Muxuu Dr. Luukos ka leeyahay Daweenyta Wadna Xanuunka

8

Vusi wuxuu jiray 65 sano. Maalin maalmaha ka mid ah ayaa la socday markii uu bilaabay inuu yeesho xanuun daran oo feedhaha ah. Wuu joojiyay socodkii xanuunkuna wuu ka tegey. Wuxuu nastay dhowr daqiiqo. Kadib wuxuu isku dayay inuu mar kale socdo. Xanuunkan ayaa yimid oo socday intuu socday oo uu istaagay. Markuu ku soo noqday gurigiisii waa inuu ku lugeeyo laba duulimaad oo jaranjarooyin ah. Wuxuu ogaa inay tani adkaan doonto. Sidii uu isku dayay xanuunkiisii ayaa noqday mid daran, oo sidii feedhka oo feedhka ku wareegsan. Ka dib xanuunku wuxuu la xidhiidhay gaabis, lallabo iyo dhidid. Saaxiib ka soo kacaya jaranjarada wuxuu ogaaday inuu waqti adag haysto uuna ka caawiyay gurigiisa wuxuuna u yeeray ambalaas. Waxay u qaadeen isbitaalka. Baadhitaanno halkaa laga sameeyay ayaa muujinaya inuu wadne xanuun daran qabay. Ma uusan dhiman maalintaas. Si kastaba ha noqotee, dhakhaatiirtu waxay u yimaadeen Vusi iyo qoyskiisa waxayna ka wada hadleen dhowr ikhtiyaar oo daweyn ah.

Dad badan ayaa jecel Vusi ee Afrika iyo adduunka oo dhan waxay leeyihiin wadne qabad. Dad badan ayaa u dhinta wadnahan wadnaha. Kuwa badbaaday had iyo goor waxay leeyihiin dhibaatooyin daran goor dambe oo dhinta isla markaaba. Dadka ma la daweyn karaa ka dib marka uu wadno qabadku istaago iyo haddii ay sidaas tahay sidee? Daaweyn noocee ah ayaa la siin karaa si loo caawiyo?

Marka ugu horeysa uguna muhiimsan ee daaweynta wadne xanuunka waa ka hortagga weerarada wadnaha. Waxaan ka wada hadalnay tan barnaamijyada kale. Si kastaba ha noqotee,

marka qof uu helo wadno qabad markaa waxay aad ugu dhowdahay inay u dhintaan da 'yar ka dib wadne istaag labaad. Sidaa darteed ka hortaggu aad ayuu uga fiican yahay daaweynta. Si kooban, Dr. Luukos wuxuu dib u eegi doonaa kahortaga wadne istaagga maadaama tani ay muhiim tahay. Sidee tan loo sameeyaa? Marka hore waa cunno wanaagsan si miisaankaagu hoos u dhigo. Labaad waa jimicsi maalmeedka ugu yaraan 20 daqiiqo maalintii. Markaas ayaa la eegayaa si loo arko haddii aad qabtid dhiig karka iyo cudurka macaanka. Dhakhtarkaaga ayaa kuu sheegi kara haddii aad tan leedahay. Ugu dambeyntiina haddii aad sigaar cabto waa inaad joojiso sigaar cabista. Tani waa dulmar guud oo kooban oo lagaga hortagayo wadne istaaga.

Sidee loo daweeyaa wadne xanuunka? Marka hore, xusuusnow in wadne qabadku ay yihiin xannibaad halbowleyaal ku xeeran wadnaha oo qalbiyaana siiya dhiig. Waa marka kuwan la joojiyo in wadne istaag uu dhaco. Sidee loo daaweyn karaa kuwan? Waxaa jira laba qaab oo waaweyn. Marka hore, waxaa la socda daawooyinka iyo kan labaad oo leh noocyo kala duwan oo qalliin ah. Waxaa laga yaabaa in meelkasta oo daawo ah aysan jirin horumarro u dhacaya si dhakhso leh sida daaweynta daaweynta wadne xanuunka. Wax badan ayaa la qaban karaa si loo caawiyo bukaannada dhibbaneyaasha wadnaha oo xitaa 15 sano ka hor aan la heli karin.