

Sababta loo asaasey turjubaan dhaqmeedka ,Doula och kulturtolk.

Waa gargaar ama kaalmo aad ku heli karto afkaaga hooyo xilliga aad dhaleysid.

Doulada waxaay kuu fidineysaa gargaar xilliga foosha waxey kaloo kuu fududeyneysaa kuuna sahleysaa sidii aad isku fahmi laheydeen adiga iyo shaqaalaha daryeelka caafimaadka ama umulisoooyinka.

Doulada waxey u tababarantahay aqoona uleedahay sidii ay kuu caawinlahayd marka aad foolaneysid, waxaa kale oo ay aqoon u leedahay in ay si wanaagsan kuugu fahamsiiso ama kuugu sharaxdo habka daryeelka caafimaadka ee Swidishka u shaqeeyo.

Doulada waxey la kulmeysaa adiaga iyo qoyskaaga xilliga aad uurka leedahay mar ama labo jeer kulamadaa waa iney ahataa saacadaha shaqada, Isniin ilaa jimce.

Doulada kuma siin karto talooyin caafimaadeed, laakin waxey kaa caawinkarta

Sidii aad kula xiriiri lahayd shaqaalaha qaabilsan caafimaadka iyo daawooyinka

Doulada waxey kaa caawinkartaa iney kuu wacdo isbitaalka qeybta dhalmada

Marka ay fooshada timaado/bilaabato iyo xilliga aad aa tageysid förlossningen/Qeypta dhalmada.

Doulada waxaad ku kulmeysaan qeybta dhalmada, haddii shaqaalaha daryeelka ogaadaan

Fooshadu iney bilaabatey kuna nagaaaneyso isbitaalka, markaa doulada wey kula joogeysaa

Illaa inta aad ka umuleyso.

Haddii doulada xanuunsato amaba ay kuu imaan karin, waxaa bedelkeedakuu imaan dontaa Doulada labaad oo iyadu booskeda bedeleyso.

Ka dib marka aad dhasho Doulada, waxey kugu soo booqani doontaa, BB oo ah qeybta la geeyo

Marka ay hooyada dhasho ama gurigaaga waa haddii aad dooneysid!

Booqashada waxey ku siineysaa doulada talooyin ku saabsan goobaha ay tagaan hooyada iyo dhallaanka.

- Marka ay fooshu ku qabato waa muhiim in aad wacdaan Doulada xilli hore si ay isu sii diyaariso.
- Gargaarka ay idiin fidineyso Doulada waa lacag la'aan.
- Doulada waxaa waajib ku ah xajinta sirta, ma jireyso cid ogaaneysa waxa aad kuwada hadahseen.
- Marka ay foosha ku qabato adiga ayaa iskada u aadaya isbitalka
- Sweden looma yeerto ambulans haddi aayasan dhibi jirin.



