

# Tilmaamaha Qaadida Candhuufta



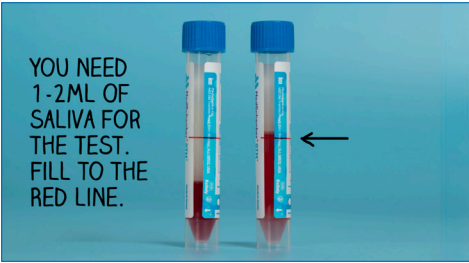
**1 Waqtiga:** Isku day inaad qaado muunadaada subaxii kahor intaadan keenin. Haddii aad qaaday habeen kahor, ku hay talaajadda ilaa aad keenayso. Fadlan iska ilaali inaad wax cunto, cabto, calaliso xanjo, sigaar cabtid, ama feeb 30 daqiiqo kahor qaadida muunadaada.



**2 Fur Bacda:** Bacda dhexdeeda, waxaa ku jira fur buluug ah iyo tuyuub leh fur buluug ah. Tuyuubka waxaa ku dhex jira dareere. Si taxaddir leh u fur furka buluugga ah, adiga oo iska ilaalinaya candhuufta, oo dhinac u dhig tuyuubka oo taagan. Dhex dhig masafka gudaha tuyuubka.



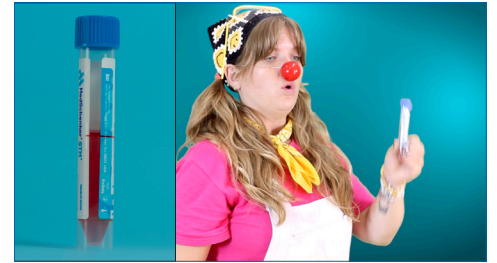
**3 Ku tuf Masafka:** Ugu tuf si tartiib ah masafka. Ku hay candhuufta afkaaga adiga oo aan liqin, kadib ku tuf masafka. Ka fikir wax macaan ama dhanaan ah si ay kaaga caawiso inaad candhuuf samayso.



**4 Buuxi ilaa Khadka Cas:** Ku buuxi weelka candhuuf ku filan si ay u gaarto khadka cas - waxay qaadan kartaa dhowr daqiiqo. Iska dhaaf xumbada ku dhex jirta candhuufta, xumbada laguma xisaabiyo xaddiga dhan.



**5 Iska tuur Masafka:** Ka saar masafka oo ku tuur qashinka. Ku xidh furka buluugga ah weelka. Hubi in furku uu ugu xiran yahay si adag si looga ilaaliyo daadasho. Haddii aad tahay ilma yar, weydiiso caawinaad qof weyn.



**6 Isku Qas:** Markaad furka ugu xirto si adag, si tartiib ah u rux weelka 3-5 jeer si aad iskugu qasto.



**7 Calaamadee tuyuubka:** Ku qor magacaaga koowaad iyo ka u dambeeya ee sharciga ah, oo ay la socoto taariikhda dhalashada, calaamadda. Ku dhaji calaamadda weelka qaab is taag ah. Xusuusnow, haddii muunadaada aan loo calaamadin si sax ah, ma socodsiiin karno.



**8 Dhammaystir Shuruudaha:** U dhammaystir shuruudahaaga shaybaarka si buuxda. Ku qor magacaaga sharciga ah oo dhammaystiran kaas oo lamid kan ku qoran kaarkaaga caafimaadka.



**9 Bacaynta:** Ku dhex rid muunada candhuuftaada ee la calaamadiyay bacda balaastigga ah ee ay ku timid. Afka ka xir bacda. Laalaab warqadda shuruudda shaybaarka ee la buuxiyay oo dhig jeebadda bannaanka ee bacda balaastigga ah.

**10 Dhig:** Caagaga candhuufta waxaa la dhigi karaa qaboojiyaha dhexdiisa ee ku yaal xarunta 'Candhuuf Dhigidda' ee dugsigaagu ugu talogalay. Natijada maalinta xigta, dhig muunadaada kahor intaanu imaan dugisga qofka qaada (waxaad ka xaqiijin kartaa waqtiga qaaditaanka maamulka dugsigaaga). Haddii aad keentid muunadaada Jimcaha kadib marka qofka qaada uu qaado muunadaha, fadlan ku hay muunadaada talaajadda ilaa fasaxa toddobaadka oo keen Isniinta. Tani waxaa loo samaynayaa in heerkulka muunada la joogteeyo xiliga fasaxa toddobaadka.



## Talooyinka calaamadaynta

Fadlan ku buuxi shuruudaha magacaaga sharciga ah oo dhammaystiran. Ma aqbali karno magacyada la doorbido xilligan.

Magaca koowaad iyo kan u dambeeya ee sharciga ah, oo ay la socoto taariikhda dhalashada ee la rabo waa inay LA MID TAHAY magaca koowaad iyo kan u dambeeya iyo taariikhda dhalashada ee ku qoran muunada.

Xusuusnow inaad calaamadayso muunadaada. Muunadaha aan la calaamadayn lama socodsiiin karo.



Iskaan saar koodhka QR ka si aad u daawato tilmaamahayaga muuqaalka candhuufta ama booqo [www.sickkids.ca/salivatestingprogram](http://www.sickkids.ca/salivatestingprogram)