

Siyaasadeena

- Waxaanu qaddarinnaa xuquuqda iyo masuuliyadaha bukaanka si ay u doortaan daryeelkooda caafimaad, oo ay ku jiraan go'aamada la xidhiidha reebashada ama kala noqoshada daawaynta nolol waarsiinta.
- Waxa naga go'an inaanu ku siinno macluumaadka daawaynta daryeelka caafimaad oo dhagaysanno doorashooyinkaaga daawaynta.
- Waxaad xaq u leedahay inaad aqbasho ama diiddo wixii daaweyn caafimaad ah.
- Cidna ku takoori mayno in qofku sameeyay ama aanu sameyn Dardaaran Hore oo qoran. Waxaad xaq u leedahay in la ixtiraamo qiyamkaaga shakhsi ahaaneed, dhaqan ahaaneed, waxa uu doorbidayo iyo ruux ahaaneed, waxyaabaha aad door bidayso iyo waxa aad aaminsan tahay marka la go'aaminayo daawaynta.
- Waxaanu dhowri doonaa goanada daawaynta ee lagu sheegay Dardaaranaka, marka laga reebo halka aanu rumaysanahay inaan caafimaad ahaan lagu talin karin ama ay tahay anshax xumo in sidaa la sameeyo. Haddii xarunta caafimaad ama dhakhtarku aanu kugu dhowri karin Dardaaranakaaga Hore ku salaysanaan qanuunada sare, waxaanu dadaal kasta u gali doonaa inaanu kuu wareejinno xarun kugu dhawrta.



Swedish Health Services. Waa la ilaaliyey dhammaan xuquuqda.

ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 888-311-9127 (TTY:711)

ADMN-13-12500 Rev 2/23 (Somali)

注意：如果您講中文，我們可以給您提供免費中文翻譯服務，請致電 888-311-9127 (TTY711)



Qorsheynta Dardaaranaka Hore Advance Care Planning (Somali)



Horey U Qorsheynta

E maalin kasta, dadka waxaa soo wajaha dhibaatooyin caafimaad ee aayan filaneyn kuwasoo iyaga iyo kuwa u dhowba saameeya.

Mararka qaar go'aamada muhiimka ah ee ku saabsan daryeelkaaga caafimaad waa inay dhakhsa noqdaan. Inaga badankeena waxan fileynaa in aan noqono kuwa daadihiya daryeelkeena caafimaad, balse waxaa dhici karta in aan aad u xanuunsano oo xitaa aan nafsadeena u hadli kari wayno.

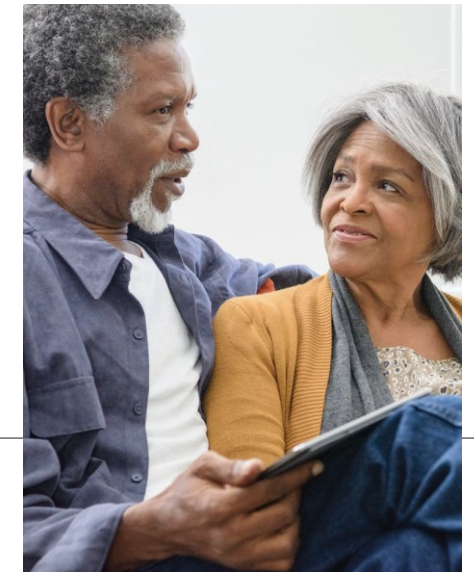
Xitaa haddii aaddan marnaba u baahneyn in cid kale ay go'aamo kuu gaaraan, waxaa dhici karta in ay ku caawiso oo dadka ku jecel horey uga fikirnaan marka la soo gaaro daryeelka dhammaadka nolol. Qof kasta oo inaga mid ah waxa uu fikir u gaar ah ka haystaa waxa nolol wanaagsan tahay, oo qiyamkaas waxa uu haki karaa dookheena daryeelka, gaar ahaan hadii aynu awoodi wayno in aynu nafteena u gaadhno go'aano. Qaado waqti aad kaga fikireyso suurto-galladaan kahor inta aysan dhibaatooyinka dhicin. Tani waxay kaa caawin doontaa in aad go'amiso waxa dhab ahaan kuugu muhiimsan.

Dadka kuma samayno takoor ku salaysan isir, midab, dalka laga soo jeedo, jinsi, rabitaanka jinsiga, aqoonsiga jinsiga ama bandhiga, da', ama naafonimo barnaamijyada iyo hawlaha caafimaadkayaga.

Waxaa dhici karta in ay waxtar kuu noqoto su'aalaha qaar ee soo socda:

- Maxay kaaga dhigan tahay tayada nololshu?
- Marka aad ka fikirto wajiga ugu danbeeya ee nololshu, maxaa kuu muhiim ah?
- Sidee u aragtaa inaad ku tiirsanaato mashiino si aad u sii noolaato?
- Miyaad dooran doontaa in aad diido daaweyn umuqata in ay dheereyso geediga dhimashada?

Jawaabaha suaalahaan ma ahan kuwa sahlan, balse in aad dadka kale kala hadasho waxay kugu kaalemyn kartaa adiga iyo iyaga in aad fahamtaan waxa aad jeceshahay. Waxaa kale oo dhici karta in ay qoyskaaga waqti kale u sahasho haddii ay aaminsan yihiin in ay raacayaan waxa aad jecleyd.



Qorsheynta Dardaaranka Hore

Dardaaranka Noloshaha iyo Dukumiintiga Awooda Wakiilashada Daryeelka Caafimaadka

Dardaaranka Hore (Advance directives, ADs) waa warqado sharci ah oo aad ku qori karto sida aad doonayso in daryeelkaaga caafimaad loo qabto haddii aadan dib danbe u sameyn karin ama u gaari garin go'aano. Waxa aanu ku talinaynaa in dhamaan bukaanka ka wayn 18 inay buuxiyaan AD.

Waxaa jira laba nooc oo ADs ah: Dardaaranka Noloshaha iyo Dukumiintiga Awooda Wakiilashada Daryeelka Caafimaadka (Durable Power of Attorney for Health Care, DPOAH). Labada waraaqadood waxay ka caawiyaan bixiyayaasha daryeelka caafimaadka ee ku dawaynaya waxa aad doonayso, laakiin dardaraanka noloshu ma sheego wakiilka daryeelka caafimaadka.

Dardaaranka Noloshaha ama DPOAH laba qof waa inay marag ka yihiin saxiixaaga. Markhaatiyayaashu waa inayna qaraabadaa noqon ama ma noqon karaan bixiyayaahaaga daryeelka guriga. Taas badelkeeda, DPOAH waxaa warqada nootaayada ka saxiixi kara laanta nootaayada dadwaynaha halkii la adeegsan lahaa labo marqaati.

Doorashada wakiilka daryeelka caafimaadka ayaa ah talaabo muhiim ah. Wakiilkaaga daryeelka caafimaadku waa inuu noqdaa qof garaya waxa uu yahay mabda'aaga noloshu, oo waa inuu diyaar u yahay inuu gaadho go'aamada ku saabsan daryeelka aad heshey wakhtigan adag. Kahor inta aanad dooran qofka, waxaad uga warantaa rabitaankaaga.

Marka aad buuxiso AD-ga, waxa aad usoo qaadataa balantaada xigta, oo kooxdaada ayaa gelin doonta duwaankaaga caafimaadka si elektiroonig ahaan ah.

Haddii ay dhacdo in waxa aad jeceshahay wax iska badelaan, waad badeli kartaa ama ka tanaasuli kartaa warqadahaada qorsheynta hore. Haddii ay dhacdo in waxa aad jeceshahay wax iska badelaan, waad badeli kartaa ama ka tanaasuli kartaa warqadahaada qorsheynta hore.

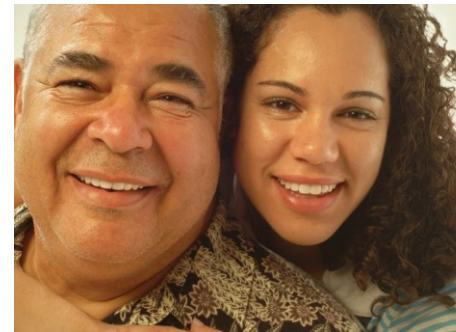
Haddii bukaanka qofka wayn ah uusan haysan DPOAH ama masuul loo magacaabay, markaas, sida sharciga Washington uu dhigaayo, dadkaan soosocda (ayadoo la raacaayo kala horeynta hoos lagu xusay) ayaa noqon doona kuwa go'aanka gaari doona:

1. Xaaskaaga/laamaha guriga ee diiwaanka gashan (xataa haddii aad kala tagteen)
2. Ilmahaaga/carruurtaada waawayn
3. Waalidkaaga
4. Walaalka(walaalaha) kaa wayn
5. Ilmaha/carruurta wiilkaaga/gabartaada ee waawayn
6. Ina adeerka/ina adeertaa wayn
7. Eedadaa(eedooyinka) waawayn iyo adeerka(adeeradaa) waawayn
8. Qof kale oo qaraabo la ah bukaanka ama saaxiib dhow oo kasoo baxay shuruudaha qaarkood

Amarada Dhakhtarka ee Daawaynta Cilmi Dhererka (Physician Orders for Life-Sustaining Treatment, POLST): Amarada Dhakhtarka ee Daawaynta Taakuleynta Nafta

Sidoo kale, Dhammeystirka Dardaarankaaga Hore, waxaa dhici karta in aad jeceshahay in Amarada Dhakhtarka ee Daawaynta Cilmi Dhererka (POLST) ay wax ka qabtaan xaaladaha caafimaadka ee daran marka ay timaada xaaladdo deg degga ah. Foomka POLST ayaa lagula talinayaa shaqsi kasta oo ay hayso jirrada raagta, jiro noloshu xadideyso ama tabar darri soo noqnoqata. Dakhtarkaaga ayaa isticmaali kara foomka POLST in waxyaabaha aad jeceshahay loo soo bandhigo sida in ay yahiin amaro caafimaad cayiman oo cad kuwaasoo tilmaamaya nooca daawaynta lagu taakuleeyo nafta ee aad doonayso ama aadan dooneyn goorta sakaraadka la gaaro.

Amaradan ayaa la raacaya meel kasta ee aad ku jirto: guriga dadka waa weyn lagu xanaaneeyo, gaariga gargaarka, guriga ama isbitaalka.



Ku deeqida Xubin/Unug

Waxaa dhici karta in aad dooneyso in aad xubno iyo/ama unug ku deeqda kaddib marka aad geeriyooto, si qof u baahan loogu gargaaro inuu noolaado. Ku dhowaad 50 naf ayuu badbaadin karaa ama noloshooda wanaajin karaa hal deeq bixiye oo kaliya.

Qof kasta waa qof bixin kara deeq. Ha isaga saarin arrimo la xariira da', xaaladdo caafimaad, ama waxa uu kugu sheego dakhtarka, maadaama la samayn doono qiimeynta caafimaadka goorta la bixinaayo deeqda. Haddii aad jeceshahay in aad xubnahaada iyo/ama jirkaaga ku deeqdo, waxaad u baahan tahay inaad is diiwaangeliso. Tani waxaa la sameyn karaa goorta aad cusbooneysiineyso shatigaaga darawalnimada. Ama waxaad iska diiwaan gelin kartaa internetka Donatelifetoday.com.

Wixii khayraad dheeraad ah oo ku saabsan Qorshaynta Daryeelka ee Hore, oo ay la socdaan foomamka lasoo dejisan karo, fadlan booqo websaytka Providence Institute for Human Caring www.instituteforhumancaring.org/Advance-Care-Planning.



Iskaan garee si aad u qabato The Institute for Human Caring