waxay calaamadaha dhibaatada bakteeriya saxaaxa dareeman markii lamaane cusub ay yeeshaan. Calaamadaha dhibaatada waxay soo ifbixi karaan biloowga xiriirka kaddib kolba hoos ayay u dhacaan.

Isutagga

Heerka cabbirka ashitada (pH) shahwada wuu sareeya wuxuuna sare u qaadi karaa halista calaamadaha dhibaatada bakteeriya saxaaxa.

Nadaafad-shaqsiyeedka

Qulqulka dheecaanka iyo urka xiriirka la leh bakteeriya saxaaxa dhaqid laguma ciribtiri karo. Tan kale dhaqida badan waxay dhalisa dhibaatada dillaaca iyo in xub-axaleedyada ay qallalaan. Inkastoo layska dhaqay haddana urka qulqulka dheecaanka ma ciribtirmi doono.

Ma laga hortegi karaa soo noqoshada dhacdada?

Markale dhicid markii isutagga la yeelanayo, waxaa looga hortegi karaa haddii la isticmaalo shayga uur-qaadista looga samatabbaxo.

Ma loo baahan yahay in bakteeriya saxaaxa layska daryeelo?

Xaaladaha qaarkood waa la daaweya cudurka bakeeriyada sababa ee saxaaxa ku dhaca, waayo wuxuu kordhin karaa dhibaatada sida tusaale markii haweenka ay uur leeyihiin, qalliin saxaaxa xiriir la leh ama markii loo gelin doono galoolan.

Haseyeeshee cudurka bakeeriyada sababa ee saxaaxa ku dhaca laguma xisaabiyo kuwa infeekshanada sababa sidaas darteed daawayn looma baahna.

Qaar cudurka bakeeriyada sabab ee saxaaxa ku dhaca daryeelid la`aan ayaa laga bogsada.

Taasoo muddo kala duwan qaadan karto, ilaa dhawr toddobaad.

Dhibaatada cudurka bakeeriyada sababa ee saxaaxa ku dhaca ee u leeyahay waxaa weeyaan dhibsashada qulqulka dheecaanka iyo kaasoo kalluun oo kale u urayo.

La xiriir vårdguiden 1177 ama xarumaha daryeel-caafimaadeedka haddii aad ka bogsan, ama aadan hubin in uu yahay cudurka bakeeriyada sababa ee saxaaxa ku dhaca.

Vagi-C waa kiniini-saxaaxeed oo laga sameeyay maaddada (Askorbinsyra) 250 mg. Maaddada (Askorbinsyra) muddo dhawr saacadood ayaa hab xasiilan la sii daaya. Sii daynta habka xasillan waxay sababta hoos u dhaca heerka cabbirka ashitada kaddib habkaas ayaa dhawr saacadood lagu xajinayaa. Vagi-C waxaa loo isticmaali karaa daryeelid/daawayn iyo ka hortegid ahaan goorarka caadada/cisada iyo isutagga kaddib.

Bakteeriyada waxay ka helaan heerka cabbirka ashitada (pH) oo saxa ah.

Erol AB, S:t Johannesgatan 2, SE-211 46 Malmö. 040-688 09 69 | www.vagi-c.se