

# Qiyaasta sonkorta dhiigga

## Qiyaasitaanka sonkorta dhiigga



Arrin ka dhexeeya dhammaan noocaca heerka sonkorta dhiigga ayaa ah inuu dhiiggu u keeno heer sonkor dhiig kacsan. Adiga oo qiyaasa heerka sonkorta dhiiggaaga, ayay kooxda sonkorowgaagu garn karaan sonkorowgaaga iyoo kuu soo jeedin karaan nooca daweynta ee adiga sida ugu fiican kuugu habboon. Qiyaasitaanka sonkorta dhiigga ayaa waliba loogu baahn doonaa sidii loogu qiyaasi lahaa daweynta.

## Sonkorta dhiigga ayaa lagu qiyaasi karaa siyaabo kala duwan:

- HbA1c – waa namuunadda dhiigga u qaado dhakhtarkaagu ama kalkaaliyaha sonkorowga si ay sonkorowga kaaga eegaan. HbA1c ama glycated haemoglobin ayaa waliba loo yaqaan "sonkorta muddada-dheer", sida ay tuseyso celceliska heerka sonkorta dhiiggaaga illaa 2–3 bilood hor intaan sambalka la qaadin.
- Balaasma Guluukoos – ayaa la qiyaasi karaa iyada oo la isticmaalo qalabka qiyaasta sonkorta dhiigga oo wuxuu ku tusayaa heerka sonkorta dhiiggaaga wakhtiga la qaado sambalka. Balaasmada guluukoosta ayaa la qiyaasi karaa wakhtiyo kala duwan. Heerka sonkorta dhiigga ayaa badiyaa la qiyaasaa subaxdii iyo kadibmarka haabeenka oo dhan la soomanaado. Ayaa loo yaqaan sonkorta soomitaanka. Sonkorta goorta-cuntada ayaa la qiyaasaa ku dhawaad 2 sabaacadood kadib cuntada, oo waxay tuseysaa sida u jidhkaagu u maamulo tamarta u ka helo cuntada. Haddii aad qoyaasto sonkorta dhiiggaaga dhowr wakhti maalintii ( ka hor iyo ka dib cuntooyinka), waxaad saari kartaa qalabka lagu eego sonkorta. Tani waxay ku siinaysaa sawir ah sida heerka sonkorta dhiiggaagi isu beddesho muddada maalinta oo waay ka caawin kartaa dhakhtarkaaga in aad go'aansato nooca daaawaynta adiga aadka kuugu habboon.
- Xariiq qalooca guluukoosta –Xariiq qalooca guluukoosta ayaa ka kooban saamiyo balaasma guluukoos dhowr ah oo la qiyaasay hal maalin ama dhowr maalmood. Adiga oo isticmaala xariiq qallooca guluukoosta, ayaas heli kartaa sawir sida heerka sonkorta dhiiggu u isku bedbeddlo markay tahay maalintii. Xariiq qallooca guluukoosta ayaa ka caawin karta dhakhtarkaaga inuu go'aamiyo nooca daweyn ee adiga sida ugu fiican kuugu habboon.

## Arrimaha saamayn ku yeelan kara heerka sonkorta dhiigga:

- Heerka sonkorta dhiigga ayaa kaca markaan wax cuno, inta kicitaanka ayaa ku xiran cuntadu waxay ka kooban tahay iyo qadarkedy le'eg yahay.
- Jimicsiga iyo dhaqdhaqaaqa jirka ayaa naaqusa heerka sonkorta dhiigga
- Kurbada ayaa kor u qaadi karta heerka sonkorta dhiigga
- Qandhada/infekshinka ayaa kor u qaadi kara heerka sonkorta dhiigga
- Dawooyinka kale
- Cudurrada kale
- Uurka
- Insulinta

Maxaa sonkorta dhiigga loogu qiyaasaa dariiqo kal duwan?

Hababka kala duwan ee qiyaasitaanka aya bixiya macluumaad kala duwan oo ku saabsan sonkorta dhiigga, iyo iyada oo ku saleysan samiyadan, dariiq daweyn yaa la dooran oo loo toosin doonaa iyada ku xidhan baahida bukaanka.

Waa maxay arrimaha saamaynta ku leh heerka sonkorta dhiigga ?

Waxa jira dhowr arrimood oo saamayn kara heerka sonkorta dhiigga, sida cuntada, jimicsiga, kurbada, infekshinka iyo cudurrada kale.

Haddii aad rabto macluumaad u dheeraad inta halkn ku jirta, fadlan weydii dhakhtarkaaga ama kalkaaliyaha. Waxa kale oo aad la xiriiri kartaa Macluumaadka Caafimaadka Lilly.

Taleefan 08-737 8800  
Email: scan\_medinfo@lilly.com