

Bilowga dhiig karka

Maxay tahay?

Bilaabida dhiig karku waa cudur khatar ah oo la xidhiidha dhiig karka. Waxay ku dhici kartaa qof kasta muddo kala badh uurka ah, ama ilaa 6 todobaad ka dib uurkaaga.

Khatar ku ah Adiga

- Suuxdinta
- Faaliga
- Waxyeelada xubin jidhka ah
- Dhimashada

Khatar ku ah Ilmahaaga

- Ilmaha bilo hore ku dhasha
- Miisaanka yar ee dhalashada
- Dhimashada

Calaamadaha Bilowga Dhiig karka



Xanuunka caloosha



Madax xanunka



Dareemida yalaalugo, soo matagid



Araga dhibacaha



Bararka gacmahaaga iyo wejiga



Korodhka miisaanka ka badan 4 rodol (2.3) todobaadki

Maxaad samayn lahayd?

U soo wac dhakhtarkaaga ama ummulisada si toos ah. Ogaanshaha bilaabida dhiig karka wakhti hore waa u muhiim adiga iyo ilmahaaga.

