DADKA WAAWEYN EE QABA ADHD



ADHD qiyaastii 2-3% dadka ka waaeyn sano ayaa logu ogaadaa in ay leeyihiin.

ADHD waxa ay u taagan tahay Attention Deficit Hyperactivity Disorder, oo loo fahmo cillad horumarineed oo neerfaha ku salaysan.

Xaaladaha intooda badan, calaamaduhu waxaa loo fahmi karaa inay yihiin cillad horumarineed oo neerfaha ku salaysan, taas oo ugu horrayn la xiriirta kacsanaan kordhay, degdegsiin iyo u-fiirsasho yar.

ADHD waxa badanaa loo tixgeliyaa xaalad, ma aha cudur.

Sababaha ADHD
- Arrimo hidde-sideed iyo deegaanka labaduba waxay door ku leeyihiin horumarka ADHD.
- Daraasado ayaa muujiyey in dhibaatooyinka ka dhasha uurka ama dhalmada ay kordhin karaan khatarta ADHD.

ADHD waxa loo qeybiyaa saddex:
- ADHD nooca guud ahaan qalqaaliga iyo degdegsiimada xad-dhaafka ah
- ADHD nooca aan guud ahaan la dareemin
- ADHD labada noocba wata.

Qalqaalinimada:
- Fadhigaa u ku adkaada
- Degnaansho la´aan gacmaha iyo lugaha
- Deganaansho la'aan iyo kacsanaan gudaha ah.
- Tamar badan ayuu leeyahay, mararka qaarkoodna waxa lagu dareemi karaa in qofku "ku kaxaysan yahay" mashiin gudaha ah.

Degdegsiimo xad-dhaaf ah:
- Ma sugi karo markiisa
- Hadalkiisu kal go´ mal aha ama hadlayaa isaga oo aan xaladda ka fekirin
- Dadka xanibaa ama caqaqaladeeyaa
- Fal sameeyaa isaga oo aan ka fekirin

Dhibaato xagga fejignaanta/fekirka:
- Waxa ku adag in uu si dheer u fekiro ama raacoshada
- Waxa ku adag in uu fuliyo hawlaha
- Waxa ku adag nidaaminta iyo dhelitirka firfircoonida
- Waxa u uka leexdaa ama dib dhigaa hawlaha fekirka iyo raacashada u bahaan
- Waxqabadyada nolol-maalmeedka wuu ilaawaa.
- Waxa haysta caqabado ku saabsan raacitaanka tilmaamaha
- Si fudud ayuu u mashquulaa/uga leexdaa hadafka

Inta badan dadka lagu ogaado ADHD waxay leeyihiin nooca la isku daray. Taas macnaheedu waa inay leeyihiin dhibaatooyin muuqda oo labadaba ah firfircoonida xad-dhaafka ah, degdegsiin/ka fiirsasho la'aan, iyo feejignaan/fiiro



NOLOL FIICAN OO AY YEESHAAN CIDDA QABTA ADHD

Maxaan sameeyaa marka aan ka shakiyo ADHD?
- Qiimeynta ADHD waxay ku dhacdaa wada-tashi lala yeesho dhakhtarka qoyska (fastlege), ka dibna dhakhtarku wuu kuu gudbinayaa si baaritaan loogu sameeyo DPS (Xarunta cilminafsiga degmada).
- Si ogaanshaha (diagnose) loo dhigo, calaamaduhu waa inay socdeen ugu yaraan lix bilood.
- Calaamaduhu waa inay bilaabmaan ka hor da'da 12 jir, ay keenaan dhibaatooyin waaweyn, isla markaana ay ka muuqdaan xaalado kala duwan.

-Dadka waaweyn, macluumaad dheeraad ah oo ka yimaadda mas'uuliyiin/gardiyanno hore ama dadka kale ee aadka ugu dhow ayaa muhiim u ah in lagu sharraxo dabeecadda laga soo bilaabo carruurnimada iyo xilligii dhallinyarada.
- Qiyaastii 75% dadka waaweyn ee lagu ogaado ADHD waxay sidoo kale leeyihiin cudurro/ xaalado kale oo isla mar ahaantaas la socda.
- Dadka waaweyn, welwelka iyo niyad-jabka ayaa ah dhibaatooyinka dheeraadka ah ee ugu badan.

ADHD Norge
ADHD Norge waa urur mutadawiciin ah oo dalka oo dhan ka shaqeeya u adeegana dadka qaba ADHD iyo dadka ehelkooda/ kuwohooda u dhow.

Himilada ADHD Norge waa Nolol fiican oo ay yeeshaan cidda qabta ADHD.