Muxuu Dr. Luke ka leeyahay waxa ku saabsan Isticmaalka Kooxaha Cunada Aasaasiga ah

11

Maanta Dr. Luukos wuxuu nagala hadli doonaa mowduuc muhiim oo ku saabsan dadka oo dhan. Taasi waa kooxaha cuntada aasaasiga ah iyo sida si loo isticmaalo. Qof kasta oo nool wuxuu cunaa maalin kasta, wuxuuna u baahan yahay inuu ogaado sida loo isticmaalo kooxaha cuntada aasaasiga ah si u helo nafaqo ku filan. Dr. Luukos wuxuu ku bilaabi doonaa isticmaalka sheeko ku saabsan hooyo da'a yar.

Ruva waxay ahayd hooyo 35 jir ah oo sidoo kale shaqeysay. Iyada iyo ninkeeduba waxay lahaayeen gabadh 8 sano jir ah, Jane. Ruva waxay aad ugu mashquulsanayd shaqada, shaqada guriga iyo caawinta gabadheeda qoobta-ciyaaraha iyo casharada muusikada. Waxay helin waqti ay wax ku karsadaan. Waxay jeceshahay inay karsato cuno inkastoo. Maalin maalmaha ka mid ah ayay bilaabatay inay ogaato in gabadheeda ay tahay culeys kordhaya. Waxay weydiisay gabadheeda haddii ay meel kale wax ka cunayso ama cunno fudud ka hesho oo ay tiri maya. Hadday Tani waxay ahayd markaa maxay miisaan u qaadatay? Way ka welwelsan tahay sidii ay u maqashay waxyeelada xun ee miisaanka culus ee carruurta da'dooda. Maxay ahayd inuu Ruva sameeyo?

Ruva waxay sii waday inay ka fikirto dhibaatadan. Maalin maalmaha ka mid ah ayay la kulantay saaxiibkeed oo ay kala hadashay arrintan sidoo kale. Saaxiibkeed ayaa u sheegay inay aad uga walwalayso dhibaatada laakiin markay ogaatay sida ay u daran tahay iyada Ruva waxay kahadashay dhibaatada ay go aansatay inay iyadu caawiso.

Ruva saaxiibkiis wuxuu maqlay isbitaal kuwaas oo lahaa muxaadarooyin kusaabsan cuntada. Kadib markay hubiyaan tan oo ay wacaan isbitaalka Ruva iyo saaxibkeed waxay go'aansadeen

inay casharadaas ka caawin doonaan su’aalahooda. Markaa labadoodii waxay u tageen khudbadihii.

Muxaadarada waxaa bixiyay dhakhaatiirta caruurta ee isbitaalka. Dhakhtarku wuxuu bilaabay isagoo leh dadka badankood way sameeyaan ma fahmin sida kooxaha cuntadu u shaqeeyaan sidaa darteed haddii dadka dhagaystayaasha ah fahan yar ka qabaan tan markaa waa inaysan dareemin doqonimo ama walwal. Raava waxay ka nasatay sida ay iyadu u hubiso inay iyadu kaligeed tahay qof dhagaystayaasha 50 waalid oo aan garanaynin tan. Tani waxay u fududaysay iyada su'aalaha ay waydisay khudbaada ka dib. Dhakhtarka caruurta ayaa u sheegay dhagaystayaasha inay jiraan seddex koox oo aasaasi ah. Mida koowaad waa borotiin, tan labaadna waa karbohaydraytyada iyo dufanka tan saddexaadna waa khudrad.

Waxay waydiisay tusaalooyinka mid kastaa ku saabsan. Waxay xustay in hilibka oo dhami ay yihiin borotiin. Karbohaydraytyada waxaa badanaa loo arkaa inay yihiin rooti. Xaydhku wuu toosnaa hore sida miraha iyo khudradda.

Ka dib dhakhtarkii ayaa weydiyay su’aal. Dhakhtarka caruurta ayaa u sheegay in tani ay tahay su'aasha ugu muhiimsan ee muxaadarooyinka. Maxay ahayd wax qabadka mid kasta oo ka mid ah saddexda koox ee hadda liistada ah? Dad badani waxay bixiyeen waxyaabo badan oo kala duwan jawaabaha oo dhan oo dhakhtarku sheegay inay fiicnaayeen. Si kastaba ha noqotee, dhakhtarku wuxuu u sheegay inay jiraan wax aad u fudud habka lagu xasuusto mid kasta oo ka mid ah saddexda koox ay sameeyeen.