Hababka ka hortaga uurka

Wax qabadka dhexe iyo wax qabadka gaaban ee ka hortaga uur

	Irbada ka hortaga uurka Depo-ProveraTM ama Depo – Ralovera, (waxaa kaloo yaqaan “depo”) 	**Fargashiga siilka** 	**Kiniiniga isku jira ee afka laga qaadanayo ee ka hortaga uurka** 	**Kiniiniga yaryar**
Waxtarka*	• 94%	• Si fiican u isticmaalka: 99% • Iska isticmaalka: 93%	• Si fiicsan u isticmaalka 99% • Iska isticmaalka: 93%	• Si fiicsan u isticmaalka 99% • Iska isticmaalka: 93%
Waa maxay?	• Irbad uu bixiyey dhakhtarku ama kalkaalisada caafimaadku. • Wuxuu ka kooban yahay hormoon progesterone oo kale ah. • Wuxuu joojiyaa bacrinta (ovulation) wuxuuna ka dhigaa dheecaanka ilmagaleenka mid adag, oo joojiya shahwadu inay soo gudubto.	• Faraati ayaa lagu xiraa siilka ‘cabirkiisu is wada walba legyahay. • Wuxuu tartiib u sii daayaa hormoono ka yimid siilka oo gala xididada dhiiga si ay uga hortagaan uur.	• Hormoono saynteetik ah oo u qoray dhakhtar. • Wuxuu joojiyaa bacriminta (ovulation) wuxuuna ka dhigaa dheecaanka irida ilmagaleenka mid adag kaas oo joojinaya in shahwadu ay soo gudubto.	• Wuxuu leeyahay qaab saynteetik ah oo hal hormoon ah; oo uu qoray dhakhtar. • Wuxuuna ka dhigaa dheecaanka irida ilmagaleenka mid adag kaas oo joojinaya in shahwadu soo gudubto.

		• Waa in la bedelaa afartii asbuucba (ka dib asbuuca caadadu kaa maqan tahay).		
Ilaa intee ayay qaadanaysaa?	• **Wax qabasho dhexe –** maaha inaad xasuusato mar kasta oo aad galmood samayso. Waxay ku dhamaataa 12–14 asbuuc	• **Wax qabasho dhexe –** maaha inaad xasuusato mar kasta oo aad galmood samayso. • Saddex asbuuc ka dib faraatiga waa la saarayaa asbuuc ka dibna faraati cusub ayaa lagu gelinayaa hal asbuuc ka dib.	• **Wax ka qabasho dhexe -** waa inaad xasuusataa inaad maalin walba qaadato.	• **Wax qabasho dhexe** - waa inaad xasuusataa inaad maalin walba qaadato.
Faaiidooyinka	• Qofka ma sheegi karo inaad isticmaalayso. • Waa la isticmaali karaa marka la naas nuujinayo. • Ma saamaynayaan daawooyin kale. • Caadadaadu waxaa laga yaabaa inay soo khafiifto amaba joogsato.	• Adiga ayaa isgelinaya, wayna sahlan tahay in sidii taamboonaha la isu geliyo. • Caadada wuxuu ka dhigayaa mid aan dhib lahayn. • Wax yeelli mayso bacrimintaada. Ku saamayn mayso	Waxaa loo isticmaalli karaa si looga boodo caadada.	• Waxay ku haboon tahay kuwa aan qaadan karin oestrogen arrima caafimaad dartood. • Waa la isticmaali karaa marka la naas nuujinayo.
Waxyaallaha kale oo qadarinta mudan.	• Waxaad u baahan tahay inaad xasuusato inaad qaadato qadar kale, isku waqti loogu talagalay inaad qaadato qadar kale, 12 ilaa 14 asbuucba, haddii kale waxtarkeeda hoos ayuu u dhacayaa. • Waxaa laga yaabaa in dhowr bilood ka dib ay kuu soo noqoto caadadii iyo ugxan samayntii markaad joojiso isticmaalkeeda. • Waxaa laga yaabaa inay hoos u dhigto cufka lafta.	• Laguma talinayo haddii aad khatar ugu jirto ku dhacda wadnaha, sida sigaar cabayaal ka weyn 35 sanadood.	• Wuxuu hoos u dhigi karaa khatarta kansarka endometrial iyo ugxan sidayaasha.	• Waxaa laga yaabaa in aanay waxtar u lahayn sida kiniiniyada la isku daro sababtoo ah waa in loo qaataa si taxadaran. • Wuxuu keeni karaa saamayn kaleeto.
Yaa isticmaali kara?	• Waa amaan in la isticmaalo haddii aad naas nuujinayso, laakiin waxaa laga yaabaa in uu hoos u dhigo qadarka caanaha ah hadii ilmahaagu ka yar yahay lix bilood.	• Waxaa la isticmaali karaa 21 berri ka dib dhalashada ilmaha.	Laguma talinayo inay isticmaalaan kuwa khatarta ugu jira wadnaha oo ka weyn 35 sanadood.	kuma haboona haddii ay jiraan xaallada caafimaad oo kale (sida kansarka naaska) ama xaallad kale oo caafimaad.

* isticmaalka ugu fiican= marka loo isticmaalo sida loogu talagalay.

* Iska isticmaalid = markaan aan loo isticmaalin si sax ah.

Macluumaad intaas badan.

Kondhom keliya ayaa ilaalin kara infakhshanka la isugu gudbiyo galmoodka (STIs).

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