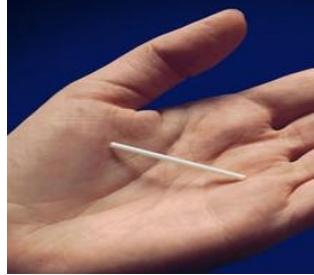


Hababka ka hortaga uur-qaadida

hababka ka hortagga uur-qaadida dib loo celin karo ee waxqabadka mudada dheer

Uma baahnid inaad xasuusato si aad u isticmaasho kuwan mar kasta oo aad gal mood samayso

Habka	Aallada la gelinayo maqaarka (IUD) – IUD-da naxaaska ah Cu-IUD 	Aallada la gelinayo maqaarka (IUD) – IUD-da hormonaha ah Mirena™ 	Gelinta maqaarka qalabka ka hortagga ouur-qaadida Implanon NXT™ 
Maxay tahay?	<ul style="list-style-type: none">Aallad ka hortagta uur-qaadida oo naxaas iyo caag ka samaysan oo uu geliyey ilmagaleenkaaga dhakhtar ama umuliso si khaasa loo tababarayWuxuu joojiyaa shahwadu inay gaarto oo bacrimiso ugxanta	<ul style="list-style-type: none">Aallad yar oo sii daynaya hormoon ayaa waxaa geliyey ilmagaleenkaaga dhakhtar ama kalkaalo iso caafimaad si khaasa loo tababarayHoormoonka si tartiiba ayaa loo sii daayaa wuxuuna ka hortagaa uurka isaga oo sababaya isbedel ku dhaca dhaadhuska ilmagaleenka, kaas oo	<ul style="list-style-type: none">Ui ama wax yar oo dhuuban ayaa la geliyaa maqaarka hootiisa waxaana geliya dhakhtar ama kalkaalo iso caafimaad (kuwaas oo ka saari doona marka loo baahdo). Waxayna sii daysaa qadar yar oo ah hoormoonka loo yaqaan progestogen, kaas oo joojiya ugxanta bil walba.

		horjoogsada ukunta la bacrimiyey inay ku dhego.	
Ilaa intee qaadanaysaa?	ugu yaraan 10 sanadood	5 sanadood	3 sanadood
Waxtarka	99%	99%	99%
Faaiidada	<ul style="list-style-type: none"> • Daawooyin kale ma saameeyaan • Waxaa si sahala uga saari kara aqoon yahan caafimaad oo tababaran • Kaa joojin mayso inaad uur yeellato ka dib • Marka la geliyo, IUD-da waa midda ugu macquulsan qiima ahaan marka kuwa kale la dhinac dhigo • Marka la saaro, waxaad awoodaa inaad ku noqoto wax dhalidii • Waxay wax u tartaa sida kormida, laakiin dib ayaa loo celin karaa 	<ul style="list-style-type: none"> • Badanaa waxay ka dhigtaa caada helidaada mid sahlan ama waa joojisaa, in kasta oo dumar badan uu ku dhacdo dhiig bax aan joogto ahayn bilaha ugu horreeya isticmaalka • Marka lagu geliyo, IUD-du waa midda ugu macquulsan qiima ahaan marka la dhinac dhigo hababka kale • Marka laga saaro waxaad awoodaa inaad ku noqoto dhalidii • Waxay wax u tartaa sida kormida, laakiin dib ayaa loo celin karaa 	<ul style="list-style-type: none"> • Caadadu waxaa laga yaabaa inay khafiifto ama ay joogsato • Si sahala ayaa lagaaga saari karaa • Kaa joojin mayso inaad dib uur u yeellato
Arrimaha kale oo la qadarinayo	<ul style="list-style-type: none"> • Waxaa laga yaabaa in caadadaadu tahay mid xoogan 	<ul style="list-style-type: none"> • Waxay hoos u dhigtaa kansarka ku dhaca endometrial-ka 	<ul style="list-style-type: none"> • Waxaa laga yaabaa inuu dhaliyo dhiig bax siyaada ah iyo dhib dhiiga lagu qabo
Yaa ku haboon?	<ul style="list-style-type: none"> • Amaan ayuu u yahay dumarka badankood, kuwaas oo ay ku jiraan dumarka dhalinta yar iyo kuwa aan weligood carruur dhalin • Dumarka nuujinaya • Dumarka fadilaya dariiqada ka hortaga uurka aan la xiriirin hormoon. 	<ul style="list-style-type: none"> • Dumarka badankood wuxuu u yahay amaan, kuwaas oo ay ku jiraan kuwa dhalinta yar oo aan weligood ilma dhalin • Dumarka ilmaha naaska nuujinaya • Dumarka qaba endometriosis ama dhiigbax siyaada ah 	<ul style="list-style-type: none"> • Dumarka naas nuujinaya

Kondhomada keliya ayaa looga hortegi karaa cudurada gal moodka lagu gudbin karo (STIs).

Waxaa ansixisay oo daabacday Xukuumada Fiktooriya, 1 Treasury Place, Melbourne. © Dawlad Gogoleedka Fiktooriya, Wasaarada Caafimaadka iyo Adeegyada Aadmiga Janaayo 2019.
Waxaa laga hellaa <<http://healthtranslations.vic.gov.au/>>