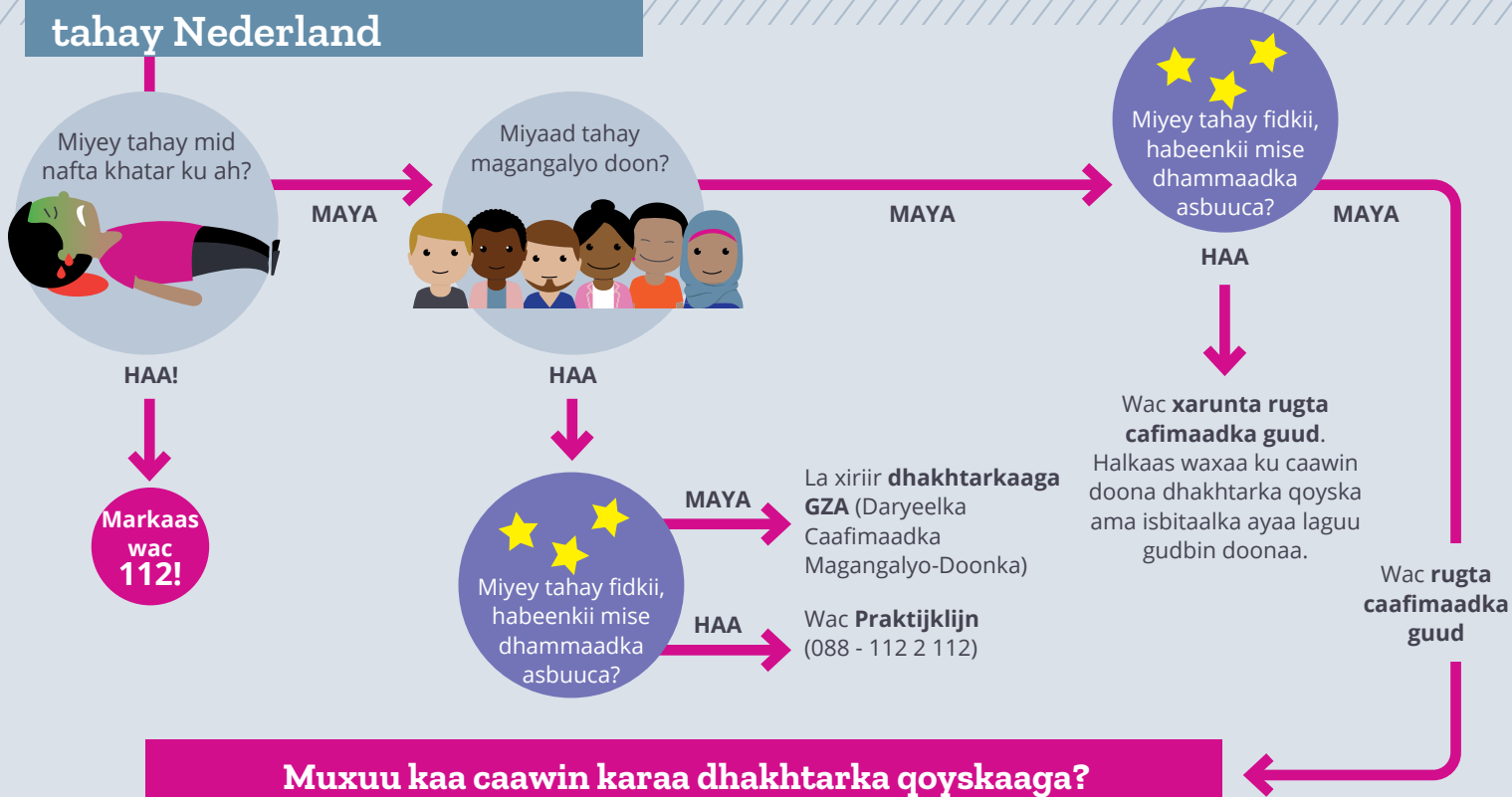
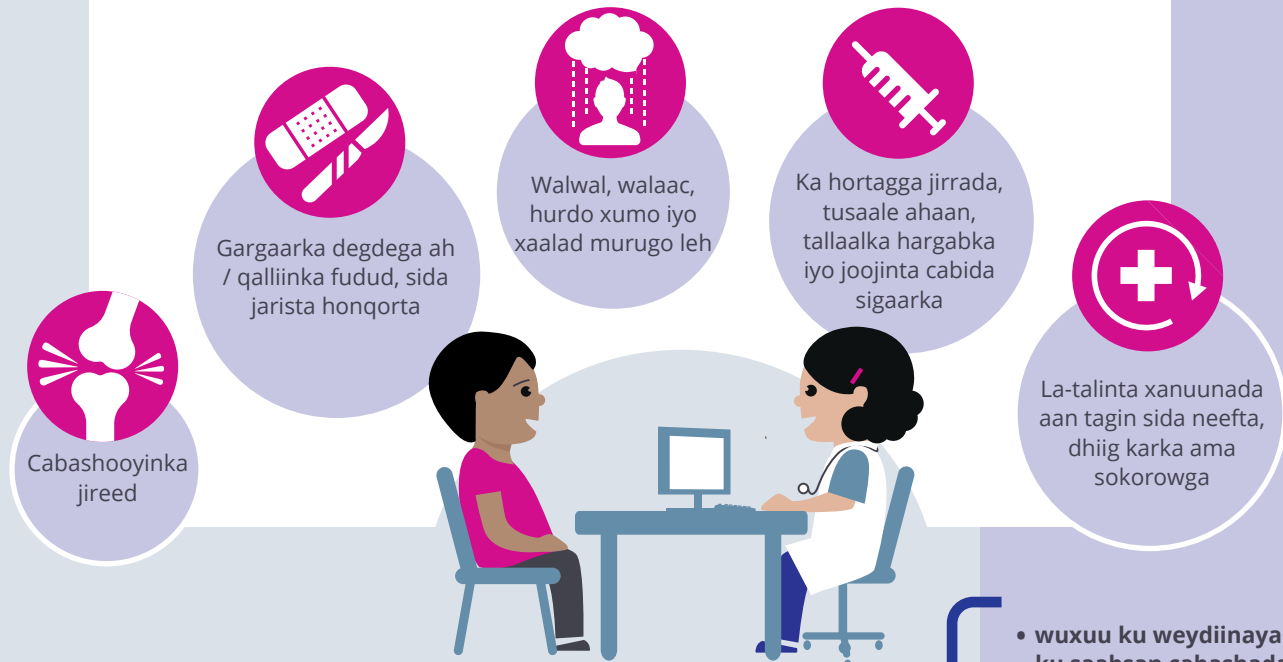


Haddii aad ku xanuunsan tahay Nederland



Muxuu kaa caawin karaa dhakhtarka qoyskaaga?



Qiimaha



- Magangelyo-doon ahaan, RMA (magangelyo-doonayaasha daryeelka caafimaadka) ayaa bixiya kharashka daryeelka caafimaadkaaga.
- Sharci hayste ahaan, waxaa lagaga bahanyahay inaad heysato caymis caafimaad. Caymiska caafimaadka, marna ma bixinaysid lacagaha adeega ballanta dhakhtarka qoyska.
- Baaritaannada dhiigga, iskaanada, daawooyinka ama ballan lala yeesho daryeel bixiye kale, waxaa laga yaabaa inaad bixiso lacago (dheeraad ah).

Muxuu qabtaa dhakhtarka qoyska wakhtiga ballanta?

Sidee ku heli kartaa dhakhtarka qoyska?

- Iyadoo loo marayo degmada
- Iyada oo la booqanaayo www.kiesuwhuisarts.nl
- Iyada oo la booqanaayo www.zorgkaartnederland.nl

- wuxuu ku weydiinaya su'aalo ku saabsan cabashadaada caafimaad
- baaritaanka guud ee jirka
- wuxuu bixiyaa talo
- haddii loo baahdo:
 - baaritaanada dhiigga, iskaanada
 - qorida daawada
 - waxa uu u gudbiyaa bixiyeyaasha daryeelka caafimaadka kale sida:
 - cunto yaqaan, dhakhtarka daliiga, dhakhtarka ilkaha, dhakhtarka dhalmada
 - takhasuslaha joogo isbitaalka

Xanuun miyaad dareemeysa



Maxaad adiga naftada qaban kartaa?

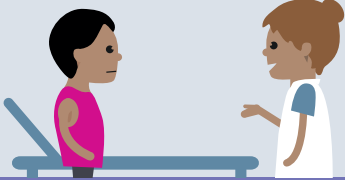
- Inaad si caafimaad leh u nolaatid, jimicsiga iyo raacitaanka talooyinka caafimaadka (Thuisarts.nl ama moetiknaardedokter.nl)
- Cunista cunto caafimaad leh (voedingscentrum.nl)
- La wadaag waayo aragtinimada oo raadso taageero (refugeehelp.nl)



XAFIISKA DHAQTARKA QOYSKA

Kaaliyaha dhakhtarka guud

- Wuxuu qiimeeyaa darnaanta cabashadaada wada hadalka taleefanka.
- Caafimaad ahaan waa loo tababaray waxaana laga yaabaa inuu talo ku siiyo.
- Wuxuu haystaa/heysataa saacad u gaar ah oo la tashi ah ee daawaynta fudud ah.
- Wuxuu go'aamiyaa inaad u baahan tahay ballan daryeel bixiye iyo inkale.



Kalkaaliyaha caafimaad/kaaliyaha xirfadlaha

- Wuxuu haystaa saacada isaga/iyada la tashi u gaar ah ee loogu talagalay cabashooyinka jireed
- Waxa laga yaabaa in uu codsado baaritaano oo uu qoro dawooyin isaga oo la tashanaya dhakhtarka qoyska



Dhaqtarka Caafimaadka Dhimirka

- Wuxuu haystaa/heysataa saacad u gaar ah oo uu kala tashado cabashooyinka sida walbahaarka, welwelka iyo mugdiga
- Waxa laga yaabaa in uu codsado baaritaano oo uu qoro dawooyin isaga oo la tashanaya dhakhtarka qoyska

Dhakhtarka qoyska

Waa maxay dhakhtarka qoyska?

Dhakhtarka qoyska waa dhakhtarka ugu horeya ee aad ula tagto caabasho ama jirro dalka Nederlaan.

Dhakhtarka waxa uu qaatay tababar sare oo gaar ah.

Ballan kasta, **1 cabasho** ayaa wax laga qabanayaa. Samee ballan laba jeer haddii aad u baahan tahay wakhti badan.



Mararka qaar ma arki kartid dhakhtarka qoyska.

Dhakhtarka qoyska, si kastaba ha ahaatee, had iyo jeer waa laga wargeliyaa.



Turjumida

Si aad u hesho caawimada saxda ah, dhakhtarku waa inuu si fiican kuu fahmi karaa.

Sidaa darteed, dhakhtarka qoyska mararka qaarkood wuxuu la xiriiriyaa turjumaan hab (taleefoon ahaan ah).

Turjubaanada xirfadlayaasha ah waxay qaateen tababar gaar ah si ay u caawiyaan dhakhtarka si sax ah. Sidaa darteed, waxaa habboon in aan qoyska ama saaxiibada loo isticmaalín turjubaan ahaan.

Dhakhtarka qoysku **caadi ahaan wuu daawayn karaa** calaamadaha cudurkaada asaga laftiisa haddii aad tahay ilmo ama qof weyn.



Dhakhtarka qoyska waxa uu inta badan ku weydiiyaa ra'yigaaga wuxuuna kuu ogolaanayaa inaad ra'yi kadhiibato.

Dhakhtarka qoyska waxa uu rabaa in uu tixgelin fiican siyo waxa aad u baahantahay adiga.

Dhakhtarka qoyska wuu og yahay waxa loo baahan yahay baaritaanada dabagalka ah.

Dhakhtarka qoyska ayaa ku soo gudbinaya haddii aad u baahan tahay inaad aragto dhakhtar takhasus u leh oo joogo isbitaalka.

