Adeegyada daawaynta kelyaha iyo beerista

Sugitaanka kelyaha

Macluumaad loogu talagalay bukaannada, qaraabada, iyo daryeelayaasha

Hordhac

Boggani wuxuu ku siin doonaa macluumaad ku saabsan:

- maxaa dhici doona Hadda, maadaama lagaa diiwaangeliyey liiska sugitaanka kelyaha ee qaranka
- waxa ay tahay inaad samayso inta aad sugayso kelyo beerista
- waxa ay tahay inaad samayso marka kooxda kelyo-beddelku ku soo wacdo?

Fadlan weydii kooxdaada daryeelka haddii aad qabto wax su'aalo ama hadii uu jiro walaac

Hada maxaa dhacay?

Buug-yarahan ayaan ku siinay madaama aad ogolaatay in magacaaga iyo faahfaahintaada lagu diiwaan geliyo
xogta liiska sugitaanka kelyaha ee qaranka, oo ay maamusho NHS Blood and Transplant UK. Waxaa lagu diiwaan gelin karaa liiska sugitaanka qalliinka beerista kelyaha ee qaranka adigoo ah "mid toos uga diiwaan gashan" ama "la hakiyey".

Toos u diiwan gashanaanta waxay ka dhigan tahay inaad si toos ah u sugayso beerista kelyo. Waxay ka dhigan tahay inaad diyaar u tahay inaad isbitaalka timaaddo wakhti kasta, maalintii ama habeenkii, haddii laguu waco si laguu sameeyo qalliinka beerista kelyaha.

La hakiyey waxay ka dhigan tahay inaad si ku meel gaar ah hakad lagu galiyay, islamarkaana aan lagu siin doonin qalliinka beerista kelyaha muddadan. Waxaa lagaa hakin doonaa liiska sugitaanka haddii:

- shaqada kelyahaada ay ka badan tahay 15 ml/min oo kooxdaada caafimaad ay u aragto in qalliinka beerista kelyaha waqtigan uu noqon lahaa mid aad loogu deg degay si uu kuu anfaco (tilmaamayaasha qaranka waxay ku talinayaan in qalliinka la sameeyo qiyaastii lix bilood ka hor inta aadan u baahnayn daaweynta dhaqista kelyaha)
- aad caafimaad darro la kulanto oo kooxdaada caafimaad ay gunaanado inaad u baahan tahay inaad soo kabato ka hor inta aan dib laguugu soo celin liiska sugitaanka qalliinka beerista ee qaranka
- aad u baahan tahay tijaabooyin ama baaritaanno dheeraad ah
- aad fasax ku aaddo dibadda oo aadan awoodin inaad isku soo laabato isbitaalka wax ka yar saddex

saacadood haddii laguu baaqo qalliinka beerista

- aad go'aansato inaadan diyaar u ahayn beerista

Sidee ayaa kalyaha loogu qeybshaa?

Keli kasta oo lagu deeqo waa hadyad qaali ah, waxaana muhiim ah in organka la siiyo bukaan ka faa'iidaysan doona. Marka deeq-bixiye dhintay oo suurtagal ah la aqoonsado, waxaa la qaadaa baaritaanno dhiig si loo hubiyo nooca unugyada deeq-bixiyaha, koox dhiig, iyo sidoo kale si loo hubiyo shaqada orgaanadooda. Waxaa

sidoo kale la qaadaa baaritaano dhiig kale si loo hubiyo haddii deeq-bixiyuhu leeyahay wax caabuq ah. Macluumaadkan kadib
waxaa loo gudbiyaa NHS Blood and Transplant, barnaamij kombiyuutar ayaa hubiya liiska sugitaanka qaran ee beerista si loo helo bukaanno ku habboon.

Nidaamka ma aha mid lagu sameeyo saf toos ah oo sugitaan ah oo la galo. Dhammaan kooxaha beddelka xubnaha ee UK waa inay raacaan
shuruudaha qaranka ee lagu xusho bukaannada ku habboon helitaanka beerista kelyaha. Bukaannada waxaa mudnaanta loo siiya in ay helaan beerista kelyaha
laga helay deeq-bixiyaha kelyaha ee dhintay iyadoo lagu saleynayo:

- is-waafaqsanaanta koox dhiigga ee bukaanka iyo deeq-bixiyaha
- isku mid ahaanshaha nooca nudaha ee bukaanka iyo deeq-bixiyaha
- isku mid ahaanshaha da da bukaanka iyo deeq-bixiyaha
- muddada uu bukaanku ku jiray liiska sugitaanka qalliinka ama muddada uu ku jiray daaweynta dhaqista kalyaha
- masaafada u dhexeysa isbitaalka qalliinka bukaanka iyo isbitaalka deeq-bixiyaha
- iyo sida ay u adkaan lahayd bukaanka inuu helo fursad kale si uu u helo orgaan

Maxaan sameeyaa inta aan sugayo beerista?

Si aad ugu diyaar garowdo qalliinka beerista, waa muhiim inaad isku daydo inaad ahaato
mid caafimaad jidh ahaan iyo maskax ahaanba u fiican intii suurtagal ah. Waa muhiim inaad:

- firfircoonaato, si wanaagsan u cunto, oo miisaanka iska dhimto haddii loo baahdo – tani waxay kaa caawin doontaa kordhinta
  heerarka tamartaada iyo xakamaynta walbahaarka
- niyad wanaagsan ku sii jirto – sugitaanka qalliinka beerista waa waqti shucuur ahaan adag, waxaana caadi ah niyad-jab iyo walwal
  kuwaas waa caadi
- kooxdeena daryeelka kelyaha waxay ku siin karaan caawimaad iyagoo kuu gudbinaya la-taliyeyaasha kelyaha si aad u joojiso cabbitaanka sigaarka haddii aad
  sigaar cabto, jooji sigaarka – sigaarku wuxuu waxyeelleeyaa sambabada, wadnaha iyo xididdada dhiigga, taasoo
  si xun u saameyn karta qalliinka beerista iyo soo kabashadaada
- u qaado daawooyinkaaga sida laguu qoray
- si joogto ah u tag ballamahaaga rugta caafimaadka
- haddii aad ku jirto daaweynta dhaqista kelyaha, waa muhiim inaadan seegin wax kalfadhi ah oo daawaynta dhaqista ah
- si joogto ah u samee baaritaanno ilkaha, balse la tashi la samee kooxda daryeelka kelyaha ka hor inta aan la samayn wax daaweyn ah
  oo fara-gelin ah
- si joogto ah u samee baaritaanno dhiig oo lagu eego unugyada difaaca jirka (saddexdii biloodba mar) – tani waa muhiim

si macluumaadkaaga ku saabsan unugyada difaaca jirka loogu cusbooneysiiyo, si markasta aan awood ugu yeelano inaan ku siino kalyaha ku habboon.
Unugyada difaaca jirka ayaa saameyn doona haddii dhiig lagugu shubo, haddii aad uur leedahay, hore
laguugu sameeyay beerista ama uu ku sameeyay fayrus

- hubi inaan ka hayno faahfaahinta xiriirkaaga saxda ah – haddii aanaan kula soo xiriiri karin, waa inaan qof kale siinaa kelida, tixgeli qorsheynta qoyska ee xagga dhalmada – ma mari kartid qalliinka beerista haddii aad uur leedahay. Fadlan la hadal kooxdaada kelyaha haddii aad u baahan tahay talo
ku saabsan ka hortagga uurka ama taranka inta aad sugayso qalliinka kalyaha

Waxa kale oo aad muhiim u ah inaad tixgeliso oo aad qorsheysato wakhtiga laguugu yeedhayo beerista, oo ay ku jiraan:

- sida aad isbitaalka ku tegi doonto (ha wadin gaarigaaga ilaa qof uu ka soo qaado isbitaalka)
- cidda daryeelka u qaabili doonta dadka ku tiirsan ama xayawaannada rabaayada
- cidda ay tahay in lala xiriiro si loogu wargeliyo waxa dhacaya (xubnaha qoyska/goobta shaqada)

Maxaa dhacaya marka la ii yeero?

Marka kelyo ku habboon lagu siiyo, kooxdaada ku-tallaalidda ama ku beerista ayaa soo wici doona si ay tan adiga kaala hadlaan.
Wicitaankan waxaa la samayn karaa wakhti kasta oo habeen iyo maalin ah. Kooxdu waxa ay ku siin kartaa xoogaa macluumaad
caafimaad ah oo ku saabsan ku deeqahaaga oo ay ka hadlaan khataraha iyo faa'iidooyinka iman kara. Haddii aad ku faraxsan tahay
inaad sii wadato tallaalka beerista suurtagalka ah, waxay ka codsan doonaan inaad timaaddo isbitaalka. Marba hadii
laguu yeedho, fadlan waxba ha cunin hana cabbin.

Maxaan la yimaadaa?

- dhammaan daawooyinka aad qaadanayso
- dharka habeenkii ee jiifka, goonnada labiska iyo dacas
- boorsada qalabka nadaafadda iyo alaabta musqulaha
- dhar dabacsan iyo nigisyo aad xidhato marka aad guriga soo aado
- hore u so qaado wax aad akhrido ama muusik
- qadar yar oo lacag ah

Fadlan ha soo qaadan waxyaabo qaali ah, maadaama aannaan mas'uul ka noqon karin wax kasta oo kaa luma.

Halkee ayaan aadaa?

Kooxda ku-tallaalidda ayaa kuu sheegi doona meesha aad u baahan tahay inaad aado marka ay ku soo wacaan. Haddii aad timaado
09:00 iyo 17:00, waxa lagu waydiin doonaa inaad tagto Qaybta Qiimaynta Kelyaha ee isbitaalka Hammersmith oo ku yaal dabaqa hoose, F Block. Haddii aad timaaddo 17:00 ka dib waxaa lagugu gudbini doonaa qaybta ama waarka uu joogo
Peter ee isbitaalka Hammersmith oo ku yaal dabaqa 1-aad, F block.

Maxaa dhacaya markaan halkaas tago?

- waxaad yeelan doontaa baaritaanno bilow ah si loo hubiyo inaadan qabin COVID ama wax caabuq ah oo firfircoon
- waxa lagugu samayn doonaa baadhitaano dhiig, oo ay ku jiraan baadhis loo yaqaan "tijaabada badbaadada kahor dhiig-shubista" (fadlan hoos ka akhri "Waa maxay tijaabada badbaadada kahor dhiig-shubista?")
- waxaa laga yaabaa inaad u baahato in lagaa saaro raajo laabta iyo ECG (baaritaanka la socodka xaalada wadnaha)

- marka natiijadii hore ay soo noqoto oo ay ku qanacdo, waxaa laguu wareejin doonaa qaybta ama waarka beerista

- waxaa lagaa codsan doonaa inaad qubeysato oo aad xirato goonnada isbitaalka

- dhakhtarka qaybta ama waarka, dhakhtarka suuxinta iyo takhtarka qalliinka ayaa qiimeyn doona xaalada jidhkaaga si aad u gasho qalliinka
- dhakhtarka qalliinka ayaa kaala hadli doona nooca qaliinka aad mari doonto, khataraha iman kara wuxuuna ka codsan doonaa inaad saxeexdo foomka oggolaanshaha
- haddii aad caadiyan ku jirto daawaynta dhaqista kelyaha, waxa laga yaabaa inaad u baahato in lagu la yeesho kal-fadhi ka hor inta aan aadin goobta qalliinka
- waxaan ku siin doonaa daawooyin ka hortaga difaaca jirka ka hor inta aadan u gelin qolka qalliinka si looga hortago in jirku diido organka cusub.

Xaalado naadir ah, kooxda Isbitaalka Hammersmith ma sameyn karaan qalliinka tallaalka sababtoo ah ma haystaan nafaas ku filan. Haddii ay taasi dhacdo, waxaan u baahan doonnaa inaan kuu wareejinno isbitaal kale oo London ku yallo halkaas oo koox takhasus u leh daryeelka kelyaha oo kale ay ku sameyn karaan qalliinkaaga beerista kelyaha. Si kastaba ha ahaatee, ballantaada dabagalka degdegga ah ka dib tallaalkaaga beerista kelida waxay ka dhici doontaa Isbitaalka Hammersmith.

Waa maxay tijaabada-badbaadada kahor dhiig-shubista?

Baaritaankan bay muhiim u tahay waxayna go’aamisaa inaad heli karto beerista ama aadan heli karin. Tijaabada-badbaadada kahor dhiig-shubista waa meesha dhiiggaaga lagu qaso muunad ka mid ah dhiigga ama nudaha ku-deeqaha. Tani waxay tijaabisaa antibodiyo ku jira dhiiggaaga kuwaas oo weerari kara kelyaha deeq-bixiyaha oo diidi kara. Haddii aanu jirin falcelin, taasoo loo yaqaan **tijaabada badbaadada dhiig-shubista natiijada taban**, kelyuhu waa kugu habboon yihiin adiga, qalliinka beerista waa lagugu samayn karaa.taasoo loo yaqaan tijaabada badbaadada dhiig-shubista natiijada taban, kelyuhu waa kugu habboon yihiin adiga, qalliinka beerista waa la samayn karaa.

Tijaabada badbaadada dhiig-shubista natiijada togan waxay muujinaysaa inaad leedahay antibodiyo badan oo ku jira dhiiggaaga waqtiga qalliinka beerista. Sidaa darteed, waxay aad ugu dhowdahay in jidhkaagu diido kelyaha daqiiqado gudahood marka qalliinka beerista la sameeyo. Nasiib darro, tijaabada badbaadada dhiig-shubista natiijada togan waxay ka dhigan tahay in ku-tallaalidda ama beerista aan la sii wadi karin, sidaas darteedna in ay tahay in aad dib ugu laabato liiska sugitaanka.

Ma aniga oo keliya ayaa la i soo wici doonaa?

Inta badan, waxaad noqon doontaa bukaanka kaliya ee loogu yeero isbitaalka si loogu sameeyo beerista kelyaha.
Si kastaba ha ahaatee, mararka qaarkooda, waxaan u baahanahay in aan wacno in ka badan hal bukaan si loo ogaado cidda ugu haboon in ay ka faa'idaysato.

Maxaa iga hor istaagi kara inaan helo beerista kelida?

Mararka qaarkood suurtagal maaha in la sii wado ku-tallaalidda ama in la sameeyo howsha beerista. Tani waxay noqon kartaa sababtoo ah:

- tijaabooyinkaaga ayaa muujinaya inaad qabto xaalad caafimaad oo cusub ama aad caafimaad darro ku sugan tahay waqtiga lagugu yeeray

- waxaa laga yaabaa in macluumaad caafimaad cusub laga helo deeq-bixiyaha dhintay (sida kansar ama caabuq halis ah)
- tijaabada badbaadada dhiig-shubista natiijada togan ayaa la helay, taasoo macnaheedu yahay in jidhkaagu ay u badan tahay inuu diidi doono kelyaha la deeqay
- kelyaha deeqda lagu bixiyay lama isticmaali karo – marka kelyaha la keeno, dhakhaatiirta qalliinka ayaa baaraya si loo xaqiijiyo inay amaan tahay in la isticmaalo. Dhaawaca kelyaha marka la saarayo, adkaanta halbowlayaasha ama xinjirowga dhiigga ee xididdada dhiigga yar ee kelyaha ayaa ah qaar ka mid ah dhibaatooyinka ka dhigi kara kelyaha mid aan isticmaali karin

Halkeen ka heli karaa macluumaad dheeraad ah?

Waxaad ku heli karta macluumaadka buug-yarahan oo ku qoran **luqado kale** halkan:

- www.imperial.nhs.uk/kidneyandpancreastransplantation (guji 'Patient information (macluumaadka bukaanka)')

- www.kidneycareuk.org/kidney-disease-information/treatments/kidney-transplantation/patient-info-receiving-a-kidney/ (guji 'Gelitaanka iyo taageerada luqadaha' si aad u hesho macluumaadka oo ku qoran luqado kale iyo qoraalka oo cod lagu akhrinaayo)

Bogga internetka ee kale:

- www.westlondonkpa.org/
- www.kidneycareuk.org/get-support/free-resources/patient-information-booklets/kidney-transplantation-easy-read/
- www.nhsbt.nhs.uk/organ-transplantation/kidney/receiving-a-kidney/
- www.kidneypatientguide.org.uk/
- www.kidney.org.uk/
- www.sdm.rightcare.nhs.uk/
- www.kidneycareuk.org/
- www.imperial.nhs.uk/patients-and-visitors/patient-information/my-health-records

Lambarada xiriirka ee waxtarka leh:

- Qaybta Qiimeynta Kalyaha (Renal Assessment Unit RAU) 0203 313 6603/6604
- Waarka Peter 0203 313 6661
- Waarka Handfield Jones - 020 3313 6676 / 020 3313 6674
- Rugta Bukaan-socodka ee Hammersmith Transplant 0203 313 8333
- La-taliyayaasha kelyaha 0203 313 6658/6620
- Shaqaalaha taageerada bulshada 0203 313 6619
- Dhakhaatiirta kalyaha – Isbitaalka Hammersmith 0203 313 3048
- Adeegga La-talinta iyo Xiriirka Bukaanka (PALS) 0203 313 3322/0088
- Khadka Caawinta Daawooyinka Farmashiyaha 0203 313 2627

Sideen jawaab celin uga bixin karaa booqashadayda?

Waxaan rabnaa inaan maqalno **talooyinkaaga** ama **faallooyinkaaga** . Jawaab celintaadu waxay naga caawineysaa inaan bixinno adeegga ugu fiican. Waxaad had iyo jeer la hadli kartaa xubin ka mid ah shaqaalaha.

Waxaad sidoo kale la xiriiri kartaa **Adeegga Talooyinka iyo Xiriirka Bukaanka (PALS)** adigoo wacaya **020 3312 7777** (10:00 ilaa 16:00, Isniin ilaa Jimce, marka laga reebo maalmaha fasaxa bangiyada) ama iimayl ugu dir imperial.pals@nhs.net. Kooxda PALS waxay dhageysan doontaa welwelkaaga, talooyinkaaga ama su'aalahaaga waxayna kaa caawin karaan xallinta dhibaatooyinkaWaxaad cabasho gudbin kartaa adigoo wacaya **020 3312 1337** / 1349 **ama adigoo iimayl u diraya** ICHC-tr.Complaints@nhs.net. Cinwaanku waa Complaints department, fourth floor, Salton House, St Mary’s Hospital, Praed Street, London W2 1NY.

Qaabab kale oo buug-yarahan lagu akhrisan karo

Fadlan noo soo dir email cinwaanka imperial.communications@nhs.net haddii aad u baahato buug-yarahan qaab kale. Qaababkan kale ayaa ah in la heli karo buug-yarahan isaga oo lagu daabacay far weyn ama far si fudud loo akhriyi karo, cod ahaan, Farta Indhoolaha, ama isaga oo ku qoran luqado kale. Sidoo kale waxaad gujin kartaa guja-raaca bogga 5 si aad ugu hesho buug-yarahan luqado kale.

Kelyaha & ku-tallaalidda La daabacay: Noofambar 2025
Taariikhda dib u eegista Noofambar 2028
Lambarka Tixraaca: 5152
© Imperial College Healthcare NHS Trust