

Xeerarka maqnaanshaha, fasaxa iyo fasaxa barnaamijka hordhaca ah

Ka maqnaanshaha barnaamijka hordhaca ah waxay u dhigantaa xeerarka khuseeya nolosha shaqada. Mid ka reeban ayaa ah inaad qayb ahaan ku jiri karin fasax jirro. Marka la eego xeerarka fasaxa, qodobbo gooni ah ayaa loo sameeyey ka qaybgalayaasha barnaamijyada hordhaca ah ee ka duwan xeerarka nolosha shaqada.

Haddii aad jiran tahay, waa inaad sida ugu dhakhsaha badan ugu wargalisaa degmada, macallinka ama goobta aad ku tababaraysid inaad imanayn. Haddii ay dhacdo maqnaansho sax ah, waxaad xaq u leedahay inaad haysato lacagta hordhaca ah. Haddii aadan isticmaalin is-caddeyn, oo aadan ku diiwaangelin karin maqnaanshaha caddeyn dhakhtar ama aan lagu siinin fasax, waxaa lagaa jarayaa gunnada saacadaha ama maalmaha aad maqantahay. Waxaa loo tixgelin doonaa maqnaansho aan ansax ahayn ama aan sharci ahayn. Maqnaanshaha aan saxda ahayn wuxuu sababi karaa inaad lumiso xaqa aad u leedahay kaqeybgalka barnaamijka hordhaca ah iyo inaad hesho dheefaha hordhaca ah.

Jirasho

Iyada oo ku saleysan is-sheegid ama warbixin dhakhtarka, waad ka maqnaan kartaa barnaamijka hordhaca ah haddii jirro ama dhaawac kaa hor istaago inaad ka qaybgasho. Waxaad adeegsanaysaa is ogeysiin adiga oo la xiriiraya degmada, xarunta sal-dhigida, la-taliyaha barnaamijka ama macalinka qoraal ama hadal ahaan fariinta aad xannuusan tahay.

- Kaliya waa markaad kaqeyb gasho barnaamijka hordhaca ah 8 toddobaad oo aad xaq u leedahay inaad isticmaasho is-caddeyn. 8da todobaad ee ugu horeysa, waa inaad haysataa cadeynta dhaqtarka hadii aadan kaqeybqaadan karin barnaamijka maadama aad jirantahay.
- Waxaad fursad u leedahay inaad isticmaasho is-caddeyn 4 jeer 12 bilood gudahood. Is ogeysiin kasta waxay socon kartaa ilaa 3 maalmood.
- Haddii aad jiran tahay in ka badan 3 maalmood, waa inaad haysataa caddeyn dhakhtar. Isla sidaas ayaa lagu dhaqmayaa haddii aad xannuunsato ka dib isticmaalidda is-caddeynta 4 jeer muddo 12 bilood gudahood ah.

Haddii aad leedahay hal ama laba carruur ah, waxaad joogi kartaa guriga marka ilmuhu jiran yahay ilaa 10 maalmood 12 bilood gudahood.

Haddii aad haysato wax ka badan laba carruur ah, waxaad xaq u leedahay inaad 15 maalmood ka nasato kaqeybgalka barnaamijka haddii ay dhacdo jirro cunug oo jira 12kii bilood ee la soo dhaafay.

Haddii aad keligaa daryeesho carruurta, waxaad xaq u leedahay 20 maalmood haddii aad leedahay hal ama laba carruur ah iyo 30 maalmood haddii aad leedahay dhowr carruur ah.

Haddii aad haysato ilmo qaba cudur raaga ama naafo ah oo tanina ay la socoto khatar muuqata oo weyn oo maqnaanshaha barnaamijka hordhaca ah, waxaad xaq u leedahay maqnaansho illaa 20 maalmood 12-kii bilood ee la soo dhaafay. Haddii aad keli ku tahay daryeelka, lambarkan waxaa loo kordhiyay 40 maalmood.

Qofka kaqeybgalaha ah waxaa loo tixgeliyaa inuu kali ku yahay daryeelka cunugga xitaa haddii waalidka kale ee canugga muddo dheer uusan kormeeri karin cunugga maxaa yeelay isagu ama iyadu waxay leedahay naafonimo, waxaa la dhigeys xarun caafimaad ama wixii la mid ah.

Xuquuqdaas sidoo kale waa la adeegsan karaa haddii ilmuhu u jiran yahay. Haddii maqnaanshuhu ka badan yahay 3 maalmood, degmada ayaa laga yaabaa inay kaa codsato inaad dukumintiga ilmaha ku diiwaangeliso qoraalka dhakhtarka.

Bilaash ka ah barnaamijka hordhaca

Uur bilaash ah

Haddii aad uur leedahay, waxaad xaq u leedahay inaad ka nasato kaqeybgalka barnaamijka hordhaca ah oo leh gunno hordhac ah oo la xiriirta xakameynta uurka, marka baaritaannada noocan oo kale ah aysan si macquul ah u dhici karin xilliga barnaamijka ka baxsan. Xilliga uurka, waxaad xaq u leedahay inaad ka nasato kaqeybgalka barnaamijka hordhaca ah oo leh faa iido hordhac ah illaa toban maalmood.

Naas-nuujin la'aan

Haddii aad naaska nuujiso ilmahaaga, waxaad sannadka ugu horreeya ee noloshiisa cunugga u haysan doontaa xaq u yeelashada gunnada hordhaca ah illaa hal saac oo bilaash ah naasnuujinta maalin kasta.

Ka tag adoon lahayn hordhaca dhalashada iyo korsashada

Dhalashada kadib, waalidiinta kaqeybqaadata barnaamijka hordhaca waxay xaq u leeyihiin fasax daryeel wadar ahaan ilaa toban bilood sanadka ugu horeeya ee cunuga. Degmadu waa inay ku siiso dabagal iyo tababar luuqada norwejiga ah ama tababar luqadeed haddii aad ku jirto fasax daryeel dhalashadaada ama korsashadaada ka dib. Dalabka ka imanaya degmadu waa in la bixiyaa laga bilaabo bisha afaraad ee muddada fasaxa lagana waafajinayo adiga.

Marka laga hadlayo korsashada, waalidiinta korsanaya ee kaqeyb gala barnaamijka hordhaca waxay xaq u leeyihiin fasax daryeel wadar ahaan ilaa toban bilood, haddii cunugu ka yar yahay 15 sano.

Halka labada waalidba ay kaqeyb galayaan barnaamijka hordhaca ah, 75 maalmood oo fasax xannaano ah ayaa loo qoondeeyay aabaha halka 75 maalmoodna loo qoondeeyay hooyada. Haddii aabuhu uusan isticmaalin maalmaha fasaxa, way baaba'aan. Waxyaabaha ka reeban ayaa laga sameyn karaa qodobkaan haddii aabaha xanuun ama dhaawac dartiis ay gebi ahaanba ku tiirsan tahay caawimaadda daryeelka ilmaha ama la dhigo xarun caafimaad. Tan waa in lagu diiwaangeliyaa qoraalka dhakhtarka.

Ogalaasho

Waad codsan kartaa degmada haddii aad heli karto fasaxa barwaaqosooranka, tusaale ahaan, waxaad u tegeysaa dhakhtarka ama dhakhtarka ilkaha, wareysi shaqo ama wax kale. Waxaad sidoo kale codsan kartaa fasaxa barwaaqosooranka markay carruurta bilaabaan dugsigga ama xanaanada carruurta, haddii ay dhacdo in ay dhintaan qoys aad qaraabo dhow tihiin.

Aadoo ku saleynaya cadeynta dhaqtarka, waxaad xaq u leedahay inaad fasax ka dalbato barnaamijka horudhaca haddii adiga ama cunugaada aad muddo dheer xanuunsan tihiin. Kadib waxaa lagu siin karaa fasax bilaa faa'iido ah ilaa hal sano.

Ciidaha iyo ciidaha guudka

Qof walba waa inuu fasax ka helaa barnaamijka hordhaca ah maalmaha Sabtida iyo Axadda.

Maalmaha soosocda waa ciidaha guud ee Norway ka dibna kaqeybgalayaashu waa inay fasax qaataan: 1da iyo 17ka Maajo, 1da Maalinta Cusub, Maalinta Khamiista, Jimcaha Wanaagsan, Maalinta 2aad ee Easter, Maalinta Ascension, 2 Bentakostiga iyo 1aad iyo 2aad Maalinta Kirismaska.

Haddii aad leedahay ciidaha kale ee diiniga ah ee aan ahayn ciidaha guud, waxaad xaq u leedahay inaad ka nasato kaqeybgalka barnaamijyada hordhaca ah oo leh faa'iidooyin hordhac ah illaa laba maalmood oo is-xulasho shaqo ah sanad kasta oo la xidhiidha ciidaha sida diintaadu qabto. Waa inaad ku wargelisaa degmada ugu dambeyn 14 maalmood ka hor intaadan isticmaalin xuquuqda fasaxa.

Fasax

Sannad kasta waxaad xaq u leedahay 25 maalmood oo fasax ah. Degmada ayaa go'aamisa goorta ay fasaxu dhammaanayso. Waxaad xaq u leedahay macaash hordhac ah inta lagu jiro fasaxa.