



MAMI
Management of small
& nutritionally At-risk
Infants under six months
& their Mothers

**Kaardii Tajaajila Gorsaa fi Barruu Gargaartuu
Gochaa "MAMI"**

Seensa

Kaardiin tajaajila gorsaa fi barruun gargaartuu gochaa (MAMI) kun kan bahe, ogeessa kunuunsa tajaajila fayyaa kennuu fi gorsitootni “IYCF” tajaajila gorsaa fi gargaarsaa mata-dureewwan ijoorratti haadhaa ykn kunuunsitoota daa’imman xixxiqqoo fi hanqina sirna nyaataatiif saaxilamoo ta’an umuriin isaanii ji’a 6 gad-ta’aniif akka gara qaama paakeejii “MAMI care pathway” tti kennuu akka danda’aniif isaan gargaarudhaafi. Barruulee fi kaardowwaan kun kaardii tajaajila gorsaa fi barruu gargaarsa gochaa ammayya’aa meeshaalee MAMI vershinii 21 keessatti hammataamee fi hundhaa’eedhaa., kaardiin tajaajila gorsaa kun koorsi unicef iycf, who iycf3 qindaa’een WHO IYCF3, akkasumas, akkuma tokkoon tokkoo kaardii irratti caqafametti kitaabilee wabii/caqastt (Kitaabilee wabii) biroo irratti hundaa’uun kan qoophaa’eedhaa. Kaardiin tajaajila gorsaa kuniis kan qophaa’ee bifa barbaachisummaa raawwii hojii fi tajaajila gorsaan wal-qabatee daa’imman xixxiqqoo fi sirna nyaataatiif saaxilamoo ta’an umuriin isaanii ji’a 6 gadii, fi haadholii isaanii taaliiguu (gaargaaaru) danda’uudhaani.

Fedhii haadhaa ykn kununsituu daa’immaniirratti hundaa’uun, Kaardiin tajaajila gorsaa fi barruuleen gargaarsa raawwii hojii MAMI kun kutaa sadiitti qooduun ilaalla;

- **Kutaa A kan xiyyeeffatu dhimma fi fedhii daa’imman harma hodhanii ykn hedduummiinaan aannan harma haadhaa sooratan.**
- **Kutaa B kan xiyyeeffatu dhimma fi fedhii daa’imman harma hin hoonee/ aannan harma haadhaa hin soorraanee.**
- **Kutaa C kan xiyyeeffatu marii mata-dureewwan ijoo haadha, akkasumas, kunuunsitoota/maatii/miseensa maatii waliin taasifamu dha**

Kaardiin tajaajila gorsaa fi barruuleen gargaarsa raawwii hojii MAMI, gorsitootni wayiti tajaajila gorsaa kennan fedhii yeroo qo’annoo/sakatta’insi adeemsifame adda bahan hammachiisuun hojii tajaajila gorsaa akka kennana deeggaruufidha. Dizaayiniin isaanis, tokkoon tokkoo kaardii irratti fakkii yeroo tajaajilli gorsaa kennamu haadhaa ykn kunuunsitootatti agarsiifamu, akkasumaas, duubee kaardiirratti gorsaafii caqasa wabii akka ta’utti, odeeffannoowwan ijoo fi raawwii hojii waliin qophaa’e. Tokkoon tokko marsaa hordoofti gorsaan taasifamu keessatti, gorsaan/tuun, kaardii sirrii rakkoolee ijoo adda bahan (Kaardota A1 to B3), akkasumas, mata-duree waliigalaa biroorratti (Kaardota C1-C7) mar’achuuf isa/ishee gargaaru filachuu ni danda’a. Baruullee fi kaardiin tajaajila gorsaa kun beekumsaa fi dandeettii gorsaan/tuun horate/tte bakka buusuuf otoo hin taane, raawwii hojii fi odeeffannoo ijoo akka yaadataaniif isaan gargaaruufidha/ gargaaruudhaafi. Tajaajilli gorsaa fi kuni sirriitti hojiirraa oolaa jiraachuusaa mirkaneessuuf, ragaan tokkoon tokkoo hordoffi taasifameerraatti mata-dureewwan hammatamanii qabate jiraachuusaa mirkaneessi.

¹ <https://www.ennonline.net/c-mami>

² https://sites.unicef.org/nutrition/index_58362.html

³ <https://www.who.int/nutrition/publications/infantfeeding/9789241594745/en/>

Qabiyyee

Seensa	2
Dandeettii Tajaajila Gorsaa fi Koominikeeshinii	3
Yaaddoo haadhooliin/ haadhooleen fi kunuunsitootni, fayyaa sammun wal-qabatee kaasan irratti waliin mari'achuu	5
KUTAA A - Harma Hoosisuun Wal-qabatee Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa- Daa'imman harma hoosisuu	8
Kaardi A1 - Qabannaa fi hammannaa (walitti maxxana) gaarii	9
Kaardi A2 - Hodha harmaa buu'aa qabeessaa harmaa hodhuu	11
Kaardi A3 - Ammamtaa (Guyyaatti si'a hangam) harma hoosisuu baayyiina guyyaatti	13
Kaardi A4 - Dhangala'oo ykn nyaata biroo fudhachuu	15
Kaardi A5 - "Gahaa Miti" Harma Hoosisuun	17
Kaardi A6 - Hedduu boohuu fi hirriba dhabuu boo'ichaa hedduu fi	20
Kaardi A7 - Haati Harma Hoosisuuf Ofitti-amanamummaa Dhabuu	23
Kaardi A8 - Haala Harmaa: Dhiita'u Harmaa	25
Kaardi A9 - Haala Harmaa: Madaa'uu ykn tarsi'uu fiixee harmaa	27
Kaardi A10 - Haala Harmaa: Haala harmaa: Ujmoon aannan harmaa cufamuu fi dhukkuubbi harmaa	29
Kaardi A11 - Haala Harmaa: Qarqarri harmaa bittinna'uu, gara keessaatti gargaaluu, guddachuu ykn dheerachuu	32
Kaardi A12 - Dhukkuba afaanii fi qoonqoo daa'imman harma hodhanii fi dhukkuba qarqara harma haadhaa	35
Kaardi A13 - Daa'iman ulfaatina gadi aanaan dhalataan	38
Kaardi A14 - Ulfaatina quubsaa suuta suutan argamu	41
Kaardi A15 - Haati daa'imarraa fagaachuu	43
Kaardi A16 - Haati soorannaa isheen wal-qabatee dhimma/yaaddoo qabdu kaasuu	45

Kaardi A17 - Daa'imma tokkoo ol-altakkaatti /laakku da'uu	47
Kaardi A18 - Haadha Dardara /dubaara/ urmii heerumaa osoo hin gaa'iin tan heerumtee	49
Kaardi A19 - Haadha qorannoo HIV Poozatiiva Taate	51
Kaardi A20 - Haadha ykn Daa'ima Shakkamaa ykn Mirkanaa'aa Dhukkuba Vaayirasii COVID-19"Ta'an	53
Kaardi A21 - Aannan Harmaa Elmuu fi Kuusuu	56
Kaardi A22 - Kubbaayyaadhaan Nyaachisuu /obaasuu	59
Kaardi A23 - Harma Guusan Irra-deebi'anii hoosisuu jalqabuu (Relactation)	61
Kaardi A24 - Dabalataan aannan ujummoodhaan hoosisuun haati harma guute deebitee akka mirgistuuf ni gargara.	64
Kaardi B1 - Haati Dhibuu	67
Kaardi B2 - Foormulaa Daa'imaa Fayyadami	70
Kaardi B3 - Foormulaa Daa'imaa Qopheessu	73
Kaardi C1 - Gargaarsa Maatii fi Warraa	76
Kaardi C2 - Gargaarsa Uummataa	79
Kaardi C3 - Karoora Maatii	81
Kaardi C4 - boo'ichaafi hiribaa raafuu ykn dhaabuu	83
Kaardi C5 - Diriirfannaa Qaamaa - I	86
Kaardi C6 - Diriirfannaa Qaamaa - II	88
Kaardi C7 - Umrii Ji'a 6 Irratti Nyaata Dabalataa Eegaluu	91
Kaardi C8 - Daa'imman Biqiltuu Umrii ijjoolluummaa Kunuunsanii Guddisuu: Yaada Gorfamu	94
Kaardi C9 - Daa'imman Biqiltuu Umrii ijjoolluummaa Kunuunsanii Guddisuu: Gorsa	96
Kaardi C10 - Daa'imman Biqiltuu Umrii ijjoolluummaa Kunuunsanii Guddisuu: Cheek Ilistii	98

Dandeettii Tajaajila Gorsaa fi Koominikeeshinii

Dandeettii gorsa ilaalcha gaarii (kallattii) (poozatiivaa) qabaachuun milkaa'ina tajaajila gorsaatiif barbaachisaa dha. Dandeettiin tajaajila gorsaa bu'uura armaan gaditti xuqaamee kanneen ofi keessatti hammatu; dhaggeeffachuu fi barachuu, ofitti amanaamummaa ijaaroo fi gargaarsa kennuufaa dha.

Dandeettii dhaggeeffachuu fi barachuu

- Koominikeeshinii mallattoo gargaaran fayyadamuu.
- Yaaddoo jiru hubachuuf gaaffii banaa gaafachuu (open question).
- Deebii fi miira (mallattoo) fedhii qabaachuu agarsiisuu fayyadamuu.
- Wanta haati ykn kuninsituun dubbatte irra deebi'uun ibsuu/dubbachuu.
- Quuqama – hangam akka ishee / isatti dhagahame hubachuukee agarsiisuu.
- Jechoota nama farrajan (namarratti murtee dabarsan) fayyadamuu dhiisuu.
- Sadarkaa haadhaa ykn kunuunsituu jirturratti gad-of-buusuu.
- Xuxxuqqii qaamaarraa of-qusachuu.

Dandeettiwwan Amanamummaa Ijaaroo fi gargaarsa kennuu

- Yaaddoo haadholii ykn kunuunsitootaa xiyyeeffannoon dhaggeeffachuu.
- Yaadaa fi miira haadha ykn kunuunsitootatti dhagahaama jiru/dhaga'aama fudhachuu. Yaada dogongoraa ykn odeeffannoo sirrii hin taane sirreessuun dura yaaddoo isaan qabaan yaadaa hundarratti akka dubbataan heeyyamiif. Kun amanamummaa ijaaruuf gargaara.
- Waanta haati/kunuunsitootni gaarii hojjataaniif dinqisiifannaa fi beekkamtii kennuu.
- Gochaan gargaarsa godhuu.
- Odeeffannoo muraasaa, yeroo sanaaf barbaachisu kennuu.
- Afaan fi jechoota salphaa haati ykn kunuunsituun hubachuun dandeessuun fayyadaamuu.

- Ajaja osoo hin taane, yaada tokko ykn lama kennuu.
- Yaaddoo haadholii/abbootii/kunuunsitootni heeran dhaggeeffachuuf yeroo kenniif.

Sadarkaalee (steps) Tajaajila Gorsaa sadeenii:

- Sadarkaaleen tajaajila gorsaa sadan armaan gaditti heeraman, haadholii ykn kunuunsitoota waa'ee soorata daa'ima fi daa'ima guddaa (ijoollee) irratti akka gorsitaniif isin gargaara.
- Sadarkaaleen sadeen: Qorachuu, Xiinxaluu fi Raawwachuu/Gochuu.

Sadarkaa 1: Qorachuu: gaafachu, dhaggeeffachu, fi ilaaluu

- Afaanii fi ilaalcha hiriyyumaa agarsiisuun haadha ykn kunuunsituu nagaa gaafadhu. (friendly language and gestures).
- Gaaffii muraasa jalqabaaf akka ishee/inni dubbattuuf/tuuf kakaasan gaafadhu.
- Dandeettii dhaggeeffachuu fi barachuu, akkasumas, amanamummaa ijaaroo fi gargaarsa kennuurratti horatte fayyadamuun, waan jedhame dhaggeeffachuu fi waantota ta'aa jiran ilaali.

Sadarkaa 2: Xiinxaluu: Rakkoolee addaan baasuu (Akkasumas yoo tokkool ta’an akkaataa cimina isaaniitiin dursa kan kennamuufi qaban).

- Soorannaan daa’imaa, ilaalte umurii waliin kan adeemu fi yoo haalli ykn fayyummaan mucaa fi haadhaa (ykn kunuunsituu) gaarii ta’e murteessi.
- Rakkooleen ifaan mul’atu yoo hin jiraanne, haadha ykn kunuunsituu galateeffadhu, akkasumas, guddina daa’imaa sadarkaa itti aanuurratti xiyyeeffachuun odeeffannoo kenniif.
- Soorannaa daa’imaarratti rakkoo tokko ykn isaa-ol yoo jiraate ykn yoo haalli ykn fayyummaan mucaa ykn haadhaa (ykn kunuunsituu) gaarii ta’uu baate (gad-bu’aa ta’e), rakkoolee sadarkaa cimiinaa isaaniitiin dursaa keennamuu qabaaniin kaa’ii.
- Gaaffiiwwan haati ykn kunuunsituun gaafatee/gaafate yoo jiraate deebisiif.

Sadarkaa 3: Raawwachuu/Gochuu: Mari’achuu, odeeffannoowwan barbaachisoo muraasarratti yaada dhiheessuu, gochaan agarsiisuurratti waliigaaluu.

- waantoota armaan oliiti xiinxalaman irratti hundaa’uun, odeeffannoowwan muraasa haadhaaf ykn kunuunsituuf darbu qabu haala isheef ykn isaaf baaay’ee barbaachisoo ta’an filadhu.
- Waanta haati ykn kunuunsituun gaari wantootaa hojjattee /teef galateeffachuu kee mirkaneeffadhu.
- Rakkoo soorannaa ykn haala fayyumaa mucaa ykn kunuunsituurratti jiru sirreessuuf gochaan xiqqo hojjechuun itti agarsiisuuf filannoo dhiheessiif. Gochi kun yeroon daangeeffamuu qaba (guyyoottan ykn torbaan muraasa itti-aanan keessatti).

- Kaardii tajaajila gorsaa madaalawaa ykn barruu xiqqoo manaa fudhatanii galan (take-home brochures) qabachuun, odeeffannoo ijoo haadhaaf ykn kunuunsituuf dabarsi, akkasumas, yeroo barbaadamuun gaaffiiwwan deebisii.
- Haati ykn kunuunsituun filannoo tokko filachuun akkaataa waliigalteen rakkoolee ykn haalawan adda bahan sirreessuu irratti yaaluu ykn hojjechuu akka danda’aniif gargaari. Kana jechuun, “Waliigalteerra gahuu” jechuu dha.
- Bakka haati ykn kunuunsituun gargaarsa dabalataa argachuu dandeessuu/ danda’u yaada kenniif/itti himi. Yaala birootiif gara dhaabbilee fayyaatti ol-ergii. Yaala birootiif gara dhaabbilee fayyaatti ol-erguu fi / ykn hawaasa keessatti barnoota afaanii ykn garee gargaarsa IYCF keessatti akka hirmaataniif jajjabeessi.
- Haati ykn kunuunsituun namoota tolan hawaasa tajaajilan (community volunteer) fi / ykn ogeessa fayyaa eessatti akka argatan beekuu isaanii mirkaneessi.
- Haati ykn kunuunsituun yeroo ishee/isaa kennite/kennetiif galateeffadhu.
- Akkaataa barbaachisummaa isaatti, marii biraaf yoom akka wal-agartan irratti waliigali.

Yaaddoo haadholii fi kunuunsitootni, fayyaa sammuun wal-qabatee kaasan irratti waliin mari'achuu

Dandeettii koominikeeshinii bu'aa qabeessa ta'e qabaachuun, Gorsaan dhimma fayyaa sammuuratti haadholii fi kunuunsitootaatiif tajaajila gorsaa bu'aa qabeessa ta'e kennuu akka dandaa'uu goodhaa. Kanaafuu, dandeettii koominikeeshinii armaan gaditti heeraman hordofuun barbaachisaa dha:

Bakka mariif mijjataa ta'e qopheessi:

- Yoo danda'ame, haadha koophaa fi iddoo mijjataa ta'eetti quunnaamuu (dubbisiin).
- Akkaataa aadaadhaan nagaa gaafachuu fi wal-beeksisuun jalqabi.
- Amanaamummaa sirriitti akka hooraatu saffisuudhaaf, yeroo yaada wal-jijjiiraa jirtanitti, gocha ijaan fuula keessa ilaalu, mallattoolee qaamaa garaagaraatti fayyadaamuun akkasuma fi fuulaan yaada heerterrati waliigalaa jiraachuukee mallattoon ibsuu tursiisuu qabda.
- fayyadamuu fi fuullaan waa ibsuu
- Odeeffannoon yeroo tajaajila gorsaa kanatti ka'an namni biroon dhaga'uu akka hin dandeenyee fi heeyyama isheetiin alatti nama tokkoofillee dabarfamee akka hin kennamnee ibsuufii qabda.

Dhaggeeffachuu fi barachuu:

- Haadha ykn kunuunsituun yaadashee otoo addaan hin kutiin akka ibsattu godhi.
- Obsa, tasgabpii fi kabaja qabaadhu.
- Dhaggeeffataa si'aa'ina qabu ta'uuf shaakali.
- Miira tasgabbaa'aa qabaachuuf ishee dhaggeeffadhu ykn gargaari.

Amanamummaa ijaaruu fi gargaarsa:

- Jechoota/Afaan salphaa fayyadami. Ifaa fi gabaabaa.
- Gaaffiilee banaa gaafadhu, qabxiilee ijoo cuunfuu fi irra deebi'a.
- Haati ykn kunuunsituun gaaffiwwan akka gaatfatan heeyyamiif.
- Haadholiin ykn kunuunsituun mudannoo icitiisaanii yeroo siti imatan, qalbiidhaan deebii kenniif.
- himan miira wxiyyeeffannaan miiraam guutamani kaasaniif qalbiin dhaggeeffadhuu keessummeessi.
- Hangam icitii ofii namatti baasani himuun akka ulfaatu beekamti kenniif.

Tajaajila ijoo xin-samuu fi hawaasummaarratti haadholii fi kunuunsitota yaaddoo fayyaa sammuu qabaniif kennamuuf qabu akka armaan gadiitti tarrefamee jira.

- Waantota haadha ykn kunuunsitu dhiphinarra kaa'uu danda'an adda baasuu fi irratti mari'achuu (rakkoo maatii, maallaqa, fayyummaa kkf).
- Tooftaalee dhiphinarraa bayyaannachuun itti danada'amu adda baasuu (kanneen akka tooftaalee of-sukkumuun qama ofii diddiriirsuu) fi irratti mar'achuudhaan, haatii dhiphinasherraa akka fooyyoftuuf gargaari (Diriirfannaa qaamaa I fi II jalatti KAARDOTA C5 FI C6 ilaali).
- Miseensa maatii ishee gargaaruu danda'an adda baasuu fi hanga danda'ame keessatti hirmaachisuu (KAARDII C1 'Gargaarsa Maatii fi miiltoo' jedhu ilaali).
- Karaalee gargaarsa hawaasaa ittiin cimsuun danda'amu irratti mari'adhu (KAARDII C2 'Gargaarsa hawaasaa' jedhu ilaali).
- Akkaataa barbaachisummaasaatiin gargaarsa xin-sammuuf hawaasummaatiif qaama dhimmi ilaalutti ergi.

Madda odeeffannoo:

WHO Psychological First Aid, Available at: <https://www.who.int/publications/i/item/9789241548205>

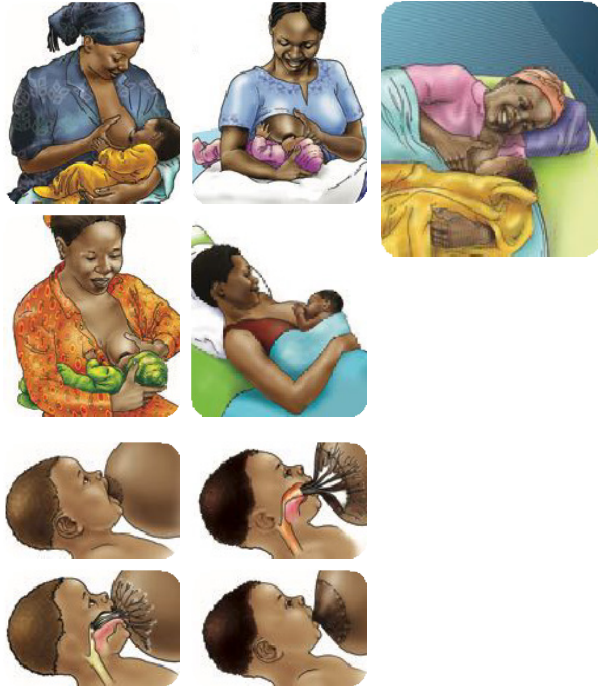
WHO mh GAP Intervention Guide. Available at: <https://www.who.int/publications/i/item/mhgap-intervention-guide---version-2.0>



MAMI
Management of small
& nutritionally At-risk
Infants under six months
& their Mothers

KUTAA A

Harma Hoosisuun Wal-qabatee Tajaajila Gorsaa fi Gocha
Gargaarsaa– Daa'imman harma hoosisuU



Qorachuu fi Xiinxaluu

Walitti Maxxana qaamaa (hammannaa)

1. Afaan daa'ima yeroo harma hodhu bal'inaan ni banamaa?
2. Hidhiin daa'ima inni gara gadii, gara alaatti gara ni galaa?
3. Areedne/maloolleen daa'ima harma ni xuqaa?.
4. Kutaa gogaa harmaa isa gurraacha (areola) afaan daa'ima gadiirra hedduuminaan afaan daa'ima olitti arguu dandeessa.

Haala Qabannaa Daa'ima

1. Qaamni daa'ima diriiruu qaba, walitti dachaa'uu ykn micciiramuu hin qabu.
2. Qaamni daa'ima gara harmaatti galagaluu qaba.
3. Haati daa'ima ofitti siqsiisuun qabuu qabdi.
4. Haati yeroo daa'ima baattutti, morma ykn gatiittii daa'ima qofa qabuu osoo hin taane, kutaan qaama daa'ima hundi gargaaramuun irra jira.

Haala qabannaa garaa gara gadiitti hanqisuun ykn jall'isuun qabachaa wal-qabatee: daa'imni yeroo harma hodhuuf barachaa jirutti qaamni isaa/ishee guutummaan guutuutti qama haadhaarra ciisuu qaba; kun yoo garaa fi gadameessa baqaqsuun deessellee godhamuu qaba.

Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

Harma uumamaa hoosisuun wal-qabatee yaadannoo

Tokkoon tokkoo daa'imni haaraa dhalatee, haati uumamaan daa'imnishee si'aa'inaan harma hodhuun miiltoo godhachuuf diriirsiteef deebii wal-fakkaataa ni kenna.

- Yeroo daa'ima kutaa qaamaa garaa gaditti hanqisuun qaama haadhaarra ciisutti, sababa humna harkisa lafaatiin, uumamaan otoo hin yaadiin akka waan rukutametti of-ilaala/lti. Tooftaan qabannaa/hammannaa/ daa'ima kun kan gargaaru, daa'imni gara harma haadhaatti akka ol-siqu gochuun, akka walitti maxxanani fi hodhu ni godha.
- Yoo daa'imni damaqina hin qabu ta'e/afaan baanuu dhabe, harkaan coba aannanii harma keessaa baasuun hidhiitti cobsuun, daa'imni akka afaan banatuuf ni si'eessa.
- Walitti maxxansi (hammannaan) gaarii ta'e, daa'imni haala bareedaan harma hodhaa akka jiru mirkaneessuu fi haati haala gaariin aannan akka mirgistuu/qabaattuuf ni gargaara.
- Walitti maxxansi (hammannaan) gaarii ta'e, dhukkubii fi tarsi'uu fiixee harmaa ittisuuf ni gargaara,

Hubadhu: Haadholii hundaaf haalli qabannaa (hammannaa) sirri tokko ta'e hin jiru. Haalli qabannaa (hammannaa) mal-illee haata'u (harka mirgaa dachaasuunis ta'e garaa daa'ima gadi hanqisuun qabachuu) waantota isaan tokkoomsuun walitti isaan fiduu ni qabu.

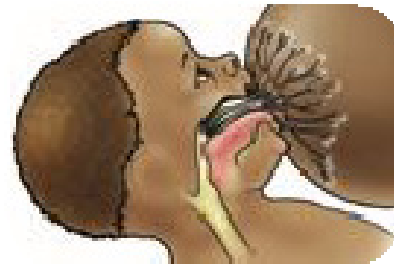
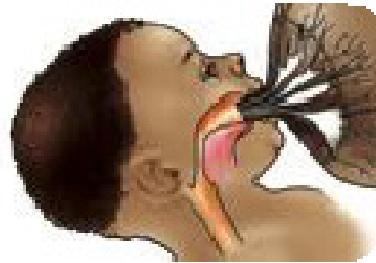
Vidiyoowwan armaan gadii ilaalaa:

Walitti maxxana yeroo hoosisa harmaa (Breastfeeding attachment): <https://globalhealthmedia.org/portfolio-items/attaching-your-baby-at-the-breast/?portfolioID=10861>

Breastfeeding positions: <https://globalhealthmedia.org/portfolio-items/positions-for-breastfeeding/?portfolioID=10861>

Breastfeeding in the first hours after birth: <https://globalhealthmedia.org/portfolio-items/breastfeeding-in-the-first-hours-after-birth/?portfolioID=10861>

¹ Note: if infant is poorly responsive and severely unwell, he/she should receive urgent attention and be immediately referred.





Qorachuu fi Xiinxaluu

1. Suuta jechaa gadi-fageenyaan hodhuu, gidduu-gidduutti dhaabaa.
2. Liqimsaa jiraachuu dhaga'u ykn arguu,
3. Daa'imni yeroo liqimsutti mangaagaan/madiin isaa/ishee ifaan keessa gad-galuu,
4. Mallaan /areedni daa'ima maraa fakkaachuu fi mallattoo keessa gadi-galuu ykn gara keessatti harkifamuu dhabuu.
5. Haadhatti gammachuu fi ofitti amanamummaan irraa mul'achuu.

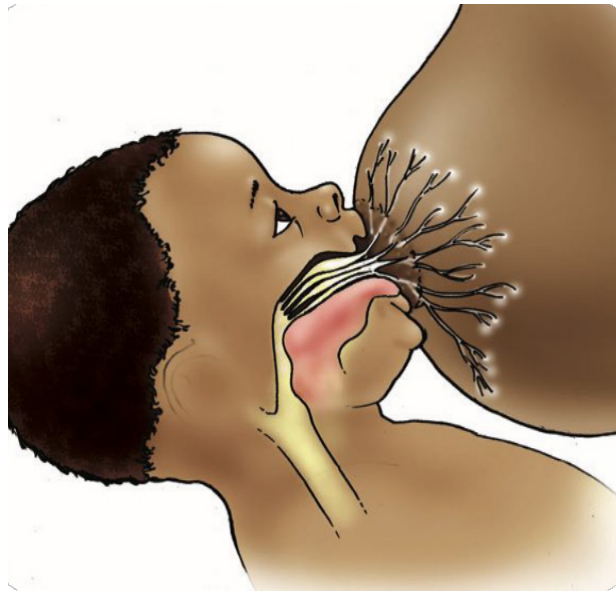
Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

- Haala walitti maxxana (hammannaa) gaarii tiif, gochoota wal-fakkaataa armaan oliin heeramanirratti gorsiin.
- Yoo daa'imni hodhuu dide, daa'ima akka hodhuuf jajjabeessuuf, harkaan aannan harma keessaa baasuun afaan isaa/coobsii

Vidiyoowwan armaan gadii ilaalaa:

Hodha bu'aa qabeessaa fi ammamtaa harma hoosisuu (Effective suckling and breastfeeding frequency): <https://globalhealthmedia.org/portfolio-items/is-your-baby-getting-enough-milk/?portfolioID=10861>

² Yaadachiisa: Daa'imni yoo deebii hin kennu (fajajaa) ykn dhimma hin qabu, Hatattamaan kunuunsa kilinikaalawaa (Yaalaatiif)'tiif gara hospitaalaatti ol-ergamuu qabdi/ba.



Kaardi A3

Ammamtaa (Guyyaatti si'a hangam) harma hoosisuu



Qorachuu fi Xiinxaluu

Sirna harma hoosisuu

- Harma fedhii daa'imnii harma hoodhuuf qabuu (agarsiiftuu fedhii qabaachuu mul'su) irratti hundaa'uun hoosisuu, guyyaa fi halkan.
- Daa'ima hodhaa jiru harma isa biroo jijjiiruufiin dura, harma hodhuu jalqabe/bde gad-haa lakkisu/stu.
- Daa'imni sa'a 24 keessatti si'a 8-2 hodhuu qaba.

Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

Yoo sa'a 24 kessatti si'a 8 gadi harma haadhaa hodha jira/jirti ta'e:

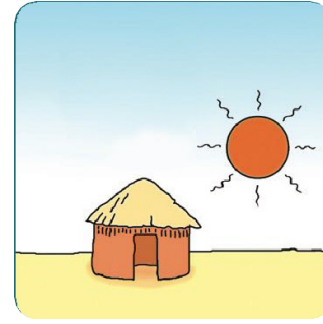
- Daa'imni harma akka hodhuuf dadamaqsuu fi si'eessuudhaan, ammamtaa/hanga harma hodhuu/tuu dabale,
- Daddabalii guyyaaf halkan otoo hin jedhiin, hanga turtii daa'imni fedhetti harma hoosisi.
- Harma isa biroo jijjiiruufiin dura, harma hodhuu jalqabe/bde hanga fedhiin gad-lakkisu/stu'tti eegi.

Yoo sa'a 24 keessatti si'a 12 ol-harma haadhaa hodhu ta'e

- Ammamtaa hoosisa tokkoon tokkoorratti turtii hangam akka turan xiinxali.
- Ammamtaa hoosisaa tokkoon tokkoo irratti aannan argachaa jiraachuu isaa/ishee xiinxali: KAARDII A5-'Aannan harmaa haadhaa gahaa miti' jedhu ilaali).
- 'Qabannaa fi walitti maxxana (hammannaa) gaariin' jiraachuusaa mirkaneessi (KAARDII A2).

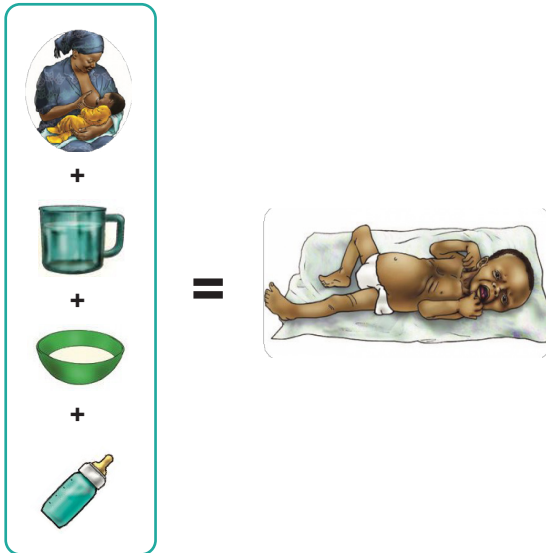
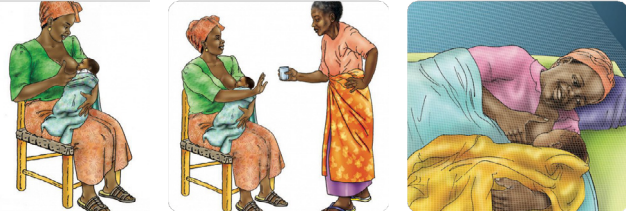
Yaadachiisa: Takkatakka daa'imni umuriin baatii 2 gadi-ta'e ykn dhalootaan ulfaatina gad-aanaa ta'e qabu/bdu ykn yeroon da'umsaa otoo hin gahiin dhalate (ulfaatina gad-aanaa umuriin wal-hin gitne qabu/qabdu), garaan isaanii xiqqoo waan ta'eef garaagarummaa sa'a 2'n harma hoosisaa. Ammaa amma harma hoosisuun, bu'a qabeessummaa hoosisa harmaatiif/aannan hrma haadhaa akka bahuuf ni gargaara.

- Yeroo guddinaaf kaka'an (naannoo umurii torbee 3, torbee 6, Ji'a 3) ykn yerootti daa'imni heddumminaan hammaa hamma harma hodhuu jalqabu (hanga / ammamtaan harma hodhuu guyyaa muraasaaf iddoo tokkotti sassaabamuu).
- Haati yerootti daa'ima aannan harmashee qofa, sa'a 24 keessatti si'a 8-12 hoosiftuutti fi xuriin laguushee deebi'uu didu, tooftaa karoora maatii harma hoosisuun xuriin/laguun akka hin dhufne gochuun uumamu shaakalaa jiraachuushee ibsiif. Haata'u malee, yoo gochoota 3'n keessaa tokkollee hojiirra ooluu baate tooftaan karoora maatii harma hoosisuun argamu ulfa ittisuun hin danda;u (KAARDII C3 'Karoora Maatii' jedhu ilaali).



Kaardi A4

Dhangala'oo ykn nyaata biroo nyaachiisuu



Qorachuu fi Xiinxaluu

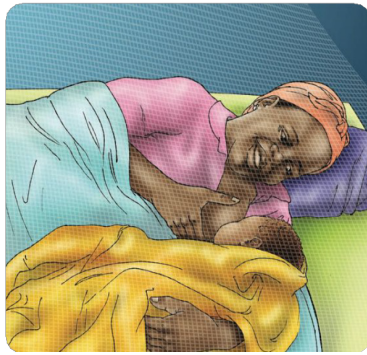
Umuri dhalootaa hanga ji'a 6'tti aannan harma haadhaa qofa soorachiisi (bishaan, soorata dhangala'oo, gariin-jajjaboo ykn jajjaboo hin kenniin)

Dawaan ogeessota fayyaan ajajamuufii ni danda'a.

Haati dhangala'oo fi nyaata dabalata akka nyaachistu fi filannoo qorachuun

Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

- Faay'idaa aannan harma haadhaa qofa soorachiisuun qabu haadhaaf ibsi.
- Yeroo umurii daa'ima guyyaa dhalatee hanga J'a 6'tti nyaata biroo kennuufiin:
 - Daa'imni xiqqoo qofa akka hodhu gochuu fi oomisha aannanii ni hir'isa.
 - Daa'imni harma hodhuu akka itti jabaatu gochuu ni danda'a.
 - Daa'imni akka dhukkubsatu ykn sirriitti akka hin guddanne gochuu ni danda'a.
- Sababni bishaan, dhangala'oo ykn nyaata biroo akka kennituuf si taasisan kanneen akka haati hojiirra hafuu dabalateetiif furmaata kennuuf (KAARDII A21 'Aannan harmaa elmuu fi kuusuu' jedhu ilaali).
- Haati akka ammamtaa aannan harmaa hoosisuu dabaltu; dhangala'oo fi nyaata biroo kennuufii hir'isaa adeemuun dhumarratti dhaabduuf tajaajila gorsaa kenniif.
- Sirna nyaachisuu qabatamaan haati filatte qorachuun rakkoo uumamuu danda'u hir'isuuf ishee waliin irratti hojjedhu.
- Haala qabatamaa haati nyaachisuun wal-qabatee filannoo kan akka fudhattu kan ishee taasise qorachuudhaan rakkoo uumamuu danda'an hir'isuuf haadha waliin irratti hojjedhu (FKN; Shaakala Kunuunsaa fi qulqullinaa 'WASH')
- Aannan harmaa yeroo haala qillensa baay'ee ho'aattillee dheebuu daa'ima akka baasu ibsiif.
- Haati yerootti daa'ima aannan harmashee qofa, sa'a 24 keessatti si'a 8-12 hoosiftuutti fi xuriin laguushee deebi'uu didu, tooftaa karoora maatii harma hoosisuun uumamu shaakalaa jiraachuushee ibsiif. Haata'u malee, yoo gochoota 3'n keessaa tokkollee hojiirra ooluu baate tooftaan karoora maatii harma hoosisuun argamu ulfa ittisuu hin danda;u (KAARDII C3 'Karoora Maatii' jedhu ilaali).



=



=





Qorachuu fi Xiinxaluu

Harmaa hodhuun daa’imaa yoo “ gahaa miti” ta’e:

Daa’imni kichuun ammallee guyyaa dhaloota 4’ffaatti boolii gurraacha ni baasaa.

Torbee tokkoo booda, guyyaatti fincaan ykn ciidhina si’a 6 fincaa’uu.

Daa’imni kichuu gad-fageenyaan bifa mul’atuuf dhaga’amuun sirriitti hodhuu dhabuu.

Daa’imni kichuu erga harma hodhe booda quufuu dhabuu.

Daa’imni kichuu yeroo hundaa erga hodhee booda boohuu.

Ammaa amma yeroo dheeraaf harma hodhuu.

Daa’imni kichuun aannan harmaa hodhuu diduu.

Daa’imni kichuu boolii furdaa, gogaa ykn magarisa qabaachuu.

Daa’imni kichuu darbee darbee boolii xiqqoo qabaachuu.

Daa’imni kichuu dabalinsa ulfaatinaa dhabu: Sararri adeemsa chaartii guddinaa daa’imman kichuu umurii ji’a 6 gadii diriiraa ykn gadi ciisaa adeemuu³.

Haatii, waan dhugaa hin taane “Oomisha Aannan harmaa gahaa hin qabu” jettee yaaduu:

- Haati aannan gahaa hin qabu jettee yaaduu. (Daa’imni kichuun tasgabbii dhabuu ykn quufuu dadhabu)
- Jalqaba daa’imni kichuun aannan harmaa argachaa jiraachuusaa murteessi ykn (ulfaatina, fincaan, boolii dabalaa hin jiru yoo ta’e). Vidiyoo armaan olii ilaali.

Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

- Walitti maxxana gaarii qabaachuu ilaali.
- Sirriitti hodhaa jiraachuu isa.
- Waa’ee ammamtaa (guyyaatti si’a hangam) akka harmaa hoosistu gaafadhu: Sa’a 24 keessatti si’a 8-12 ta’uu qaba.
- Nyaata dabalataa kamillee akka hin kenninee: Daa’imni (umurii Ji’a 6 gadii) bishaan, ykn dhangala’oo ykn nyaata biroo fudhachuu hin qabu. (Ilaali ‘KAARDII A4-Dhangala’oo ykn nyaata biroo fudhadhu jedhu).
- Harma hoosisuu hin dhaabiin.
- Karaa harmaa miidhaan hedduun irra hin qaqqabne hoosisuu jalqabi.
- Haala qabannaa hoosisaa jijjiiri.
- Daa’imni gargaarsa malee harmaa afaan ishee/saa keessa akka galfattu ykn qabattu heeyyamiif.
- Daa’ima gara harmaatti osoo hin fidiin dura, harkaan xiqqo elmuun bahinsa aannanii jalqabsiisi.
- Cobba aannanii gara fiixee harmaatti dibi.
- Fiixee harmaarratti saamunaa ykn waan zayita qabu (kireemii) hin fayyadamiin.
- Harma hoosisuudhaaf hanga harmi aannaniin guututti hin eegiin.

Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

- Daa'ima xuuxxoo ykn kubbaayaa hin obaasiin.
- Kana hunda erga gootee booda yoo madaan guddatee fi dhukkubsate, yaala birootiif gara dhaabbilee fayyaatti ol-ergii.
- Yoo haati HIV poozativa taate, karaa fiixee harmaa madaa ykn dhiiguun hoosisuu hin qabdu; hana harmichi fayyutti, aannan harma isa dhukkubsate keessaa elmuun dhangalaasuu ykn danfisuun fayyadamuu dandeessi.
- Dhukkuba ykn rakkoo qaamaa haati ykn daa'imni qabaachuu dandeessu ilaali.
- Walitti-hidhaminsa ykn fudhachuu dhiisuu ilaali.
- Daa'imni ulfaatina dabaluuhanaga eegaluutti, kunis, guyyaa 3-7 itti fudhachuu danda'a, haatii fi daa'imni guyyaa guyyaadhaan ilaalamuu akka qaban haadhaaf ibsi.
- Ofitti amanamummaa haadhaa ijaari – Akka isheen shakkii tokko malee aannan gahaa oomishuu dandeessu mirkaneessiif.
- Waantota ulfaatan yoo jiraate ibsiif - Yeroo guddinaaf kaka'an (naannoo umurii torbee 3, torbee 6, Ji'a 3) ykn yerootti daa'imni hedduuminaan ammaa amma harma hodhan (hanga / ammamtaan harma hodhuu guyyaa muraasaaf garaagarummaa yeroo baay'ee walitti sissiqsuun ammaa amma hodhan) ibsiif.
- Ibsiif: hanguma daa'imman kichuu (infant) harma hodhanii fi aannan harma keessaa baasan, haati aannan hedduu ni oomishti.
- Haati harma biraa dhiheessuufiin dura, daa'imni harma hodhuu jalqabe/bde fedhiin gad-haa lakkisu/stu.
- Hanga danda'ametti akka gargar hin baanee, akkasumas, daamni kichuu fi haati qaamaaf qaamaan walitti maxxananii akka turan godhi.
- Gargar-bahinsa dhabamsiisaa,
- Haati nyaataa fi dhugaatii gahaa argachaa jiraachuushee mirkaneessaa.
- Guyyaa 7 booda, dabalinsa ulfaatina qaamaarratti yoo fooyya'insi hin jiraanne, haadhaaf daa'ima kichuu, gara Kunuunsa dhukkubsataa ciibsanii hoosisa dabalataa kennanitti' ol-ergii (KAARDII A24 'Hoosisa dabalataa haati harma hoosisuu dhaabde, deebitee hoosisuu akka jalqabuuf gargaaru' ilaali).
- Yaaddoowwan haati kaastu dhaggeeffadhu, akkasumas, maaliif akka waan aannan gahaa hin qabnetti of-yaaddu.
- Firii ulfaatina, fincaanii fi udaan daa'ima kichuu ilaali/mirkaneessi (Yoo ulfaatina xiqqoo qofa dabale/lte, gara dhaabbata dhukkubsata cibsanii kunuunsanitti ol-ergii).
- Tajaajila Gorsaa/gocha gargaarsaa wal-fakkaatu akka waan dhugaa 'Gahaa mitii' aannan harmaa (oliitti) kennameef hojiirra oolchi

Vidiyoowwan armaan gadii ilaalaa:

- Ilaalcha 'Aannan harmaa gahaa mitii': <https://globalhealthmedia.org/portfolio-items/increasing-your-milk-supply/?portfolioID=10861>
- Daa'imni kee aannan gahaa argachaa jira: <https://globalhealthmedia.org/portfolio-items/is-your-baby-getting-enough-milk/?portfolioID=10861>

³ Yoo daa'imni ulfaatina hir'isee/stee ykn ulfaatina gahaa argachaa hin jiru/rtu ta'e (FKN; Yoo xiqqaate guyyaatti 5g/kg dabaluu kan qabu yeroo ta'u, kunis daa'ima ulfaatina 4kg afur qabu/bduu'tiif, torbanitti hanga ulfaatinaa dabaluu irratti jiraatu=5x4x7=140g, kanneen 5kg qabaniif immoo torbanitti hanga ulfaatina dabaluu irratti jiru=5x5x7=175g), daa'ima fi haadha qorannoo dabalataatiif, akkasumas, ciibsisuun hoosisni dabalataa akka kennamuufii ol-ergii danda'uuf ergi.



Kaardi A6

Hedduu boohuu fi hirriba dhabuu

Mallattoolee

Haati daa'imni hedduu boohuu fi hirriba dhabuu gabaasuu,



Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

Tajaajila gorsaa bohichaa fi rafiti fayya qabeessa ta'erratti gochaan itti agarsiisuuf, KAARDII A4 'Boohuu fi rafuu' jedhu ilaali.

- Akkaataa harma hoosisaa jirtu sirrii ta'usaa mirkaneessuuf, yeroo hoosisa harmaa haala-qabannaa (hammannaa) fi walitti maxxana (hammannaa) jiru sakatta'l (KAARDII A1- "Qabannaa fi Walitti-maxana Gaarii' jedhu ilaali).
- Daa'imni dhukkubsachuu ykn dhukkubbii qabaachuu isaa/ ishee hordofi/adda baasi,
- Boohuun uumama ta'usaa haadhaaf ibsi (KAARDII C4 'Boohuu fi Rafuu' jedhu ilaali), akkasumas, yaaddoosheerratti xiyyeeffannoo kenni.
- Daa'imni boohuu jechuun dirqama aannan harmashee keessaa hin jiru jechuu akka hin taane (KAARDII A5 'Aannan Harmaa Gahaa Miti' jedhu ilaali, akkasumas, soorata nam-tolchee ykn nyaata biroo ykn dawaa kennuufiin rakkinicha furuu akka hin dandeenye mirkaneessiif.
- Daa'ima ofitti siqsiisuu, haala gaariin akka socho'u goochuu fi sirriitti garaarra of-ciibsuun qabachuun daa'imichaaf akka mijatuu ibsiif. Haala akkamiin daa'ima boo'uu baachuun akka qabdu gochaan itti agarsiisi.

Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

Waantota ijoo daa'ima boossisanii fi tooftaalee furmaataarratti mari'adhu:

- Itti mijachuu dhabuu (carqii fincaan daa'ima/daayiperii xuraahe, ho'ina, qorra fi kkf.)
- Burkutaa'uu fi dadhabuu (namni hedduun daawwachuu, hedduminaan si'essuu)
 - * Yeroo boqonnaa kennuufii fi si'essituu hir'isuu.
- Haatii Deesse burkutaa'uu (dadhabuu):
 - * Gargaarsa gaafachuu (KAARDII C2 'Gargaarsa Hawaasaa' jedhu ilaali).
- Beela'uu:
 - Boohuun mallattoo dhuma beel'uu ta'uusaa ibsiif. Mallattoon jalqabaa daa'imni harma hodhuu akka barbaadu agarsiisu (1. Boqonnaa dhabuu, 2) Afaan banuu fi mataa raasuu (cinaacha tokko gara cinaacha biraatti deebisuu, 3) arraba baasuuf galchuu, 4) Quba harkaa hodhuu.
 - * Mallattoolee beela'uu baruu fi soorata beelichaaf deebii kennu akka raawwattuuf tajaajila gorsaa kenniif.
 - Kaka'umsa guddinaa ibsiif (naannoo torbee 3, torbee 6, ji'a, ykn yeroolee birootti) ykn yerootti daa'imni yeroo dheeraaf ammaa amma harma hodhu (guyyaa keessatti sa'a murtaa'eef iddoo tokkotti walitti sissiqsuun soorachuu). Haatii oomishni aannan harmashee akka dabaluu yeroo muraasaaf ammaa amma akka harma hoosistu jajjabeessi.

- Soorata haadhaa: Daa'imni baay'ee boohuun nyaata kamillee yoo nyaatte uumamuu ni danda'a waan ta'eef, nyaatni addaa haati akka hin nyaatneef filatamu tokkollee hin jiru, hanga miidhaan isheen hubatte hin jirretti.
- Dawaa ykn qoricha haati fudhattu (tamboo/sigaaraa, buna/caffeine, ykn qoricha biroo).
- Dhukkuba mar'immaanii (Colic):
 - Daa'imni guyyaatti yeroo murtaa'eef ni boo'a, yeroo baay'ee galgala galgala Daa'imni akka waan dhukkubbii garaa qabuutti miillasaa olkaasuun hodhuuf of-qopheessa, ta'us, itti mijachuuf baay'ee cima. Daa'imni akkasiin boohuu gaarii si'aawaa ta'e qabaachuu ni danda'a, ykn qilleensi seenuunii ni danda'a, garuu sababni isaa hin beekamu. Yeroo hedduu, daa'imni dhukkubbii mar'immaanii qaban, sirriitti ni guddatu, akkasumas, ji'a 3 booda boohuu heedduu ni hir'isu. Daa'imman dhukkubbii mar'immaanii qaban akkamitti baachuun akka danda'amu gochaan itti agarsiisi.





Qorachuu fi Xiinxaluu

Haati akka waan daa'imman harma hoosisuu hin dandeenyeetti yaaduu ni dandeessi.

Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

- Yaaddoo haadhaa dhaggeeffadhu. Yoo kan sirna nyaataa/soorata isheetiin wal-qabatee kaastu ta'e KAARDII A16 ilaali.
- Rakkoowwan kamillee haati qabaachuu nan-danda'a jette yaaddu qoradhu; yoo jiraate, wanta sanarratti deebii kennuun haadha gargaari.
- Assess mother for any problem she thinks she may have; if appropriate, help mother address the issue.
- Daa'imashee waliin qaamaaf qaamaan walitti maxxanuu (hammachuu) fi fuullaaf fuullatti waliin xabachuun akka bashannantuuf jajjabeessi.
- Ofitti-amanamummaashee Ijaari:
 - Waan gaarii isheen hojjetteef bari, akkasumas, dinqisiifadhu, kanneen akka mallattoolee yaa'insa aannan harmaa.
 - Odeffaannoo sirrii karaa ishee jajjabeessuu danda'uun kennuufin hubannoo dogongoraa sirreessi.
- Haati daa'ima harmasheetti maxxansiisuu fi harmaa hoosisuu hundeessuuf (jalqabsiisuuf), gargaarsa gochaan deeggarame kenniif.
- Yeroo harma hoosiftu namoota ammantu, kanneen diriirfannaa qaamaa fi yaa'insa annaniitiif ishee gargaarsan waliin akka taatuuf gargaariin.
- Yoo kan barbaachisu ta'e, tajaajila Fayyaa sammuu fi Gargaarsa Xinhawaasummaatiif (MHPSS) gara dhimmi ilaalutti ergi.



Kaardi A8

Haala Harmaa: Dhiita'uu Harmaa



Qorachuu fi Xiinxaluu

- Harma lamaan irratti uumamu ni danda'a.
- Harmi ni dhiita'a
- Ni Jiabaataa Yoo xuxuqan dhukkubuu
- Ho'inni dabaluu
- Xiqqo diimachuu
- Dhukkubbii
- Gogaa cululuqa, dhiphoo, akkasumas, fiixee/guntuta harmaa diriiruu fi itti maxxanuuf rakkisaa ta'e.
- Yeroo baay'ee dhalootaa booda gaafa guyyaa 3ffaa hanga 5ffaatti ni uumama (Yeroo oomishni aannanii akka malee dabaluu fi hoosisuu dhaabbataan hin jalqabne.

Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

- Walitti maxxana gaarii qabaachuu ilaali.
- Sirriitti hodhaa jiraachuu ilaali.
- Waa'ee ammamtaa (guyyaatti si'a hangam) akka harmaa hoosistu gaafadhu: Sa'a 24 keessatti si'a 8-12 ta'uu qaba.
- Daa'ima yoo xiqqaate garaagarummaa sa'a lama gidduutti harma hoosisi, harma jalqabe hanga dura akka xumuru heeyyamiif.
- Nyaata dabalataa kamillee akka hin kenninee: Daa'imni kichuu (umurii Ji'a 6 gadii) bishaan, ykn dhangala'oo ykn nyaata biroo kamillee fudhachuu hin qabu. (KAARDII A4- 'Dhangala'oo ykn nyaata biroo fudhadhu jedhu' ilaali).
- Erga daa'imni dhalatees booda, haatiif daa'imni waliin ta'uu qabu.
- Daa'imni kichuu qaamaa haadhaatti maxxansuun akka turan godhi.
- Barruukeen sirriitti gadi sussukkuumi yaa'insa aannanii si'eessuuf.
- Dhiita'uu harmaa hir'isuu fi daa'imni kichuun akka sirriitti harmatti maxxanu/qabatuu gargaaruuf, naannoo gurraacha fiixee harmaa gaddhidhiibi,
- Harma lachuu hoosisi.
- Daa'imni kichuun hanga harma hodhuu jalqabutti, dhiibbaa jiru fooyyessuuf, aannan elmi baasi.
- Dhita'uu harmaa hir'isuuf, ammamtaa nyaachistu/hoosistu gidduutti, waan qorraa uffataan haguuguun harmakeerra daqiiqaa 20'tiif kaa'uun susukkuumii.
- Harma hoosisuun ykn elmuun dura, yaa'insa aannanii gargaaruuf, sirriitti waan ho'aan harmakeerra kaa'uun susukkuumi.
- **Yaadachiisa: Guyyaa Jalqabaa ykn Lammaffaarratti daa'imni guyyaatti si'a 2 hang 3 qofa hodhuu ni danda'a.**

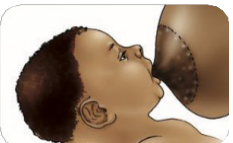
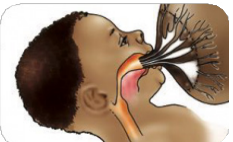
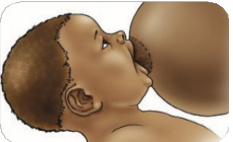
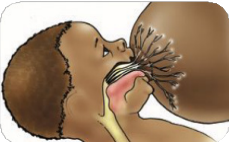
Vidiyoowwan armaan gadii ilaalaa:

Dhita'uu Harmaa: <https://globalhealthmedia.org/portfolio-items/breast-engorgement/?portfolioID=10861>



Qorachuu fi Xiinxaluu

- Dhukkubbii harmaa/qarqara harmaa
- Gubbaan ykn naannoon qarqara harmaa tarsa'uu.
- Darbee darbee dhiiguu
- Dhukkubsachus danda'a



Tajaajila Gorsaa fi Gargaars Gochaa

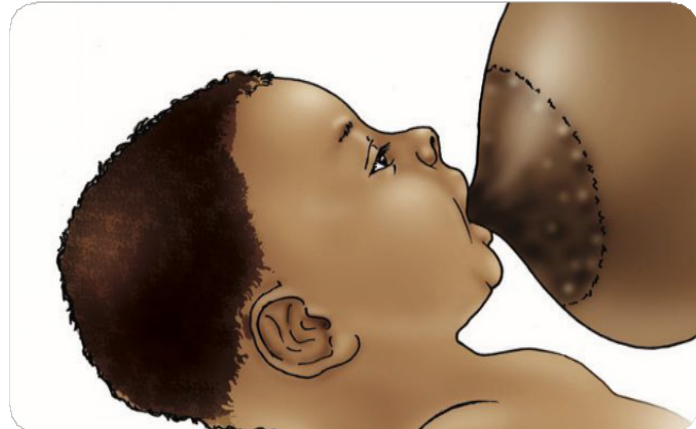
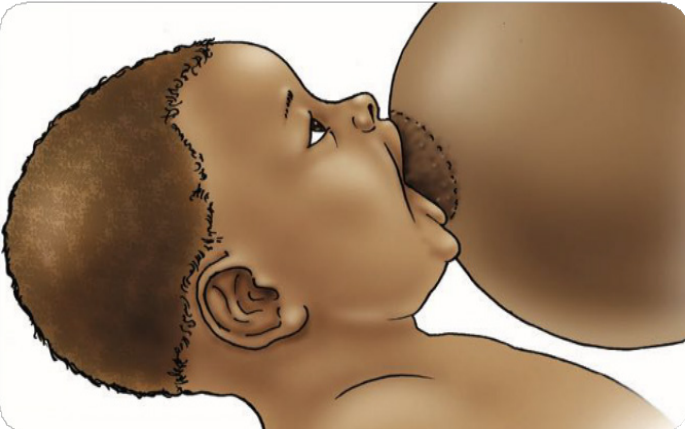
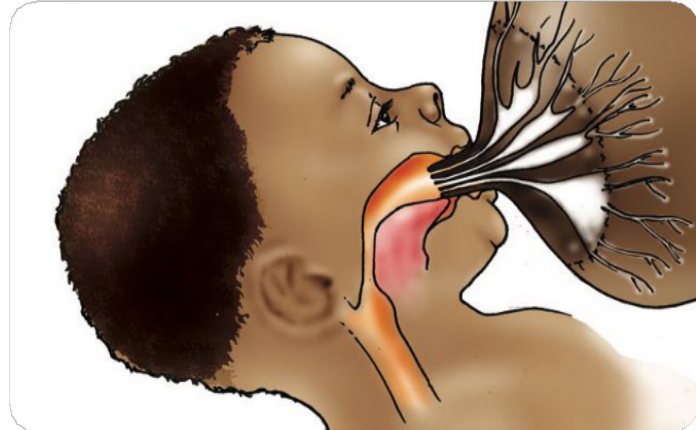
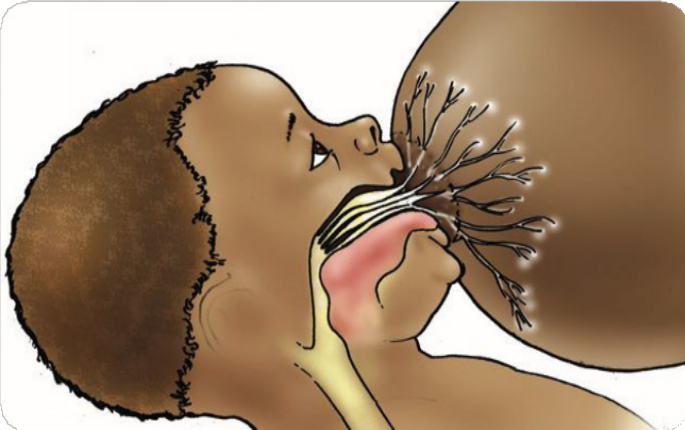
- Walitti maxxana gaarii qabaachuu ilaali.
- Sirriitti hodhaa jiraachuu ilaali.
- Waa'ee ammamtaa (guyyaatti si'a hangam) akka harmaa hoosistu gaafadhu: Sa'a 24 keessatti si'a 8-12 ta'uu qaba.
- Nyaata dabalataa kamillee akka hin kenninee: Daa'imni (umurii Ji'a 6 gadii) bishaan, ykn dhangala'oo ykn nyaata biroo fudhachuu hin qabu. (Ilaali 'KAARDII A4-Dhangala'oo ykn nyaata biroo fudhadhu jedhu).
- Harma hoosisuu hin dhaabiin.
- Karaa harmaa miidhaan hedduun irra hin qaqqabne hoosisuu jalqabi..
- Haala qabannaa hoosisaa jijjiiri.
- Daa'imni gargaarsa malee harmaa afaan ishee/saa keessa akka galfattu ykn qabattu heeyyamiif.
- Daa'ima gara harmaatti osoo hin fidiin dura, harkaan xiqqo elmuun bahinsa aannanii jalqabsiisi.
- Cobba aannanii gara fixee harmaatti dibi.
- Fiixee harmaarratti saamunaa ykn waan zayita qabu (kireemii) hin fayyadamiin.
- Harma hoosisuudhaaf hanga harmi aannaniin guututti hin eegiin.
- Daa'ima burcuqqoo ykn shiniidhaan hin obaasiin
- Kana hunda erga gootee booda yoo madaan guddatee fi dhukkubsate, yaala birootiif gara dhaabbilee fayyaatti ol-ergi.
- Yoo haati HIV poozativa taate, karaa fiixee harmaa madaa ykn dhiiguun hoosisuu hin qabdu; hana harmichi fayyutti, aannan harma isa dhukkubsate keessaa elmuun dhangalaasuu ykn danfisuun fayyadamuu dandeessi.

Hubadhu: Yoo daa'imnillee vaayirasii HIV qabaachuun beekame, ammallee haati qarqarri harmaa ishee tarsa'e ykn dhukkubbii harmaa qabdu, daa'imni akka lammaffaa vaayirasii HIV'dhaan hin qabamne ittisuudhaaf, aannan karaa harma ishee dhukkubu elmuun danfistee daa'imaaf kennuu qabde.⁴

Vidiyoowwan armaan gadii ilaalaa:

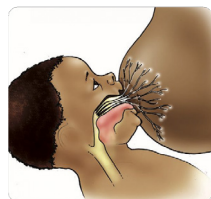
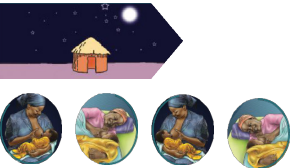
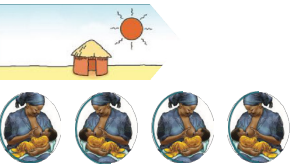
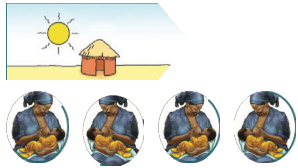
Dhukkubbii fiixeen harmaa: <https://globalhealthmedia.org/portfolio-items/what-to-do-about-nipple-pain/?portfolioID=10861>

4 Israel-Ballard K et al. Flash heat inactivation of HIV-1 in human milk. A potential method to reduce postnatal transmission in developing countries. J Acquir Immun Defic Syndr 45 (3): 318-323, 2007)



Kaardi A10

Haala Harmaa: Haala harmaa: Ujummoon aannan harmaa cufamuu fi dhukkuba harmaa



Qorachuu fi Xiinxaluu

Ujummoon Cufamuu (itti danqaramuu):

- Dhiita'uu (Lump), laafuu (tender), naannoo sanatti diimachuu (localised redness), miirri nageenya namatti dhaga'ama (feels well), ho'inni qaamaa hin dabaluu (hin gubuu) (no fever).

Dhukkuba Harmaa (Mastitis):

- Dhiitoo hamaa
- Dhukkubbii cimaa
- Naannoon sanatti diimachuu
- Waliigalatti, miirri dhukkubbii namatti dhaga'amu. Generally, not feeling well
- Ho'inni qaamaa dabaluu
- Yeroo takka takka, dhamdhamni aannanis gara soogiddaatti yeroo dhufaa adeemu, daa'imni aannanicha hodhuu diduu, Sometimes, an infant refuse to feed as milk tastes more salty.

Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

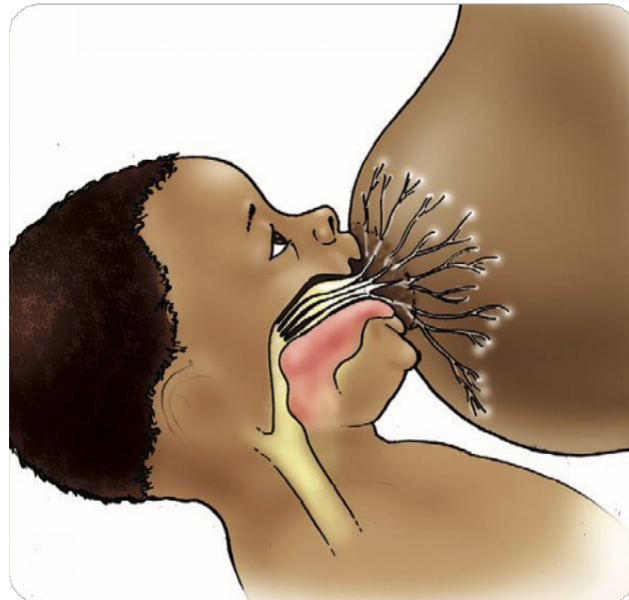
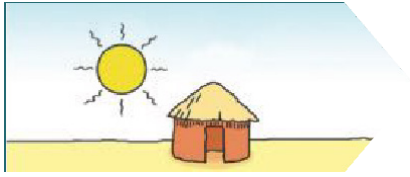
- Walitti maxxana gaarii qabaachuu ilaali.
- Sirriitti hodhaa jiraachuu ilaali.
- Waa'ee ammamtaa (guyyaatti si'a hangam) akka harmaa hoosistu gaafadhu: Sa'a 24 keessatti si'a 8-12 ta'uu qaba.
- Nyaata dabalataa kamillee akka hin kenninee: Daa'imni (umurii Ji'a 6 gadii) bishaan, ykn dhangala'oo ykn nyaata biroo fudhachuu hin qabu. (Ilaali 'KAARDII A4-Dhangala'oo ykn nyaata biroo fudhadhu jedhu).
- Harma hoosisuu hin dhaabiin (Yoo aannan qophaa'e hin bahu ta'e, carraan malaa kuusuu ykn dhiita'uu ni dabala; akkuma kanaan dura akka daa'imni barbaade/ barbaaddeetti hodhu/hootu heeyyamiif.
- Hoosisuun dura, waan ho'aa (bishaan ykn uffata bishaan ho'aan cuuphameen) irra kaa'l tursi. Apply warmth (water, hot towel) before feeding.
- Haala qabannaa jijjiiruun daa'ima ofitti qabadhu, yeroo kanatti arrabni ykn malooleen (areedni) daa'ima gara harma isa ujummoon aannan baasuu cufamee ykn dhiita'eetti (naannoo diimatetti) ni dhihaata. Arrabni ykn malooleen (areedni) harma susukkuumuun (massage) aannan harmaa sana keessaa akka bahu ni godha.

Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

- Hojiiwwan daa'ima kunuunsaan ala jiran maatiin akka hojjetaniif gargaarsa gaafadha.
- Akkuma daa'imni barbaadeen/ddeen harma hoosisuu fi hanga quufanitti/gad-lakkisanitti eegi.
- Akka maqasiitti harma hin qabiin.
- Uffata qabu hin uffatiin.
- Ujummoo aannanii cufameef: Barruukeen gadi sussukkuumi, akkasumas, qubakeen fiixee harmaa sana nanaannessi; ergasiis aannan elmi ykn daa'ima garaagarummaa sa'a 2-3 gidduutti hoosisi.
- Boqonnaa fudhachuu (Haadha).
- Dhangala'oo hedduu dhuguu (haadha).
- Yoo sa'a 24 keessatti fooyya'insi hin jiru ta'e, yaala birootiif gara dhaabbilee fayyaatti ol-ergi.
- Yoo dhukkuba harmaa (Dhiita'uu harmaa) ta'e (If mastitis): Yoo hodhuun baay'ee ni dhukkubsa ta'e aannan elmuun baasuu (express); aanaan harmaa elmamee bahee, daa'immaniif kennuun ni danda'ama ta'a; yaalamuu (haati qoricha farra baakteeriyaa "antibiotic" ni barbaaddi ta'a).
- Yoo malaa kuuse, elmuudhaan dhangalaasuu fi ergasiis daa'ima hoosisuu itti fufuu, akkasumas, yaalamuu qabdi.

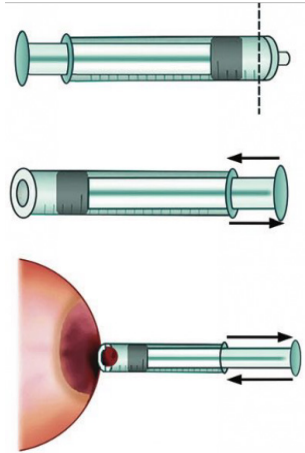
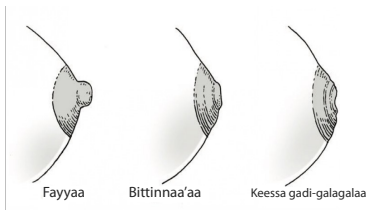
Vidiyoowwan armaan gadii ilaalaa:

Dhukkubbii Harmaa: <https://globalhealthmedia.org/portfolio-items/what-to-do-about-breast-pain/?portfolioID=10861>



Kaardi A11

Haala Harmaa: Qarqarri harmaa bittinnaa'uu, gara keessaatti galagaluu, guddachuu ykn dheerachuu



Qorachuu fi Xiinxaluu

Haala dhaabbata qarqara harmaa

Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

Tooftaama wal-fakkaatuu fayyadamuun; qarqarri harmaa bittinnaa'ee, gara keessaatti galagale, guddatee ykn dheerate sirreessuun ni danda'ama:

- Yaaddoo haadhaa dhaggeeffadhu.
- Gargaarsa dabalataa daa'imaaf haati walitti maxxanuun wal-qabatee jirurratti kenniif; haati daa'imashee yeroo harma hoosisuu jalqabdu waantota kana gochuushee mirkaneeffadhu:
 - Daa'imni sirriitti afaan banachuun harmaa afaan guuttachuusaa/ishee jajjabeessuuf hidhii daa'ima sirriitti xuxuquun.
 - Hiddhiin daa'ima inni gara-gadii haala-gariin gara fiixee harmaa gaditti akka ta'u gochuuf karoofadhu, yeroo kanatti qarqarri harmaa afaan daa'imaarratti ta'uu fi areedne /maloolen daa'ima harma ni xuxxuqa (Odeeffannoo dabalataaf KAARDII A1 jalatti: Hammannaa (walitti maxxana) fi qabannaa fi gaarii jedhu ilaali).
 - Fiixee harmaa bittinnaa'aa fi dheeraan wal-qabatee: daa'imman dalga qabachuun (semi-setting) harma hoosisi.
- Haati daa'ima waliin walitti bubbu'insa qaamaa heddumminaan qabaachuu fi daa'imman ofiishee/isaatiin harma afaan keessa kaawwachuuf akka barbaadu/dduuf irra deddeebiin carraa uumuu akka qabdu jajjabeessi (Haati dhiibbaadhaan daa'imni harma akka qabatu ykn afaan daa'ima banuu hin qabdu).

Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

- Haati haala qabannaa garaagaraatiin harma hoosisuu akka shaakaltu jajjabeessi, yeroo kanatti, harmi ishee gara afaan daa'imaarratti ni jiga (FKN; dalga ciibsuun, daa'ima irree jalatti qabachuun, gara fulduratti ciibsuun) .
- Haati harmashee keessaa aannan guyyaatti si'a 8 akka elmituu fi daa'imashee kubbaayyaa xiqqoo ykn shiniidhaan akka nyaachiftu barsiisi (KAARDII A21-Aannan harmaa elmuu fi kuusuu, akkasumas, KAARDII A22 Kubbaayyaa xiqqoon ykn Shiniidhaan nyaachisuu jedhu ilaali)
- Shaakala ittifufsiisi. Daa'imni hedduun harma hodhuu ni fedhu, akkasumas, tooftaa afaan isaanii guddisanii banuun fixee harmaa sirriitti qabachuu danda'an ni barbaaddatu. Kun torban ykn guyyaa muraasa itti fudhachuu ni danda'a.
- Fiixee harmaa gara keessaatti galagaleetiif: Siriinjii pilaastikaa mililitira 20 ta'u yoo argachuun danda'ame, karaalee armaan gadiitiin fixee harmaa keessaatti gadi-galagale ol-harkisuun ni danda'ama:
 - Iddoo bokkuu (walitti qaba) siriinjii sanatti kutuu fi harkistuu/dhiibduu marfee baasuun karaa citeen garagalchani keessa kaa'uu.
 - Karaa siriinjii lallaafaa (hin citne), fixee harmaarra kahuun, harkistuu/dhiibduu marfeedhaan ol-harkisuu. Kun qarqarri harmaa akka of-gadhiisu/diriiru (stretch) ni godha.
 - Qarqarri harmaa akka ol-ka'uuf yeroo hundaa harma hoosisuun dura gocha kana walakkaa daqiiqaatiif (secondi 30) godhi.

Vidiyoowwan armaan gadii ilaalaa:

Haadha harma guddaa qabdu: <https://www.youtube.com/watch?v=584nv1oNxvw>



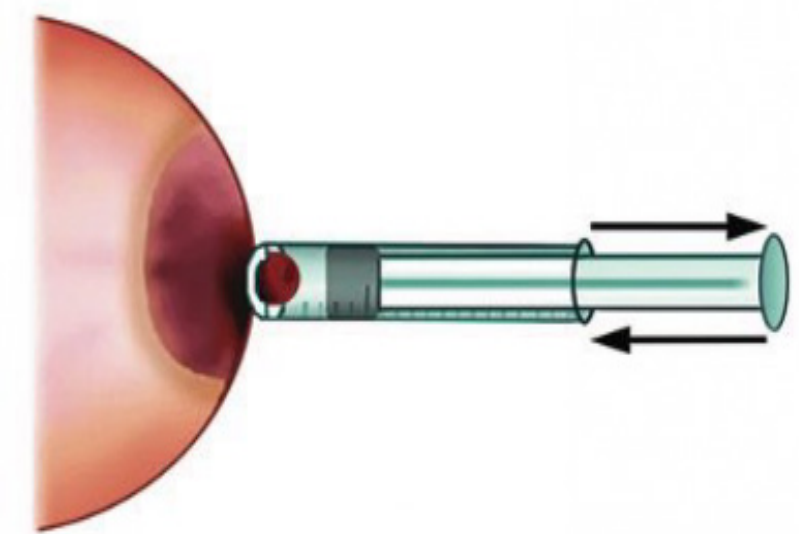
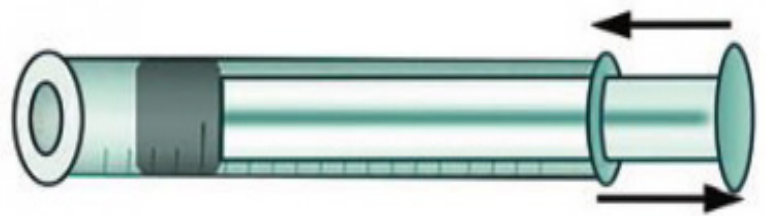
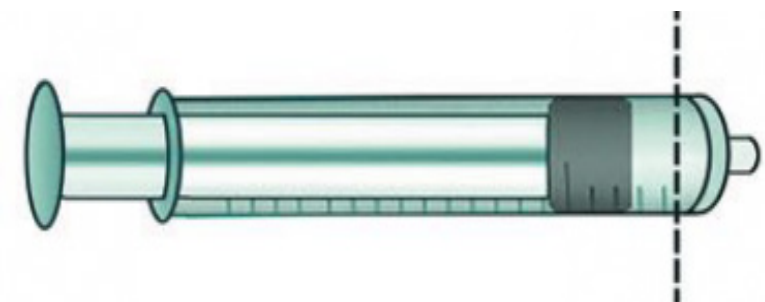
Fayyaa

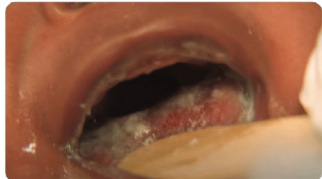


Bittinnaa'aa



Keessa gadi-galagalaa





Qorachuu fi Xiinxaluu

Mallattoolee daa'imarratti mul'atan:

- Afaan/boqoo keessa ykn arrabarra waan akka adii bahu.
- Waan akka shiffee afaan daa'ima gara gadii irratti bahu ni danda'a.
- Daa'imni ammaa amma harma harkisuu ykn hodhuu diduu,

Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

Mallattoolee haadharratti mul'atan:

- Dhukkubsachuu fiixee harmaa, dhukkubbiin isaas yeroo harma hoosisaa adeemtu itti cimaa kan adeemu, akka waan marfeen qaraa qabu fiixee harmaa sana keessa galaa jirutti dhaga'amu, fi walitti-maxxansa fooyyessuudhaan kan hin fooyyone dha.
- Fiixee fiixee harmaa diimachuu ykn bal'inaan shiffee hooksisuu fi bifa jijjiiruu uummachuu.

Dhukkubbii Afaaniif qoonqoo daa'immanii:

- Gorsaan tajaajilaa fi haati harka sirriitti dhiqachuu.
- Haati dhukkubbii afaaniif qoonqoo daa'ima manatti adda baaftee akka yaaltuuf barsiisi:
 - Haati akkamiin akka madaa ykn waan adii afaan daa'ima keessaa ilaaluu dandeesu itti agarsiisi.
 - Haadhaaf ibsi: Dhukkubbiin afaaniif qoonqoo daa'ima erga dhaabbatee booda guyyaa shaniif guyyaatti si'a afur yaaluun barbaachisaa dha.
 - Madaan/ququnca'uun ykn waanti adiin kun dhukkuba afaaniif qoonqoo daa'ima ta'uusaa ibsuufiin, akkamiin dhukkuba kana manatti yaaluun akka danda'amu barsiisi.
- Haadhaaf dhangala'oo farra dhukkuba fangasii "nystatin" jedhamu kennif.

Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

- Akkamitti haati afaan daa'imaatti dhangala'oo "nystatin" Kana uffataa lallaafaa qubasheerratti maratteen susukkumuun itti dibuu dandeessu gochaan itti agarsiisi.
- Erga dhukkubbiin afaaniif qoonqoo daa'ima kun badee boodallee guyyaa shaniif guyyaatti si'a 4'tiif yaaluu ittifufi.
- Yoo gaaffii qabaatteef, akkasumas, kutaa afaan daa'ima birootti dibuun akka sitti agarsiistu gaafadhu.
- Guyyaa lamaa (2) booda akka deebi'uu dandeessu gaafadhu.

Kunuunsa hordoffii:

Guyyaa 2 booda:

- Afaan daa'ima keessa madaan/ququnca'uun ykn waanti adii jiraachuusaa ilaali. Yoo dhukkubbiin afaaniif qoonqoon kun itti cimaa dhufee jiraate, tajaajilli yaalaa/wal'aansaa sirriitti kennamaa jiraachuusaa mirkaneessi.
- Soorannaa daa'ima irra deebiin sakatta'i.
- Yoo daa'imni walitti maxxansa (haadhatti maxxanuun) ykn hodhuudhaan wal-qabatee rakkoo qabaate/qabaatte, yaala birootiif gara dhaabbilee fayyaatti ol-ergi.

- Afaan daa'ima keessa wanti tuqaa adii fakkaatuu fi gara gadii shifeen xuqaa diddiimatan jiraachuusaa qoradhu. Mallattoolee kunniin, daa'imni dhukkuba afaaniif qoonqoo qabaachuu isaa/ishee agarsiisuu kan danda'uu yeroo ta'u, kunis qarqara harma haadhaallee miidhuu/dhukkubsachiisuu ni danda'a.
- Daa'imman Yaali. Daa'ima dhukkuba afaaniif qoonqoo qabu yaalaaf ol-ergi.
- Haadha Yaali: Qarqara harma haadhaarratti dhangala'oo "nystatin" itti dibi.
- Haati yeroo yaalarra jirtutti harma hoosisuu ittifufu ni dandeessi; dawaan qarqara harma haadhaarratti dibame daa'ima hin miidhu; Xuuxxoo (feeding bootles) ykn qaruuraa soorataa hin fayyadamiin.
- Fiixee harmaarratti saamunaa ykn dibata biroo hin fayyadamiin. Kutaa qama biroo dhiquuf qulqulleessituu tokkollee otoo hin fayyadamiin bishaaniin qofa dhiqaa (ordinary washing for the rest of the body).

Vidiyoowwan armaan gadii ilaalaa:

Dhukkuba qoonqoo daa'immanii (Thrush): <https://globalhealthmedia.org/portfolio-items/thrush/?portfolioID=5638>



Kunuunsa Kaangaaroo

Irree harkaa
qaxxaamursiisuu/
dachaasuu

Irreerratti qabachuu

Qorachuu fi Xiinxaluu

Ulfaatina gadi-aanaa
dheerina/hojjaan
walhin gitne.

Ulfaatina gadi-aanaa
umuriin wal-hin gitne.

Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

Haadholii daa'ima yeroo dhalootaa ulfaatina gadi-aanaa ta'e qaban harma hoosisan hundaaf:

- Yoo sirriitti walitti hin maxxanne ykn haala gaariin hodhaa hin jiru ta'e, haati haala daa'ima qabachuu fi ofitti maxxansu qabdu akka sirreessituuf gochaan itti agarsiisuun gargaari (tooftaalee tarreessiif, kanneen akka; harka irree dachaasuun (qaxxaamursiisuun) dalgatti ciibsuun ykn fuul-duratti ofitti qabuu), fi ergasiis mallattoolee sirriitti hodhaa jiraachuu agarsiisu adda baasi.
- Yoo sirriitti walitti maxxanuun hin danda'amne, battaluma sanatti, haala itti aannan harmaa elmamuu fi kubbaayyaa xiqqoo ykn shiniidhaan soorachiisan gochaan itti agarsiisi: KAARDII A21 & A22.
- Yoo walitti maxxansi gaarii ta'ee, garuu sirriitti hodhuu hin dandeenye, daa'imni akka hodhuu/hootuu kakaasuuf ,harkaan aannan baasuun gara afaan daa'imaatti gadi-cobsi.
- Yoo sa'a 24 keessatti si'a 8 gadi harma hoosisti ta'e, hangasaa/ammamtaa harma hoosisuu akka dabaluu qabdu gorsi.
- Haati guyyaatti yeroo hedduuf, jechuun, halkanis ta'e guyyaa, hanga daa'imni quufee/ftee gad-lakkiftuutti hoosisuu akka qabdu gorsi.
- Haati harmishee qofa hoosisuu akka amaleeffattu tajaajila gorsaa kennif.
- Yoo daa'imni bishaan ykn dhangala'oo ykn nyaata biroo ni fudhata ta'e, haati harmashee caalmaatti akka hoosistuu fi bishaan ykn dhangala'oo ykn nyaata biroo kanneen hir'istuu akka qabduuf, akkasumas, yoo daa'imni xuuxxoodhaan soorata ta'e, gochicha dhaabuun kubbaayyaa xiqqoo/shinii fayyadamuun akka soorachiiftuuf tajaajila gorsaa kenniif (KAARDII A4: Dhangala'oo ykn nyaata biroo fudhachuu fi KAARDII A22: Kubbaayyaa xiqqoo/shiniidhaan soorachiisuu kan jedhu ilaalu).
- Daa'imni ulfaatina gadi-aanaan dhalate/tte, haala salphaan dadhabuu fi daqiiqaa muraasa keessatti ni rafu, kanaafuu, yeroo boqonnaa fudhatanii ka'anitti harma hoosisuu shaakali.

Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

- Haati hanga aannanii mirgistuu/godhattuu dabaluu akka dandeessuuf gargaari; (KAARDII A5: "Gahaa miti" aannan harmaa jedhu ilaali).
- Haati, daa'ima harma biraatte ceesisuuf, hanga harma qabate/tte sirriitti hodhee/tee gad-lakkisu/ttutti eeguu akka qabdu gorsi.
- Haati harma hoosisuuf sa'a hedduu isheetti fudhata ta'a, yeroo kanatti akka carraa yoo kubbaayyaa xiqqoo/shiiniidhaan soorachiita/tti ta'e akka aannan harmashee keessaa elmame bahe qofa fayyadamtu gorsi.
- Haati hojiiwwan biroo mana keessaa, hanga baatii tokkoo fi isaa-oliif namoota birootti dabarsuun ishee barbaachisa ta'a.
- Haadha duraan harma hoosisaa turtee fi bifa haaraan amma harma hoosisuu jalqabuuf fedhii qabduuf: KAARDII A23-' Harma guusan Irra-deebi'anii hoosisuu jalqabuu (relactation)' jedhu ilaali.
- Haati daa'imnishee calmaatti dammaqina akka qabaatu/ttuuf haala akkamiin si'a'ina kennuu fi xabachiisuu akka qabdu gochaan itti agarsiisi.
- Tokkoon tokkoo daa'ima torban torbaniin madaali hanga dabalinsi ulfaatinaa sirraa'uu (yoo xiqqaate torbanitti giraama 125, Ji'atti giraama 500) fi fedhiin nyaataa fooyya'utti.
- Haati ofitti amanamummaa akka ijaarrattuuf/horattuuf, yeroo yeroodhaan jajjabina/mirkannee, galatomfannaa, fi gargaarsa kenniif.

Kunuunsi Kaangaroo gocha harma hoosisuu ni fooyyessa

Kangaroo Care improves breastfeeding:

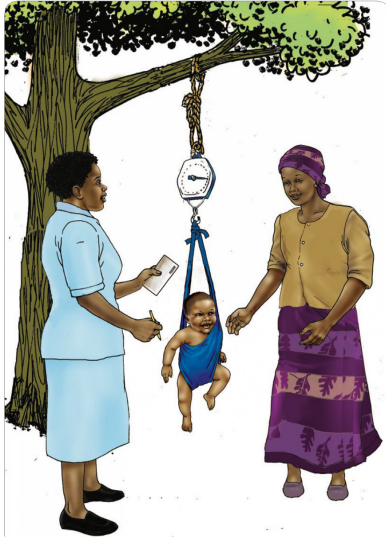
- Hanga danda'ametti, halkaniif guyyaa otoo hin jedhiin, qaamaaf qaamaan sirriiti akka walitti maxxantan godhi. Qamaaf qaamaan walitti maxxanuun wal-qabatee tooftaa kunuunsa kaangaroo gochaan raawwachuun itti agarsiisi:
- Daa'ima shamizii ho'ina qabu fuldurri isaa banaa ta'e, carqii fincaan daa'ima (nappy), Gonfoo/koffiyyaa fi kaalsii itti uffisi.

- Daa'ima qaamaaf qaamaan akka haadhatti maxxanuuf Laphee/qoomoorra harma kee lamaan gidduu kaa'i. Mataan daa'ima gara tokkotti akka galagalu godhi.
- Uffata haadhaan daa'ima haguugi (akkasumas, yeroo qorraatti, birdilibsi ho'ina qabu ykn uffata qorraa itti haguugi).
- Yeroo qaamaaf qaamaan wafitti maxxansitee (hammattee) hin qabannetti, yeroo hundaa daa'ima uffata qama isaanii haguuge uffatanii akka turan godhi. Uffata dabalata kanneen akka kooffiyyaa/gonfoo fi kaalsii itti uffisi, daa'imatti laaffisiitii uffata qorraa lallaafaan qama isaaniitti haguugi, akkasumas, birdilibsii itti uffisis.
- Meeshaalee mana ho'isan fayyadamuun (yoo jiraate), ho'ina manaa eegi (yoo xiqqaate 25°C ta'uu qaba) fi qilleeensi qorraan karaa lamaan gara manaatti qilleensa'u jiraachuu dhabuusaa mirkaneessi.
- Galgala galgala foddaa manaa cufi.
- Daa'ima ulfaatina gadi-aanaan dhalate bishaan daaksisuu dhaabi. Yeroo dhiqxu yookaan bishaan keessa akka gangalatan gootu, kutaa baay'ee ho'u , sa'a ho'inni jirutti, bishaan ho'aadhaan godhi, akkuma dhiqatee/ttee bahe/baatetti, battalumatti of-eeggannoon qoorsuu fi uffata itti uffisi.
- Uffatni daa'ima yeroo jiidhanitti jijjiiriif (FKN; Carqii fincaani daa'imaai).
- Harkaa fi miilli ho'ina qabaachusaa yeroo yeroon mirkaneessi. Yoo ni qorra ta'e, qaamaaf qaamaan ofitti qabachuun akka ho'ina argatan godhi.
- Daa'ima ittifufinsaan/irra deddeebiin harma hoosisi (ykn aannan harma haadhaa dabalataa kubbaayyaa xiqqoo/shiiniidhaan kenniif).
- Ga'eessa daa'imaatiif kunuunsa kangaroo haadhaa kennaniif, diriirfannaa qaamaa (bashannana) fi ho'ina qaamaa caalmaatti akka qabatan gochuuf dhangala'oo ho'aa kenniif.

Vidiyoowwan armaan gadii ilaalaa:

Daa'imakee xiqqoo kubbaayyaan nyaachisi: <https://globalhealthmedia.org/portfolio-items/cup-feeding-your-small-baby/?portfolioID=13325>





Qorachuu fi Xiinxaluu

- Chaartiin sarara guddinaa armaan gaditti kan argaman ta'anillee, ulfatina fi dheerina walitti fufinsa fi ittifufinsa qabu ni argatu.
- Ulfaatinni quubsa suuta suutaan argamu amaloota armaan gadii ni qabaata:
 - Amma amma nyaachuu,
 - Si'aa'inaan hodhuu fi liqimsuu,
 - Yeroo hundaa haati yeroo daa'imashee agartu/sagaleesaa dhageessu ykn yaaddu, harmashee akka aannaan bahuuf/mirgisuuf qubooleesheen harma dhidhiibuun kakaasu ni shaakalti.
 - Fincaan addaachuu: guyyaatti uffatni fincaan daa'ima/daayipariin 6'f isaa ol-ni fincaaniin ni manca'a/jiidha..
 - Garaagarummaa madaalawaa ta'een, boolii/kaakkaa halluu keelloo-magarisa-keelloo (magaala) fakkaatu ykn lallaafuu hagu/buusuu.
 - Daa'imni dammaqaa fi si'aawaa dha.
 - Sadarkaan guddina madaalawaa galma gahuu.
 - Dhaabbii irree/maashaalee fi diddirirfanna/sosochii gogaa qaamaa bareedaa/garii ta'e qabaachuu.

Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

- Walitti maxxana (hammanaa) fi qabannaa daa'ima yeroo harma hoosisanii ilaali.
- Sagalee yeroo gadifageenyaan hodhanii fi aannan liqimsan baasan dhageeffadhu.
- Haati amma amma harma akka hoosiftuu gorsi.
- Haati harmashee qofa hoosisuu akka itti fuftu jajjabeessi.
- Haadha galateeffadhu, akkasumas, soda/yaaddoshee qulqulleessiif/akka furametti mirkaneessiif, ofitti amanamummaashee ijaarii.



Qorachuu fi Xiinxaluu

Haati waa'ee daa'imasheerraa fagaachuudhaan wal-qabatee fi harma hoosisuu danda'uurratti ofitti amanamummaa dhabuudhaan wal-qabate yaadda'u.



Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

- Yaaddoo haadhaa dhaggeeffadhu.
- Haadhaaf ibsi: Yoo haaati daa'imarraa fagaattee deemuu dirqamte, aannan harmashee keessaa elmuun kaa'uun yeroo isheen hin jirretti namni biraa akka soorachiisan gochuu ni dandeessi.
- Haati yeroo daa'imarraa fagaattee adeemtutti daa'imni kichuu akka aannan harmashee sooratu gochuuf, akkaataa aannan harmaa elmituu fi seeraan kuusuu dandeessurratti gargaari (KAARDII A21 'Aanna Harmaa Elmuu fi Kuusuu' fi KAARDII A22 'Kubbaayyaan Nyaachisuu' jedhu ilaali).
- Haati, daa'imnishee amma amma(yeroo baayyee) galgala, akkasumas, yeroo mana jirtutti akka hodhu heeyyamuu qabdi.
- Haati daa'imashee qabattee gara hojii deemu ykn hoosisuuf gara manaatti gaggaltu, kan baay'ee jajjabeeffamuu qabduu fi daa'imashees hoosisuu ittifufuu qabdi.
- Haati, aannan harmaa qofa hoosisuu amaleeffachuu kan hin dandeenye taatullee, annan harma hanga fedhes ta'u, fayyummaaf guddina daa'imaatiif barbaachisaa ta'uusaa jajjabeessuun itti himi.



Kaardi A16

Haati soorannaa isheen wal-qabatee dhimma/yaaddoo qabdu kaasuu



Qorachuu fi Xiinxaluu

- Haati haalli soorannaashee dandeettii aannan gahaaf bu'aa guddaa qabu oomishuushee gadbuusuutti yaadu.
- Sagantaa hoosisa/nyaata dabalataa fi / ykn Tajaajila wal-fakkaataa nyaata/eegumsa hawaasummaatti dabaluu.

Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

- Yaaddoo haadhaasoorataashee fi dandeettiaannan oomishuusheen wal-qabatee kaastu dhaggeeffachuu..
- Oomishni aannan harmaa sooratasheetiin akka hin miidhamne haadha yaadachiisi:
 - Aannan harmaa gahaa ykn bu'aa qabeessa/qulqulluu ta'e kennuuf, nyaatni ykn sooratni adda ta'e tokkollee hin barbaachisu.
 - Nyaatni kamillee hin dhorkamani
 - Haati alkoolii xiqqeessuu fi tamboo/sigaaraa xuuxuu dhaabuu qabdi.
- Haati fayyummaashee eegdee turuuf, nyaata baay'inaan nyaachuu akka qabdu jajjabeessuu:
 - Guyyaatti ammamtaa/hanga soorannaa namootni biroo sooratan irraa harka 2 caaluun sooradhu.
 - Nyaata gosa adda addaa nyaachuu itti fufi.
 - Soogidda/ashaboo ayoodinii qabu fayyadami.
 - Dheebuu bahuuf dhugi.
 - Oomisha naannootti argaman madda vaayitaamina A ta'an sooradhu.
 - Narnoota sirna nyaataa hordofi (FKN; Sirna nyaataa haadhaa, Agarsiisa haalatti nyaata qopheessan/bilcheessan).
- Hawaasa tokko tokko biratti, dhugaatiin tokko tokko akka aannan qopheessanitti himama; dhugaatiwwan kunniin yeroo hedduu haati akka of-gadhiistu waan godhaniif fudhachuu ni dandeessi (garuu hin barbaachisan.).
- Dubartoota ulfaa fi harma hoosisan galmeessuun, tajaajila biroo kanneen akka; raabsaa nyaata waliigalaa, sagantaa hoosisa/nyaata dabalataa, Sagantaa qarshii harkatti kennuu/nagahee kennuun gargaaruu karoorfame, Eegumsa hawaasaa fi kkf' tti walitti hidhi.
 - Nyaatni dabalataan dubartoota harma hoosianiif raabsamu, kan gargaaru haati yeroo harma hoosistutti fayyummaan ishee akka eegamuufi dha.



Qorachuu fi Xiinxaluu

Haati daa'imman lamaanuu harma qofa hoosisuu ni dandeessi.



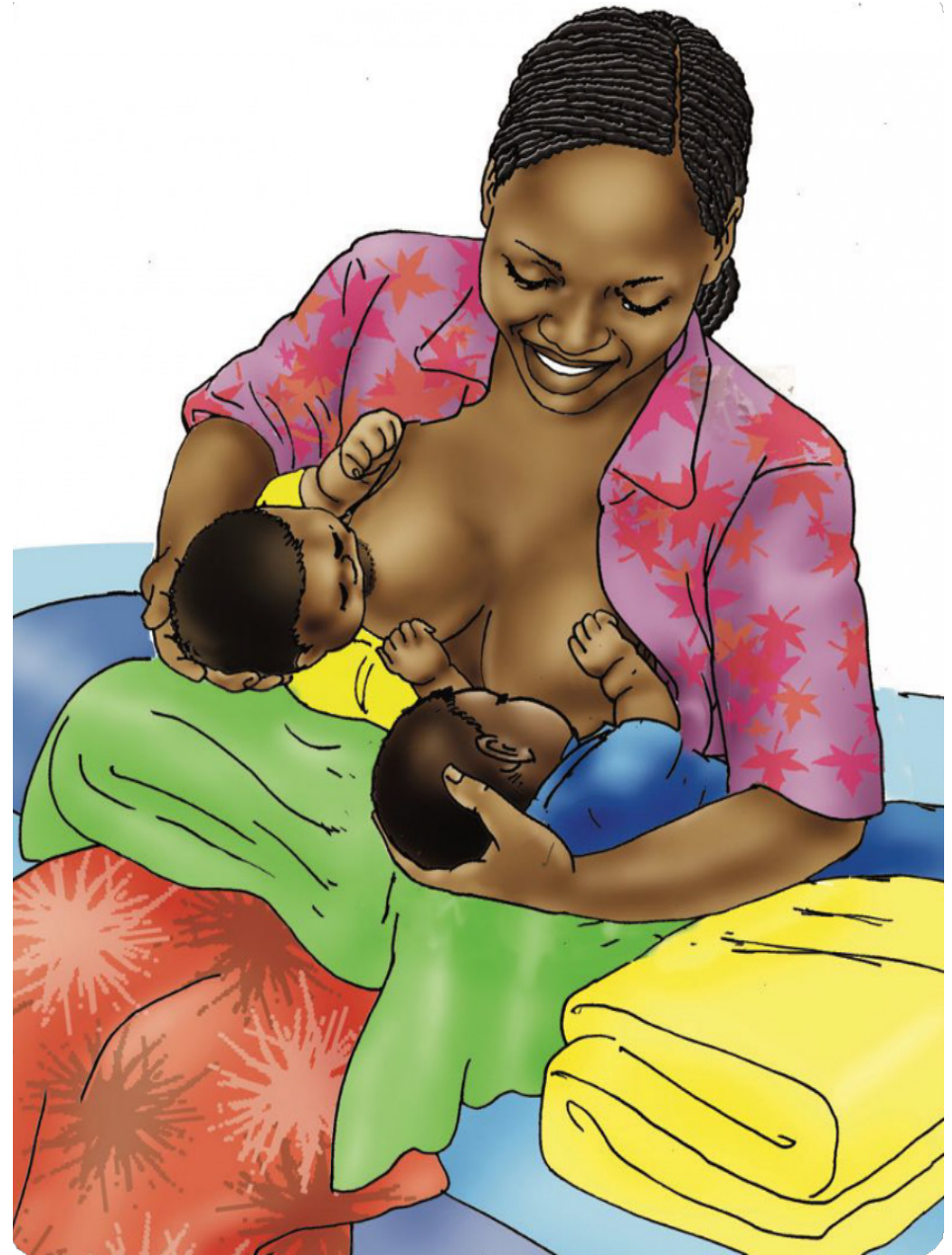
Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

- Hanguma daa'imni aannan harmaa Sirriitti hodhuu fi aannan qophaa'e harma keessaa baasuu, haatis aannan harmaa gahaa ta'e qopheessiti.
- Yoo daa'imman sirriitti harma qabatan (maxxananii) fi yeroo hundaa hodhan, haati ijoollee lakkuu qabdu, aannan harmaa daa'imman lachuusheefuu gahuu ni oomishti.
- Daa'imman lakkuun hanga danda'ame, akkuma dhalatanniin harma hodhuu jalqabuu qabu-Yoo battalumatti hodhuu dadhaban, haati aannan elmuun kubbaayyaadhaan akka hobaastu gargaari. Jalqabarraa dhiheessii aannanii gabbisuun/ijaaruun, harmi daa'imman lachuufuu aannan gahaa hojjechaa jiraachuusaa mirkaneessa.
- Haala qabannaa daa'ima gosa garaagaraa ibsiif-irree qaxxamursiisuun, irraa tokko jalatti qabachuun, irree tokko qaxxaamursiisuu, tokkoon tokkoon hoosisuu fi kkf. Haati waan ishetti tolu akka gootu gargaari.

Shaakala hodha si'aa'inaa fi kunuunsaa hojiirra oolchu.

Responsive feeding and care practices

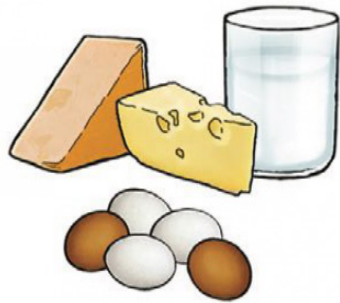
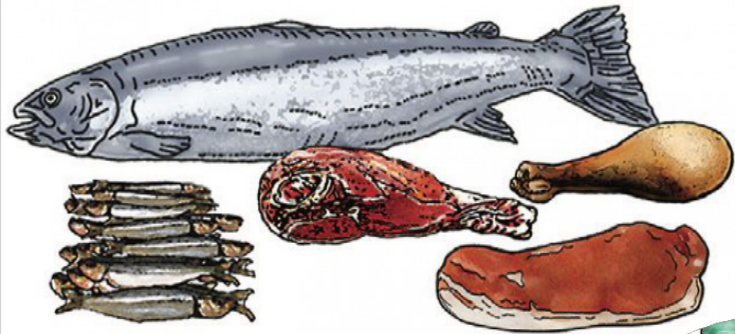
- Daa'imaaf xiyyeeffannoo kenni: gara daa'ima ilaali: ija isaa/ishee keessa ilaali; deebii kenniif.





Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

- Haati dardara, haadha dulloomte (umuriin cimterra) kunuunsa, nyaataa fi boqonnaa dabalataa ni barbaaddi.
- Haati dardarri qaamashee ammallee guddachaa jiru fi guddina qaama daa'amashee gabbisuu ni feeti (barbaaddi).
- Haati dardara kaalsiyeemii soorachuun ishee barbaachisa. Yeroo hedduu kaalsiyeemiin qabiyyee sirna nyaataa barbaachisoo gosa adda addaa keessatti waan hin argamneef, kaalsiyeemii giraama tokko guyyaatti qabiyyee sirna nyaataa gosa garaagaraa of-keessatti qabate kiniinii tokkotti naquun, guddinni yeroo ulfaas akka itti fufuuf ni barbaachisa (keessumattuu, lafee gadameessaa/daallee).
- Haadholii garaatti baatanii fi harma hoosisan (umurii wagga 19 gadii) hunduu safartuu qaamaa tokko malee, fayyummaa daa'ima garaa keessaa fi da'umsatiif, nyaata dabalataa [fudhachuu qabu](#)



Hanga Ji'a 6'tti aannan
harmaa qofa



Qorachuu fi Xiinxaluu

Haadha qorannoo HIV Poozatiiva taate. gorsaaf yaalli ni taasifamaaf.

Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

- Haatii fi daa'imni kichuun akkaataa qajeelfama biyyoolessaatti gorfamuufi yaalamuu qabu
- Harma hoosisi, akkasumas, waldhaansa farra retrovaayiraalii (ART) fudhadhu.

Haadha friin qorannoo HIV negatiiva ta'e ykn hin beekamne:

- Hanga ji'a 6'tti harma haadhaa qofa hoosisi, ji'a 6 irrattii, nyaata dabalataa nyaachisuu eegali, dabalataanis hanga waggaa 2tti harma hoosisuu itti fufuun, san booda yeroo yeroon qorannoo taasisi. (qorannoo, ammas qorannoo, ammas qorannoo, ammas qorannoo, hanga haati negatiivii taatee fi harma hoosisaa jirtutti)

Haadha HIV waliin jiraattu fi, daa'imnishee HIV negatiiva ta'e ykn friin hin beekamne:

- Haati qoricha farra retrovaayiraali (ART) otuma fudhattu daa'mashee hanga ji'a 6'tti harma qofa hoosisuu qabdi. (daa'imni farra retrovaayiraalii fudhachuu ni danda'a, tooftaan nyaatas maalis ta'u); J'ia 6'rratti nyaata dabalataa jalqabsiisi, hanga wagga 2'ttis harma hoosisuu ittuma fufi.
- Harma hoosisuu fi qoricha farra retrovaayiraalii (ART) fudhachuu hanga ji'a 12'tti itti fufuu qaba, hanga ji'a 24 fi isaa-olittis itti fufuu ni danda'a (akkuma namoota biroo).

Haadha HIV waliin jiraattu fi daa'imnishee HIV poozatiivii ta'uun beekame:

- Daa'imaaf tajaajilli waldhaansaa battalumatti eegaluu qaba.
- Hanga ji'a 6'tti harma haadhaa qofa hoosisi, ji'a 6, nyaata dabalataa nyaachisuu eegali, harma hoosisuu yoo xiqqaate hanga wagga 2'tti fi isaa oliitti itti fufi.

Hanga Ji'a 6'tti aannan harmaa qofa

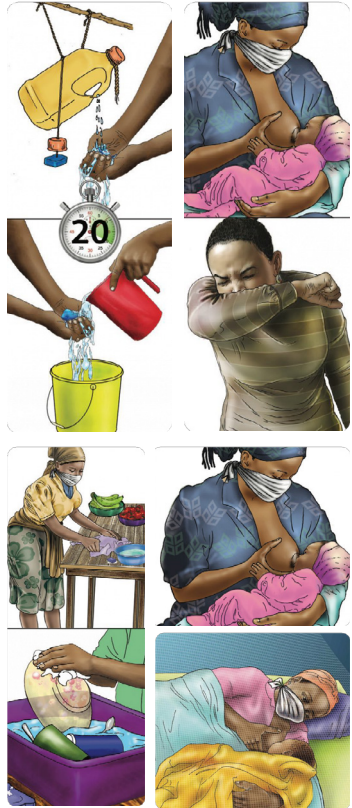


Kaardi A20

Haadha ykn Daa'ima Shakkamaa ykn Mirkanaa'aa Dhukkuba Vaayirasii COVID-19" Ta'an

Qorachuu fi Xiinxaluu

Haadha ykn daa'ima shakkamaa ykn mirkanaa'aa dhukkuba vaayirasii COVID-19" ta'an.

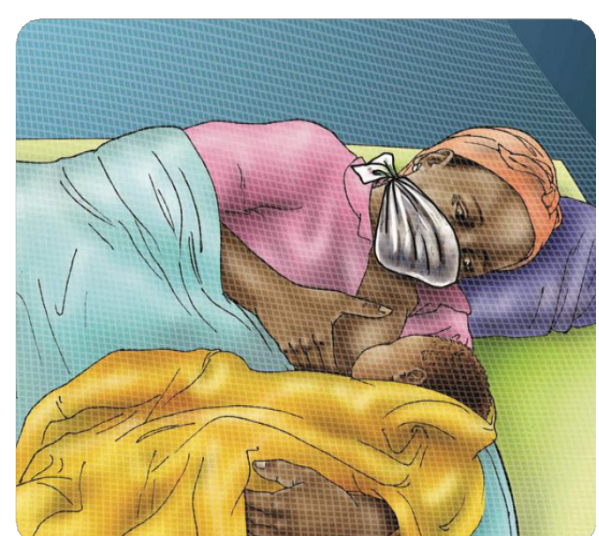
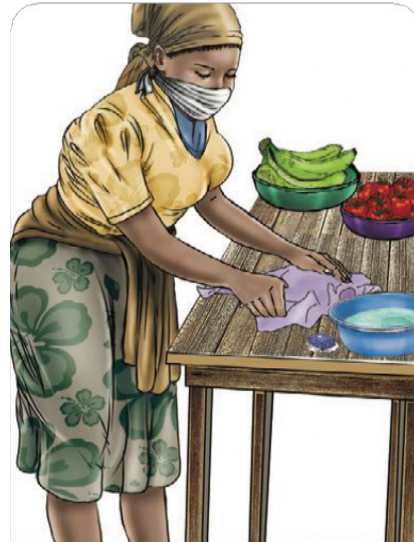


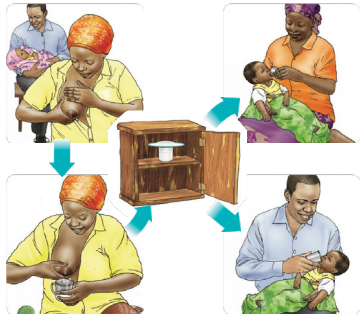
Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

- Yoo atillee qabamtee jiraatte, harma hoosisuun, daa'imnikee dhukkubichaan akka hin qabamneef irraa ittisuuf ni gargaara. Gocha harma hoosisuun wal-qabatee, yaadni filatamoon/furmaataa akkuma duraatti ittifufa:
 - Yeroo daa'imni fedhetti harma hoosisi, galgalaa fi guyyaa.
 - Hanga ji'a 6'tti harma qofa hoosisi. Harmikee yeroo kanatti nyaataaf dhugaatii daa'imakeetiif barbaachisu hunda ni qaba. Akkasumas, aannan harma daa'imakeerraa waan hamtuu (dhukkubaa) (sickness) fi faalama (infection) ni ittisa.
 - Nyaata dabalataa kamillee akka hin kenninee: Daa'imni kichuu (umurii Ji'a 6 gadii) bishaan, ykn dhangala'oo ykn nyaata biroo kamillee fudhachuu hin qabu. (KAARDII A4- 'Dhangala'oo ykn nyaata biroo fudhadhu jedhu' ilaali).
 - Aannan harmaa, yeroo haalli qilleensaa ho'inaattillee, daa'ima dheebuu ni baasa.
 - Daa'imakeef, aannan harmaan alatti, waan biraa kennuufiin, akka inni/isheen xiqqoo qofa hodhu/hootu ni godha, baay'ina aannanii ati oomishtu ni hir'isa, akkasumas, daa'imakee dhukkubaaf saaxiluu ni danda'a.
- Wayita dhukkuba 'COVID-19' irraa bayyaannachaa jirtutti, daa'imakee dhukkubicharraa ittisuuf, daa'ima qabuun duraa fi booda, harkakee sirriitti saamunaa fi bishaan buwambaa yaa'udhaan sakandii 20'tiif dhiqadhu.
- Hanga guutummaan guutuutti dhukkuba 'COVID-19' irraa bayyaannattutti, yeroo daa'imakee kunuunsitu ykn nyaachistu, haguuggii afaaniif funyaanii yoo jiraate kan meedikaalaa, kanaachi, uffata fuulakee haguugu godhadhu.

Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

- Miseensotni maatiis ta'e kanneen biroo daa'imakee kunuunsuun si gargaaran, yeroo daa'imakee kunuunsanitti, haguuggii funyaaniif afaanii, yoo jiraate kan meedikaalaa, kanaachi, uffata funyaaniif afaan isaanii haguugu kamillee akka godhatan gaafadhu.
- Miseensotni maatiis ta'e kanneen biroo daa'imakee kunuunsuun si gargaaran, harkasaanii daa'ima xuquun duraa fi booda sirriitti saamunaa fi bishaan buwanbaa yaa'u fayyadamuun sakandii 20'tiif akka dhiqatan gaafadhu.
- Fuula, funyaan ykn ija xuxxuqurraa of-qusadhu. Akkasumas, miseensotni maatiis ta'e kan biroon gocha kana akka hin goone gaafadhu.
- Atis ta'e kanneen biroo naannoo daa'imaatti siqanii jiran, yeroo qufa'anii fi haxxifattanitti, haxxiffuun isin keessaa bahee akka gara daa'imaatti hin faffacaaneef, ciqileedhaan ykn sooftitiidhaan afaniifi funyaan keessan haguuguun haxxiffachuu qabdu.
- Sooftii hojiirra oole seeraan dhabamsiisuu fi ergasiis harkakee saamunaaf bishaaniin sirriitti dhiqadhu.
- Iddoo yeroo hedduu xuxxuqamu bishaanif saamunaadhaan sirriitti qulqulleessi.
- Miseensa maatii fi hawaasarraa fageenya qaamaa eegadhu.
- Yoo xiqqaate meetira 1 nama biroorraa of-fageessuun turi. Meetirri 2 ni flatama.
- Mana turi, akkasumas, lafa gabaa, iddoo namni walitti qabamee jiru hin dhaqiin.
- Miseensi maatiis akka mana tureu fi bakkeewwan; lafa gabaa, iddoo namni walitti qabamee jiruu fi kkf akka hin deemne gaafadhu.
- Yoo namni tokko nyaata bituuf, bishaan waraabuuf, qoricha bituuf ykn buufata fayyaa deemuuf, ala bahuun barbaachise, iddoo namni heddummatanii akka of-fageessuu qabanii, fi hanga danda'ametti fageenya qaamaa eeggachuun murteessaa dha.





Qorachuu fi Xiinxaluu

Yoo daa'imni battalatti harma qabachuu hin dandeenye, akkaataa aannan harmaa itti elman, kubbaayyaadhaan daa'ima soorachiisanii fi aannan elmame itti kuusan itti agarsiisi.

Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

Haadha waantota armaan gadii akka raawwattu gaafadhu:

- Harkashee sirriitti yoo xiqqaate sekondii 20'tiif akka dhiqattu.
- Akka itti tolu mijeessuu.
- Meeshaa qulqulluu afaan isaa bal'aaf morma qabu, harma (fixee) fi kutaa harmaakee isa gurracha'u jala kaa'i.
- Harma laaffisanii barruu harkaan rurrukutuun ykn guutummaa harmaa nanaannessuun sosochoosuun akka si'aa'inaan aannan baasuu eegalu godhi.
- Quba abguddoo harmakee gara gubbaarra, akkasumas, quboota itti aanan lamaan harmakee jala qabuun akka gamaaf gamanaan taa'an godhi.
- Abguddoo fi qubootakee sanaan gara dhaabaa lapheekeetti gadi dhiibi, qimmiiduun wallitti qabu(walitti cafaquu) fi gad-lakkisuu.
- Gocha kana irra dedeebi'ii godhi: gara dhaabaa lapheekeetti gadi dhiibi, qimmiiduun wallitti qabu(walitti dhachaasuu) fi gad-lakkisuu. Yaadachiisa: gochi kun si miidhuu ykn hubuu hin qabu.
- Naannoo harmakee hunda guntuta/fixee harmaarra fageenya wal-fakkaataan siquun, abguddoo fi qubootakee biroon walitti qabuun gad-lakkisi. Akka guntuta/fixee harmaa hin cuunfine ykn gogaakee hin sukkuumne ykn quba-abguddoo fi biroo gara gogaa qaamakeetti hin geessine of-eeggachuu qabda.
- Yaa'insi aannanii hanga baay'ee xiqqaatutti elmi, achis harma isa biroo elmuutti darbi.
- Harmaaf harma gidduu si'a 5 hang 6 wal-jijjiirsisuun, yoo xiqqaate daqiiqaa 20-30'tiif.

Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

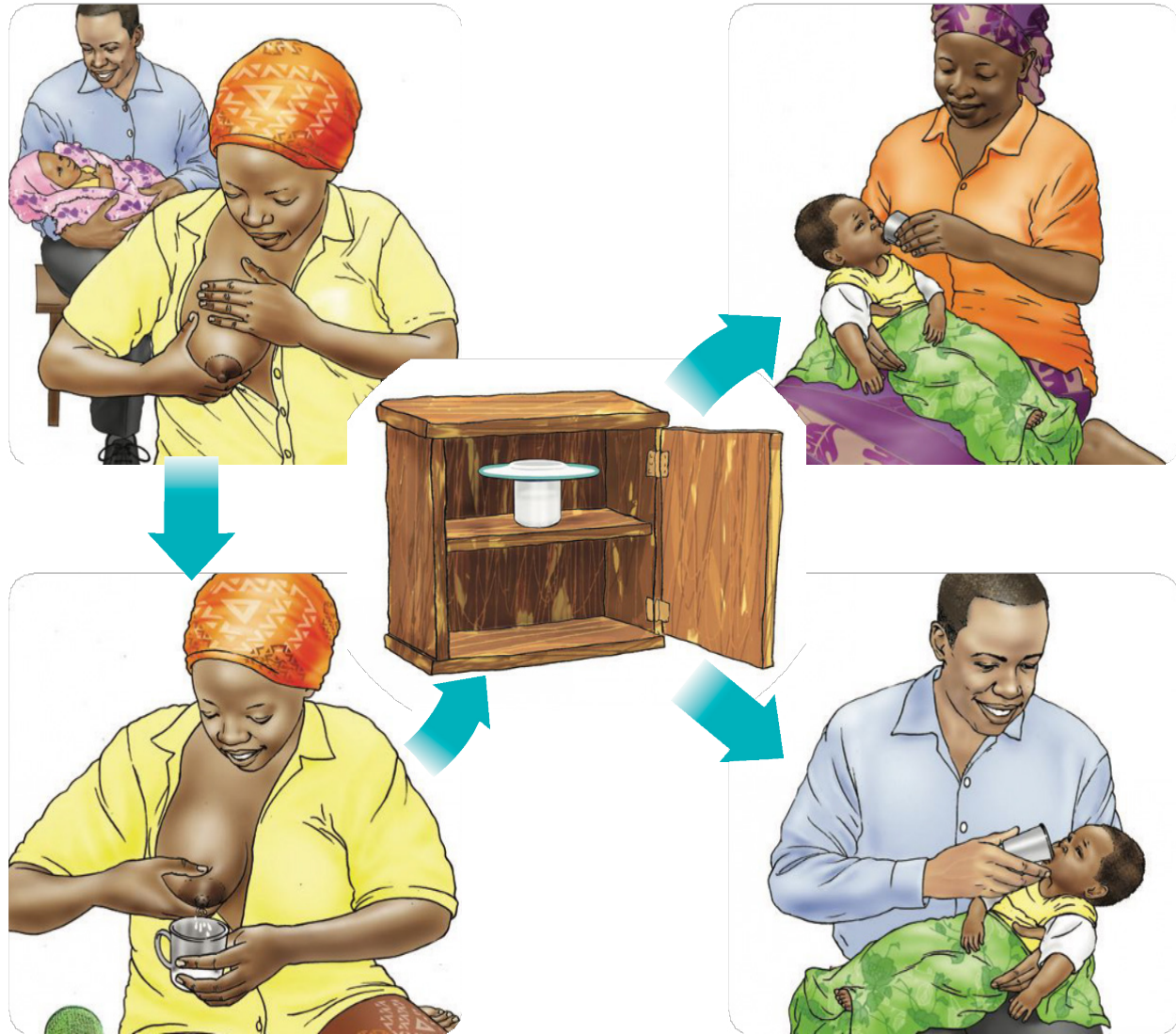
Aannan harmaa kuusaa

- Meeshaa qulqulluu fi haguugame sibiila ykn pilaastikarraa hojjetame fayyadami.
- Tokkoon tokkoo meeshaa qopheessitetti aannan si'a takkaa qofa soorachiisuuf gahu itti naqi.
- Tokkoon tokkoo meeshaa kuusaa aannanii guyyaa fi sa'aatii aannan itti naqamee irratti barreeffamuu qaba (labelled).
- Aannan harmaa hanga danda'ametti iddoo diilalleessuu danda'utti kuusi; aannan harmaa kutaa ho'innisaa °C jireenyaaf mijataa (room temperature) (<°C 26, gaaddiddeessaa jala) ta'e keessa sa'a 6 hanga 8'tiif tursiisuun ni danda'a.
- Baattoo firijii duduubaa isa jalarra guyyaa 5'tiif kuusi (yoo qorri aannanii walitti aansee ture).
- Dilalleessaa (hadooadaa), firijii gara olii keessa (fridge freezer) hanga torban 2'tti ykn firijii barri qofaa qofaa qabu (separate freezer) keessa hanga ji'a 3'tiif kuusi.
- Store frozen for up to 2 weeks in a fridge freezer or 3 months in a separate freezer.
- Aannan duraan kuufame dursa fayyadami.
- Aannan ho'isuuf, meeshaa kuusaa aannanii cabii/dafqa bishaan danfaarra kaa'l; shaawulaa/stoovii irra kaa'uun hin ho'isiin.
- Daa'ima, aannan elmame kubbaayyaa fayyadamuun soorachiisi.

Vidiyoowwan armaan gadii ilaalaa:

Aannan harmaa akkamitti akka elmamu/ bahu: <https://globalhealthmedia.org/portfolio-items/how-to-express-breastmilk/?portfolioID=10861>

Aannan harmaa haala sirriin kuusuu: <https://globalhealthmedia.org/portfolio-items/storing-breastmilk-safely/?portfolioID=10861>





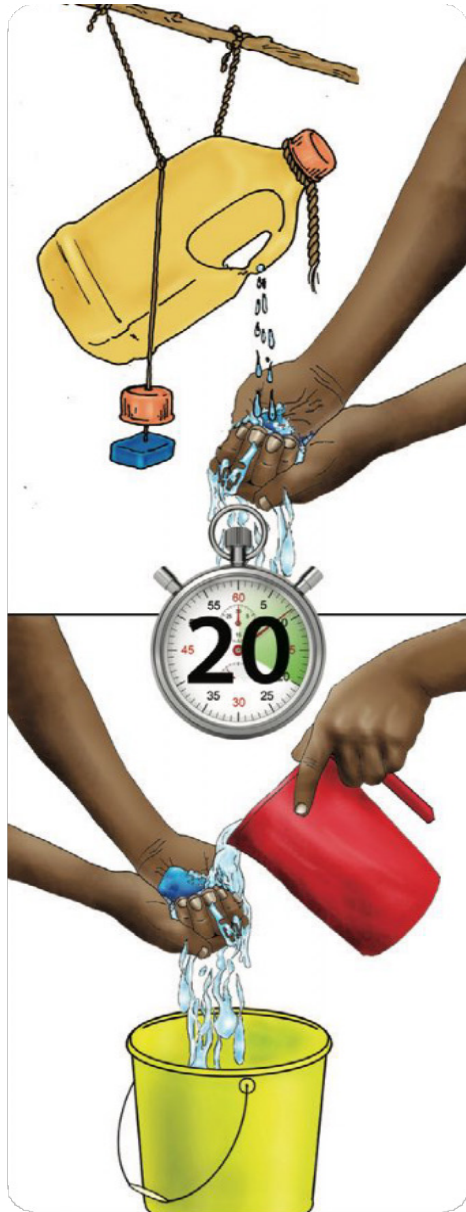
Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

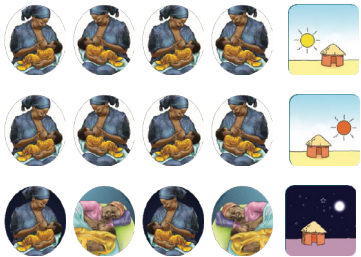
Kubaayyaadhaan nyaachisuuf qophii jiru qoradhu: Aannan hidhii daa'ima gara olii akka xuqu gochuun kubbaayyaa afaan isaa/isheerra ciibsi. Deebii daa'imni kennu eegi, akkasumas, ilaali. Yoo deebii hin kennine, yeroo muraasa keessatti gochicha irra deebi'ii raawwadhu. Yaalii muraasa booda, ammallee yoo deebiin hin jiraanne, dhaabbata iddoo daa'imni harma hodhuuf gargaaramuu danda'utti ol-erg'i.

Haadha ykn kunuunsituu waantota armaan gadii akka raawwattu gaafadhu:

- Aannan coccobee uffata akka hin balleessineef, uffata biraa fuullee isaa/isheerra kaa'i.
- Daa'ima gudeedarratti ol-kaasuun ykn xiqqo mataa ol-qabuun baadhu.
- Baay'ina aannanii yeroo takkaa nyaachisuuf qofa gahaa ta'e, kubbaayyaatti naqi.
- Kubbaayyaa hidhii daa'ima isa gara-gadiirra kaa'uun afaan daa'imaatti qabi, yeroo kanatti aannan hidhii daa'ima isa gara olii ni xuqa.
- Daa'imni aannan hanga ol-harkisuu ykn xuuxuutti eegi.
- Daa'imni ofiin aannan akka fudhatu heeyyamiif. Afaan daa'imaatti aannan hin naqiin.
- Kunuunsituun erga xiqqo hoosistee booda, gidduu gidduutti dhaabuun daa'imni akka boqatu gochuu qabdi.
- Kunuunsituun daa'imaaf xiyyeeffannoo kennuuu, ija keessa ilaaluu fi haala soorannaa isaa/isheen wal-qabatee rakkoo argiteef deebii kennuu qabdi.
- Aannan yeroo takkaa obaasuuf qofa kubbaayyaatti naqame hafe, yeroo biraatti hin obaasiin.
- Tooftaa Aannan fayyummaasaa eeguun kuusuu jedhu sirriitti hojiirra oolchi, akkaataa, KAARDII A21 'Aannan harmaa elmuu fi kuusuu' fi KAARDII A22 'Kubbaayyaadhaan Nyaachisuu' irra taa'een. Akkasumas Foormulaa daa'ima qopheessuutiif, KAARDII B2 'Faay'idaa Formulaa Daa'ima' fi KAARDII B3 'Foormulaa Daa'ima Qopheessuu' jedhu ilaali.

Viidiyoo kubbaayyaadhaan nyaachisan ilaali: https://www.youtube.com/watch?v=u7ehmsAD_mw





Qorachuu fi Xiinxaluu

Irra deebi'anii harma haadhaa hoosisuu jalqabu: Haati/kunuunsituun duraan harma guutee jirti yoo ta'e, itti deebitee hosiisuu jalqabuuf fedhii qabaachu.

Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

Yaadachiisa: Yoo hoosisni dabalataa kennamaafii hin jiru ta'e, hoosisa harmaa addaan cite deebisanii manatti jalqabuun ni danda'ama (KAARDII A24 'Haati hoosisa addaan kutte deebitee akka jalqabdu gargaaruuf, dabalataan hoosisuu' kan jedhu ilaali.

Haadha/hoosistuu jajjabeessi:

- Haadholii harma guusan keessaa hedduun isaanii deebi'anii harma hoosisuu jalqabu ni danda'u. Kana gochuun, haadha/ hoosistuu harmaa, yeroo dhihootti harma guutee fi daa'imni darbee darbee harmashee hodhu yoo ta'e, deebitee jalqabsiisuun kan iiti salphatu ta'us, ammallee haadholiin guddoo fi xurii laguu isaanii dhaabatee yeroo dheeraaf harma guusan, itti deebi'anii harma hoosisuu jalqabu ni danda'u.

Haadha/hoosistuu harmaa waliin mari'adhu: (haati ykn hoosistuun akka of qopheessitu taasisi)

- Yeroo aannan harmaa irra-deebiin mirgistutti, akkamitti daa'ima ishee soorachiisuu akka qabdu irratti mari'achuu (Aannan harma elmame-KAARDII A21 'Aanna harma haadha elmuu fi kuusuu', ykn, Foomulaa daa'ima kubbaayyaadhaan kennamu -KAARDII A22 'Kubbaayyaan nyaachisuu' kan jedhu ilaali.
- Irra deebiin mirgisuuf, haati/hoosistuun harmaa kaka'umsa qabaachuu fi irra-deebiin mirgisuun ni danda'ama jettee amanuu qabdi.
- Harmi haadhaa/hoosistuu yeroo hundumaa si'aa'ina qabaachuu qaba, kunis kan ta'e, sadarkaa yaadaatti, hodhuu daa'imaan, fi / ykn harkaan harma elmuun aannan baasuun ta'a. Namoota muuxannoo qabanirraa gargarsa barbaadde akka argattu mirkaneessiif jajjabeessi.

Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

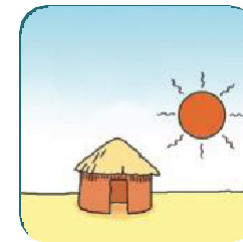
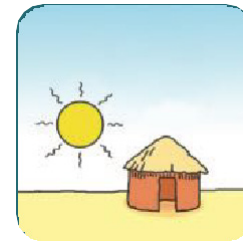
- Haadha/hoosistuutti, deebi'anii aannan mirgisuuf yeroo hangam akka itti-fudhatuu itti himi, akkasumas, obsa fi itti fufiinsi ishee barbaachisu irratti mari'adhu.
 - Yoo daa'imni harma hodhuu dhaabee jira/jirti ta'e, aannan baay'inaan dhufuun/mirgisuu jalqabuun dura, torban 1-2 ykn isaa-ol itti fudhachuu danda'a.
 - Umuriin daa'ima guddoorra (wagga 2-ol jiran ji'a?) caalmaatti, umurii daa'ima baay'ee kichuu (wagga 2 gadi) yoo ta'e, haati/hoosistuun daftee mirgisuu ni dandeessi. Haata'u malee, umurii kamittillee ni danda'ama.
 - Barbaachisummaa gochoota kamillee hoosisa harmaarratti gufuu ta'uu danda'an rawwachuu dhiisuun qaburratti maria'chuu:
 - Wa'ita daa'imarraa adda bahan wayita.
 - Yeroo murtaa'eef harma nyaachisuu, ykn xuuxxoo haadha buddeenaa (pacifiers) ykn xuuxxoo (xaarmuzi) fayyadamuu (barbaachisummaa akka da'imni fedhetti soorachiisuun qabu ibsiif),
 - Dawaa oomisha aannan harmaa gad-buusan (FKN; Karoora maatii hormoonii istiroojiinii of-keessaa qabu: yoo mijataa ta'e, Karoora maatii hormoonii istiroojiinii of-keessaa hin qabne kenniifi).
- Yoo danda'ame, dubartii biroo kanaan dura hoosisuu dhaabdee itti deebi'uun harma hoosisuu jalqabde yoo jiraatte, akka ishee jajjabeessituuf waliin wal-barsiisi.
- Haati/hoosiftuun daa'imashee sirriitti kunuunsuu fi yeroo hunda harma hoosisuu (hanga danda'ame irra deddeebiin; daa'ima ofitti butuun baachuu, daa'ima waliin rafuu, fi akkuma duraatti qaamaaf qaamaan ofitti maxxansuu) akka dandeessuuf, torbaan muraasaaf gargaarsa gochaa fi hojii biraarraa bilisa ta'uun akka ishee barbaachisun maatii fi hiriyyaa isheetti himi.

- Haatii/hoosiftuun nyaataa fi dhugaatii gahaa argachuushee akka dandeessu mirkaneessi.
- Boqonnaa fudhachuun daa'imashee ammaa amma harma hoosisuuf akka ishee gargaaru ibsiif.

Harma hoosisa guuste irra deebi'anii jalqabuu

Haadha/Hoosiftuu waantota armaan gadii akka raawwattuuf jajjabeessi:

- Harmikee akka aannan oomishuuf si'eessuuf sirriitti sukkuumi.
- Ammaa amma daa'ima harma hoosisii, yeroo, isheen/inni barbaadetti (yoo danda'ame, garaagarummaa sa'a 1-2 gidduutti, fi yoo xiqqaate sa'a 24 keessatti si'a 8-12 tiif).
- Daa'ima waliin rafii, kunis, halkan akka harma hodhu/hootu ni dandeessisa.
- Daa'imni harma lachuu akka hodhuuf heeyyamiif, kunis tokkoon tokkoo harmaa hodhanirra yeroo dheeraaf turuun (yoo xiqqaate harma tokkoo hanga daqiiqaa 10-15'f hodhuu qabu).
- Yoo daa'imni ittfufee/fte hodhuu barbaade/dde, tokkoon tokkoo harmaa carraa si'a tokko-ol akka hodhan godhi.
- Daa'imni harmatti sirriitti maxxanee jiraachuusaa/ishee mirkanessi (KAARDII A1 'Qabannaa fi Walitti-maxxana (hammanaa) gaarii' jedhu ilaali).



Kaardi A24

Dabalataan aannan ujummoodhaan hoosisuun haati harma guute deebitee akka mirgistuuf ni gargara.



Harma haadhaan dabalata hoosisuun kan of-keessatti qabatu, ujummoo aannan dabalataa kubbaayyaa keessaa fuudhuun (Aanna harma haadhaa elmame ykn foormulaa daa'ima) gara harmatti gorsiisuun qarqara/ guuntuta harmaarra baasee gara afaan daa'imaatti geessu (A breastfeeding supplementer).

Qorachuu fi Xiinxaluu

- Xuuxxoo aannanii ykn xuuxxoo haadha buddeenaa hin fayyadamiin.
- Daa'imman harma hodhuu didaniif, haati tooftaa hoosisa aannan dabalataa ni fayyadamti.
- Yeroo daa'imni barbaadetti akka hoosisa dabalataa qophaa'e kana hodhuuf, naannoo harmasheetti siqsiistee ni qabdi.

Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

Haati daa'imman harma hoosisuu gidduutti dhaabde deebitee hoosisuu akka itti fuutuuf yeroo jajjabeessitu, waantota armaan gadii akka gootuuf gaafadhu:

- Hordoffii gochaan argachuuf gara dhaabbilee fayyaa deemaa.
- Daa'imni yeroo aannan dabalataa (Aannan harma haadhaa elmame qophaa'e ykn foormulaa daa'ima) ujummoodhaan hodhaa, yeroo wal-fakkaataatti harma haadhaas akka hodhu fi harmi aannan oomishuufis si'aa'ina akka argatu, adeemsa kanaanis daa'imni akka sirriitti sooratu fi itti quufu ibsiif. Ujummoo gaarii funyaanin soorata gara garaachaatti dabarsu (geeji 'guage' 8 8), ykn ujummoo bareedaa pilaastikarraa hojjetame fayyadamuu qabdu.
- Haati afaan daa'imaatti aannan harmashee gadi elmuu ni dandeessi, aannan hidhii xuqsiisuun, rifuu hidhii garjallaa dadammaqsuu fi afaan isaa/ishee sirriitti akka banuu ni jajjabeessa.
- Haati kubbaayyaa ol-kaasuu fi gad-deebisuudhaan yaa'insa aannanii to'achaa, tokkoon tokkoo ammamtaa/hanga hoosisaatiif daqiiqaa 30 akka hodhu gochuu qabdi.
- Ujummoo aannanii sun yoo bal'aa ta'e, keessaan gudunfaa itti hidhuu, ykn qimmiidanii/walitti cafaquudhaan yaa'insa aannanii to'achuun ni danda'ama.
- Kubbaayyaa fi ujummoo yeroo hundaa battala haati itti-fayyadamtee kaateetti sirriitti dhiqamuu fi qulqullaa'uu (sterilized) qaba.
- Haati daa'imashee harma kan hoosistu yeroo aannan dabalataa ujummoodhaan kennituuffitti qofaa osoo hin taane, yeroo daa'imni fedhanitti akka harmashee hoosisuu qabduuf jajjabeessi.

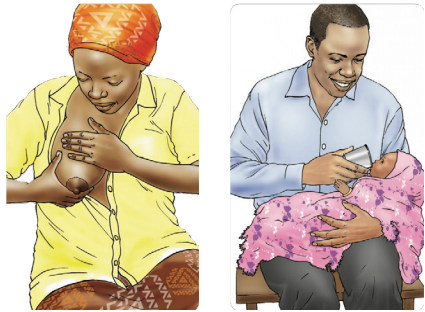




MAMI
Management of small
& nutritionally At-risk
Infants under six months
& their Mothers

KUTAA B

**Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa Daa'imman
harma haadhaa hin hooneef⁵⁶**



Qorachuu fi Xiinxaluu

- kunuunsituun daa'imaaf ramadamteertii
- Hoosistuun ykn aannan arjoomaan adda bahaniiru, ykn iddoo hoosistuun argamuu hin dandeenyeetti, dhiheessii soorata sirrii aannan harma bakka bu'u danda'u hundaa'eraa.

Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

Sababa haati hin jirreef heeri:

- Yeroo muraasaaf (Hojii deemtee, daa'ima biraa kunuunsuuf, dhukkuba salphaa).
- Dhaabbataan (Hedduu dhukkubsachuu/itti cimuu, da'umsarratti lubbuun darbuu).
- Hoosistuu adda baasuu fi deeggaruu: kun keessumattuu daa'imman biqiltuuf dhimma dursa kennamu dha (FKN. Umurii ji'a 2 gadi kanneen ta'aniif) – Yoo barbaachisaa ta'e, KAARDII A23 'Harma guusan Irra-deebi'anii hoosisuu jalqabuu (relactation)' jedhu ilaali.
- Kanneen aannan arjooman/dhiheessan adda baasuu fi deeggaruu (KAARDII A21 'Aannan harmaa elmuu fi kuusuu jedhu ilaali')
- Iddoo hoosistuun ykn aannan arjooman hin jirretti, nyaata aannan harmaa bakka bu'uu danda'an sirrii ta'e akka fayyadamaniif gargaarsa barbaachisu kenniif (Foormulaa daa'ima fayyadamuudhaaf, KAARDII B2 'fayidaa Formulaa Daa'ima' fi KAARDII B3 'Foormulaa Daa'ima Qopheessuu', akkasumas, KAARDII A22 'Kubbaayyaadhaan nyaachisuu' jedhu ilaali).

Dubartiin biraa daa'ima kichuu
harma hoosisuu dandeessu jirtii?

Eeyye

Dubartittiin akka harma hoosistuuf
gargaari (KAARDII A23 'Harma hoosisuu
dhaabde mirgisuuf' jedhu ilaali.)

Lakki

Dubartiin biraa aannan
arjoomu dandeessu jirtii

Eeyye

Dubartittiin akka harma
hoosistuuf gargaari
(KAARDII A23 'Harma
hoosisuu dhaabde
mirgisuuf' jedhu ilaali.)

Lakki

Soorata nam-tolchee
sirriitti qopheessuun akka
nyaachisaniif gargaari
(KAARDII B2 FI B3)





Qorachuu fi Xiinxaluu

- Dhiheessiin jiraachuu:
 - Maddi dhaabbataa fi foormulaa daa'ima hanga barbaadamu dhiheessu.
 - Meeshaalee itti bilcheessanii fi nyaachisan qopheessu.
 - Namoota haadha gargaaran.
- Tajaajila bishaan gahaa baruumsa qulqullinaa qabu, saaniteeshinii fi haayijinii argachuu.

Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

Faay'idaa waantota armaan gadiirratti kunuunsituu qajeечи;

- Foormul daa'ima, daa'imma umurii ji'a 6 gadiitiif mijawaa ta'e fayyadamuu akka qabdu (Fakkeenya aannan harma daa'ima bakka bu'uu danda'u daa'ima ji'a 6 gadiitiif mijataa hin taanee kenniif (Aannan loonii akkuma jirutti/otoo hin fooyyeesiin, aannan jabaa, midhaan dheedhii fi bishaan kkf.)
- Hangamii fi guyyaatti si'a meeqa foormulaa daa'ima nyaachisuu akka qabdu (gabatee armaan gadii ilaali).

Umurii daa'ima ji'aan	Ulfaatina kilogiraamaan	Hanga foormulaa daa'ima guyyaatti	Ammantaa nyaachisuu guyyaatti	Hanga ammamtaa tokkorratti nyaatan
0 – 1	3	450ml	8	60ml
1 – 2	4	600ml	7	90ml
2 – 3	5	750ml	6	120ml
3 – 4	5	750ml	6	120ml
4 – 5	6	900ml	6	150ml
5 – 6	6	900ml	6	150ml

Table retrieved from: [https://www.enonline.net/attachments/2410/UNHCR_BMS-SOP-LAY2-ANNEXES-D-\(1\).pdf](https://www.enonline.net/attachments/2410/UNHCR_BMS-SOP-LAY2-ANNEXES-D-(1).pdf)

Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

Yaadachiisa: Daa'imni haaraa dhalate, Jiddugalleessaan, avireejiidhaan, takkaatti nyaata mililitirii (ml) 60-90 gahu, sa'a tokko keessatti si'a 3-4 ni fudhata. Xumura ji'a 1'tti, daa'imni takkaatti nyaata naannoo 120ml gahu, sa'a tokkotti si'a 4 ni fudhata. Ji'a 6'tti daa'imni takkaatti nyaata 180-240ml gahu, sa'a 24 keessatti si'a 4-5 ni fudhata. (Yeroo hundaa, sadarkaa kanatti, galgala nyaachuu dhaba). Daa'imni umurii ji'a 1 nyaata si'a takkaa keessatti hanga nyaataa 120-150ml ni nyaata, akkasumas, ji'a 6 j'atti hanga baay'ina nyaataa (volume) 30ml, 30ml dabalaa adeema, hanga ji'a 6'tti takkaatti nyaata nyaachuu danda'urra gahutti 210-240ml.

Akkamitti akka nyaatni qophaa'u (KAARDII B3 'Foormulaa daa'imaa qopheessuu' jedhu ilaali).

Akkamitti akka soorachiisan/nyaachisan (KAARDII A22 'Kubbaayyaan nyaachisi' jedhu ilaali).

Caqastuu (Kitaabilee wabii):

Odeeffannoo dabalataaf, daa'ima yeroo rakkoo/balaa nyaachisuu jedhu, Moojulii 2, Boqonnaa 9: Yoo daa'imni aannan harmaa hin sooratan ta'e (Dabalataan waantota isin gargaaran lakkoofsa 9 irraa ilaali).

Muuxannoo daa'ima kichu biqiltuu fi daa'ima jabaatte nyaachisuu/soorachiisuu jedhu ilaali: Buufata kooluu galtootaa keessatti, haala qabannaa bakka bu'aa aannan harmaa daa'imman umurii dhalootaa (0) hanga Ji'a 23'tti jiran, [https://www.enonline.net/attachments/2410/UNHCR_BMS-SOP-LAY2-ANNEXES-D-\(1\).pdf](https://www.enonline.net/attachments/2410/UNHCR_BMS-SOP-LAY2-ANNEXES-D-(1).pdf)





Qorachuu fi Xiinxaluu

- Harkaa fi meeshaalee qulqulleessuu.
- Meeshaalee qulqulleessuuf bishaan danfee fayyadamuu.
- Foormula daa'ima qopheessuuf bishaan danfee qabbanaa'e fayyadamuu.
- Qajeelcha meeshaa foormulaarratti barraa'ee jiru hordofi.
- Daa'ima kubbaayyaan nyaachisi (KAARDII A22 'Kubbaayyaan nyaachisi' jedhu ilaali).¹
- Foormulaa akkaataa fayyummaansaa eegamuu kaa'i/kuusi.
- Soorata walitti hin makiin (Bishaan, dhangala'oo biraa, nyaata).
- Foormulaa hedduu hin qallisiin ykn hin furdisiin.
- Yoo foormulaa daa'ima kana fayyadamuuf qophaa'aa taate (dhangala'aan, qal'isuu hin barbaadu) ni fayyada, shaakala qulqullina dhuunfaa sirrii eeguu fi kuusaa fayyummansaa eegame hordofi,

Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

Foormulaa daa'ima qopheessuu fi daa'ima nyaata nyaachisuun dura, harkakee saamunaa fi bishanii dhiqadhu.

Meeshaalee bishaan qulqulluu fi saamunaadhaan dhiqi, akkasumas, jarmoota hafan ajjeesuuf, danfisi.

Dhimma gatii/dhiheessii foormulaa daa'imaadhaan wal-qabatee jiru haadha/kunuunsituu waliin mari'adhu: Daa'imni, i'a 6 jalqabaa keessatti, foormulaa qoqoorroo/Tin/ 40 (500g/ Qoqoorroo(tin)) isa barbaachisa.¹

Yeroo hundaa qajeelcha qorqoorroo/baatoo foormulaarra taa'an sirriitti dubbisuun hordofi.

Yoo isheen ibsa dabalataa barbaadde, ykn yoo hubachuu hin dandeenyee gaafadhu.

Foormulaa daa'imatti makuuf bishaan qulqulluu fayyadami. Yoo danda'ame, bishaan guyyaa guutuuf barbaachisu qopheessi. Bishaanichas danfistuu (boil)'tti naquun yoo xiqqaateef daqiiqaa 2'tiif danfisi, achis, meeshaa qadaada qabu kan bishaan danfee itti qabanaa'utti naqi.

Bishaan danfee fi daakuu foormulaa daa'ima qophaa qophaatti godhuun qabadhu, yeroo nyaachuu barbaadutti walitti makuun qopheessuuf si gargaara, yoo haati hojiif manarraa fagaattee adeemti ta'ee fi daa'imni ishee waliin jira ta'e, ykn galgala nyaachisuuf.

Daa'ima nyaachisuuf kubbaayyaa qulqulluu qofa fayyadami. Daa'imni reefu dhalatellee (biqiltuu), akkamiin akka kubbaayyaa keessaa dhuguu akka danda'u dafee ni bara. Qaruura/xaarmuzii, xuuxxoo, fiixee xuuxxoofaa akka hin fayyadamne, qulqulleessuufis baay'ee rakkisoo waan ta'aniif.

Qoqoorroo/baatoo foormulaa iddoo fayyummaan isaa eegamuu danda'utti (qulqulluu) kuusi.

Foormulaa daa'ima hanga yeroo takkaaf qofa nyaachuuf barbaachisu qopheessi, akkasumas, kan qophaa'e, sa'a 1 keessatti nyaatamuu qaba.

Yoo daa'imni garaa kaasaa ykn dhukkuba biraa qabaate ykn haati foormulaa daa'ima gahaa argachuuf itti cime, gara dhaabbata fayyaatti ol-ergi.

¹ Yoo shaakalliin kubbaayyaan soorachiisuu ni jira ta'e, haala qulqullinaa fi soorachiisuu irratti gad-fageenyaan tajaajila gorsaa fi gargaarsa gochaa kenniif. Yeroo balaa tasaatti daa'ima soorachiisuu kan jedhu ilaali. Moojulii (Muraa) 2, Boqonnaa 9, Yoo daa'imni harma hin hodhu ta'e (Meeshaalee ijoo dabalataan gargaaru ilaali, fuula3 (p3)). www.enonline.net/ifemodule2

² Hanga aannanii herregame/shallagame - 150ml/kg weightulfaatina qaamaa/guyyaatti - Faay'idaa foormulaa daa'ima kan jedhu 'KAARDII B2' ilaali.





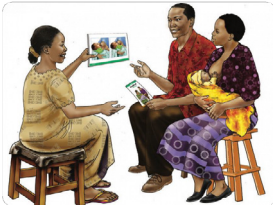
MAMI
Management of small
& nutritionally At-risk
Infants under six months
& their Mothers

KUTAA C

**Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa –
Mata-durewwan Ijo**

Qorachuu fi Xiinxaluu

Deeggarsi maatii jiraachuuu, kanneen akka; abbaa manaa, gargaaraa (fira), fi miseensa maatii biroo.



Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

Gahee miseensa maatiirratti tajaajila gorsaa kenniif:

Yoo miseensi maatii keessatti hirmaataan, hoosisni harmaa fi kunuunsi daa'imaaf ta'u hedduu ni milkaa'a.

Yeroo Ulfaa:

- Haadha kaayyoo qabdu kana tajaajila da'umsa duraa akka hordoftuuf geessi.
- Kiniinii Ayiranii/fooleetii akka fudhattu yaadachiisi.
- Yeroo ulfaa fi harma hoosistutti kan baramerraa olitti dabalataan soorata kenniif.

Yeroo ciniinsuu fi da'umsaa

- Deesistootni leenji'an jiraachuu mirkaneeffadhu.
- Da'umsaa gara dhaabbilee fayyaa nageenyaan geessuuf geejiba qopheessi.
- Akkuma deesseen harma hoosisuu fi qaamaaf qaamaan daa'imasheetti maxxanuu akka qabduuf jajjabeessi.

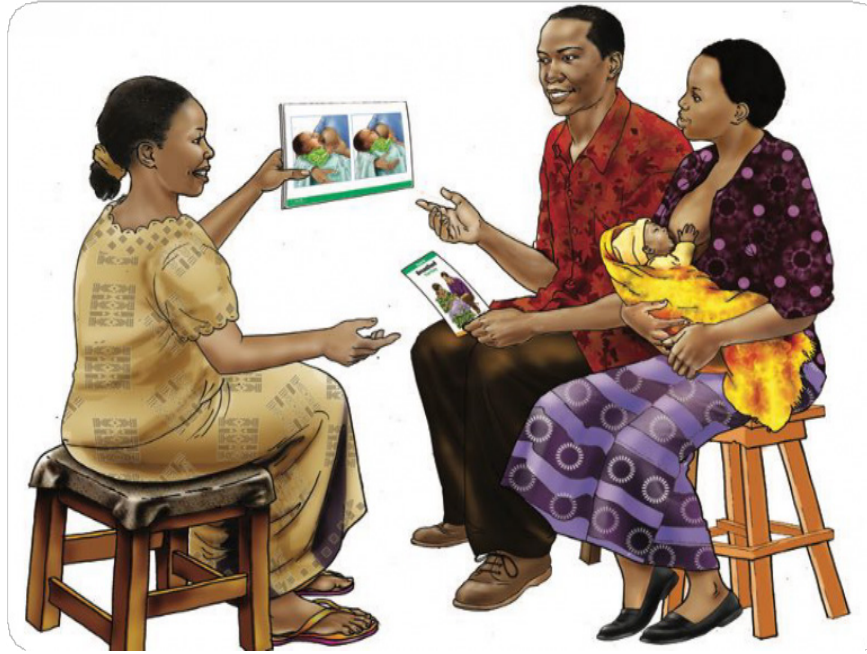
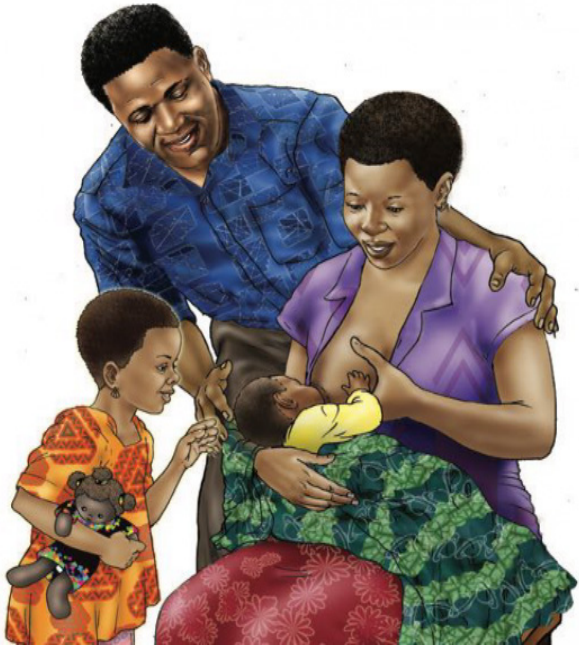
Da'umsaa booda:

- Hojii mana keessaa, daa'ima kichuu kunuunsuun alati jiran hunda hojjechuun (daa'ima biroo kunuunsuudhaan) haadha gargaari.
- Daa'imni hanga ji'a 6'tti harma haadhaa qofa hodhu akka qabu mirkaneessi.
- Haadha gargaari, yeroo kanatti daa'imashee sirriitti hoosisuuf yeroo ni argatti. Waan gaarii hojjeteeff beekamtii kenna jajjabeessi.

Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

- Daa'ima kichuuf xiyyeeffannaa kenni: gara daa'ima ilaali; ija daa'ima ilaali; waan gochaa jiruuf deebii kenni; gaafadhu; daa'imni maal-akka yaadaa jiru?
- Xiyyeeffannoo kenniif/mallattoolee daa'imni yeroo beela'u agarsiisu, akkasumas, waan daa'imni kichuu ykn guddachaa jiru agarsiisuu/gaafatuuf deebii kennuu bari; itti seeqadhu; gara daa'imaatti deemii; daa'imni fedhiisaa akka baafatee dubbatu gochuuf itti dubadhu/haasahi, ,ati/haati nyaata qopheessaa jiraachuushee itti agarsiisi.
- Daa'imman adda fafageessanii godhachuu jedhurratti haadha warraakee waliin irratti mari'adhu (KAARDII C3 'Karooora Maatii' jedhu ilaali).
- Yeroo daa'imni dhukkubsatu, hordoffii guddinaa jajjabeessuuf, akkasumas, talaalliidhaaf, haadha warraa/daa'imakee gara dhaabbata fayyaatti geessi.
- Maatii naannoo dhukkubni busaa baramaa ta'e keessa jiraatan yoo ta'e, agoobara kenniif.

Haadha dargageettii/dardaraa garaatti baattu/harma hoosistu: Haadha umuriin deeme (dulloomte) kunuunsa, nyaataa fi boqonnaa addaa ishee barbaachisa. Haati dargageettiin/dardaraa garaatti baattu/harma hoosistu, qaamashee ammallee guddachaa jiru gabbisuufis ta'e, guddina qama daa'imaatiif, sirriitti nyaachuu qabdi (KAARDII A18 'Haadha dardaraa/dargageettii' jedhu ilaali).



Qorachuu fi Xiinxaluu

Gargaarsi uummataa jiraachuu



Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

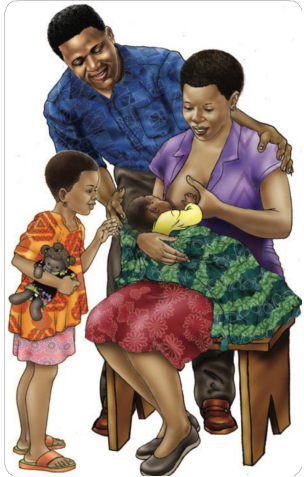
Haadha, miseensa maatii fi uummataatiif waantoota armaan gadiiratti tajaajila gorsaa kenniif:

- Faay'idaa gargaarsa miseensa uummataa adda baasuun. Haadhaaf gargaarsa barbaachisu hundaa keessattu yeroo rakkoo akka godhan gochuu.
- Gargaarsi miseensi uummataa, haati harma hoosisuu akka eeggaltuu fi ittifuutuuf ishee dhaggeeffachaa fi isheef argamaa gargaaruudhaafi.
- Gareen gargaarsa haadhaaf haadhaa, muuxannoo wal-jijjiiruuf, gargaarsa hiriyyummaa akka waliif godhan, fi harma hoosisuuf naannoo mijataa uumuuf ni gargaara.
- Miseensa uummataa odeeffannoo shakkii fi dogongoraa faffacaasan dhaabsisuu,
- Gargaarsa uummata kanneen biroo kanneen akka barnoota sirna nyaataa, kunuunsa daa'ima f haadhaa, qulqullinaa fi kkf irratti argamuu/ hordofuu.



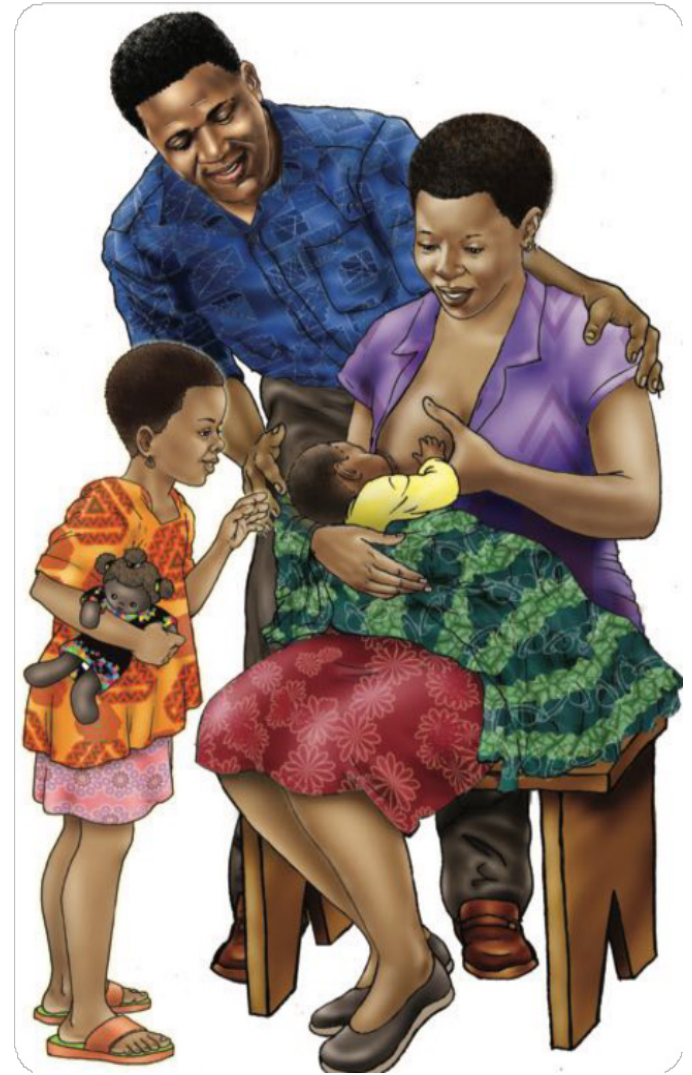
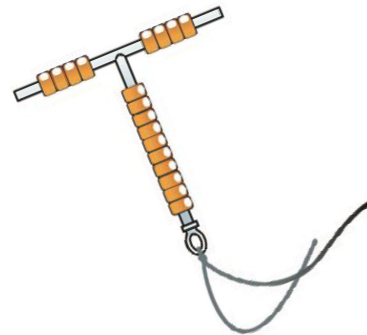
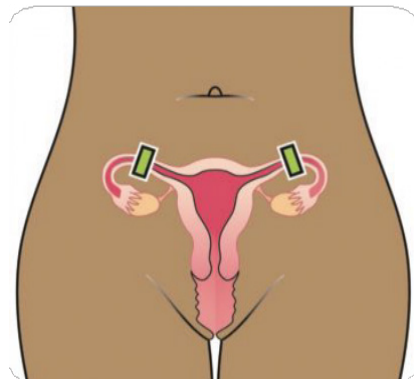
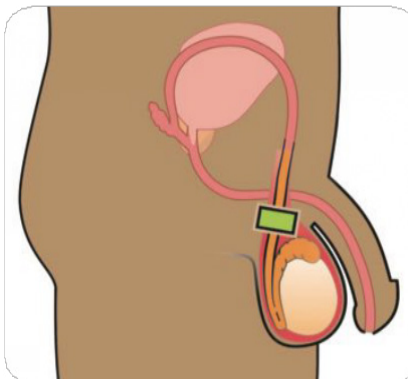
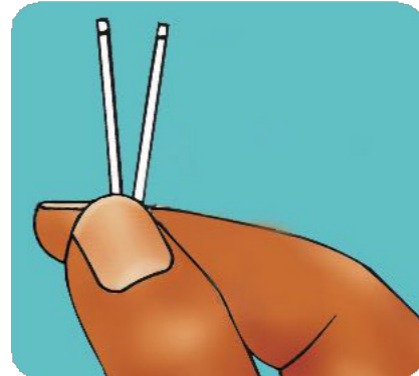
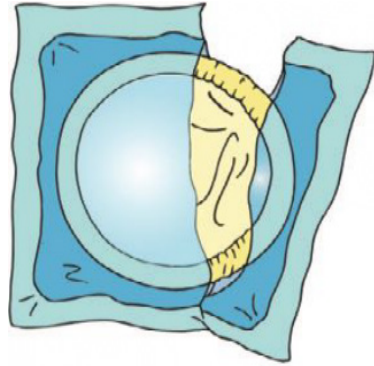
Qorachuu fi Xiinxaluu

Fedhi Tajaajila Karoora Maatii, Gorsaa fi OI-erginsa.



Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

- Yeroon ulfaa fayyaa qabeessa ykn adda adda faffagaate kan jedhamu, otoo lammaffaa hin ulfaa'iin yoo wagga 2-3 turani dha.
- Gargar-fafageessuun daa'ima godhachuun kan gargaaru:
 - Harma hoosisuu fi daa'ima kunuunsuuf yeroo gahaa ni argattaa.
 - Qaamnikkee yeroo ulfoofte gidduutti deebi'ee bayyaannachuuf yeroo ni argata.
 - Qarshii hedduu ni qabaatta; sababnisaas, daa'ima muraasa waan qabduuf, baasii xiqqoo qofa; kanfaltii barnootaa, uffataa fi nyaataa, fi kkf niitiif baasta.
- Harma haadhaa qofa hanga ji'a 6'tti hoosisuun, faay'idaa ulfaa'uu gargar faffageessuu, kunis haadhaafis ta'e daa'imaaf bu'a qabeessa ta'e ni qabaata.
- Harma haadhaa qofa hanga ji'a 6'tti hoosisuun ulfaa'uu ittisuun kan danda'amu yoo wantootni armaan gadii guutan qofa dha:
 - Haati daa'imashee aannan harmaa qofa hoosiftii/soorachiifti.
 - Xuriin/laguun haadhaa deebi'ee kan hin dhufne yoo ta'ee.
 - Daa'imni umurii ji'a 6 gadi yoo ta'e.
- Tooftaan karoora maatii kunis; tooftaa karoora maatii harma hoosisuun xuriin/laguun akka hin dhufne gochuun uumamu ykn 'LAM' jedhama.
 - L = lactational (harma hoosisuun)
 - A = no menses (xuriin hin mul'atuu laguun)
 - M = method of family planning (tooftaa karoora maatii)
- Yoo wantotni sadeen armaan olii hin raawwanne, haati lammaffaa ulfaa'uurraa dhabuurraa baraaramuu hin dandeessu.
- Dhaabbilee fayyaa ykn kilinika dhihoo jiru deemuun, gorsa waayee gosa karoora maatii ammayyaa jiran, akkasumas, yoomiif akkamitti fudhachuun akka danda'amurratti fudhachuun barbaachisaa dha.

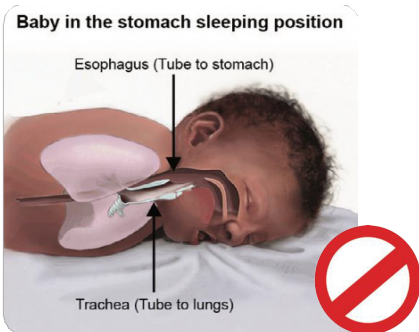


Kaardi C4

hala bo'ichaafi rafaatii

Qorachuu fi Xiinxaluu

Marsaa/bifa booyichaa fi rafaatii



Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

Yoo haati, booyicha daa'imaan wal-qabatee hedduu/komii kaafte; KAARDII A6 'Garmalee boohuu' jedhu ilaali.

Boohichi:

- Boohuun uumama ta'uusaa fi kun karaa daa'imni ittiin of-ibsu ta'uusaa
- Daa'imni tokko tokko daa'imoota biroorra caalaa ni boohuu, yoo waanti ta'e hin jiru ta'elle. Daa'ima ji'a 2 guutee, guyyaatti daqiiqaa 30 hanga sa'a 5-6'tti boohuu ni danda'a.
- Takka takka sa'a laaqanaa otoo hin gahiin ykn yeroo galgala'uuf jedhu boo'uu, kunis umurii ji'a 6-8 yeroo guutan dabala.
- Yeroo booda dhiisaa ni adeemu.

Daa'ima boohuu callisiisuu:

- Daa'imni akka harma hodhu gochuu.
- Daa'ima harga fuulduraan ol-baachuu.
- Daa'ima garaarii, ol-baachuu.
- Daa'ima lapheerratti qabachuu.
- Uffata irraa baasuun sirriitti laaffisanii susukkuumuu.
- Booyicha dhaabsisuuf harkakee walittii hin rurrukutiin.

Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

Yaadachiisa: Daa'imni tokko tokko hedduu boohuu, kanaafuu, caalmaatti baachuu fi kunuunsuun barbaachisaa dha. Daa'ima hawaasa, haati isa/ishee lafa kaa'uu biraa deemuu jaallattu ykn siree/ciisicha biraarra ciibsisturra, daa'ima hawaasa haati daa'imashee baattu/qabattu keessatti guddatetu hedduu hin bochuu/ bo'uu.

Rafuu:

- Daa'imni hunduu bifa garaagaraan rafuu.
- Daa'ima ofitti siqsiisuun kutaa tokko keessa kaa'l (Ji'a 6'n jalqabaatiif).
- Daa'imni yeroo muraasaaf boqonnaa fudhachuufis (nap) ta'e galgala dugdaan ciisuu qaba, fuuldura ykn cinaachaan cibsisuun sirrii miti.
- Kutaa ciisiicha mijataa ta'e keessa ciisuu qaba, iddoo gaarii, daa'imni yeroo ciisutti nama hin galchine, birdilibsii, tiraasiirraa fageessanii ciibsii. Maataan daa'ima haguugamuu hin qabu.
- Galgalaas haata'uu guyyaas aara daa'imarraa butaa.

- Yeroo hedduu sooratutti kaasuun irreesaa waliif gadi sochoosuuf isa gargaaru akka jabeeffatuuf gargaara.

Yaadachiisa: Daa'ima dugdaan ciisanirra, daa'imni hedduun yeroo garaadhaan ykn cinaan ciisan battalatti ni du'u. Harma hoosisuun du'aatii daa'ima tasa uumamuu danda'uurraani baraara. Rafiitii nageenyaa (fayyummaa qabuutiif) odeeffannoo dabalataa: <https://www.basionline.org.uk/>

- Daa'imni boohuu jechuun dirqama aannan harmashee keessaa hin jiru jechuu akka hin taane (KAARDII A5 'Aannan Harmaa Gahaa Miti' jedhu ilaali, akkasumas, soorata nam-tolchee ykn nyaata biroo ykn dawaa kennuufiin rakkinicha furuu akka hin dandeenye mirkaneessiif.
- Daa'ima ofitti siqsiisuu, haala gaariin akka socho'u goochuu fi sirriitti garaarra of-ciibsuun qabachuun daa'imichaaf akka mijatuu ibsiif. Haala akkamiin daa'ima boo'uu baachuun akka qabdu gochaan itti agarsiisi.

Kitaabilee wabii:

<https://www.nhs.uk/conditions/baby/caring-for-a-newborn/soothing-a-crying-baby/>

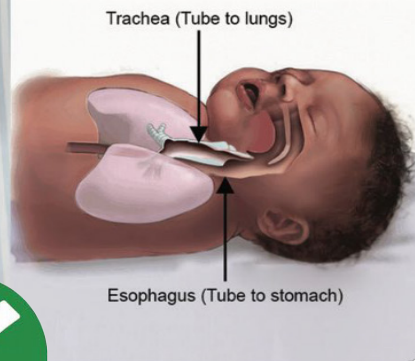
<https://www.aap.org/en-us/advocacy-and-policy/aap-health-initiatives/practicing-safety/Pages/Coping-with-Crying.aspx> <https://iconcope.org/about-icon/>

<https://www.unicef.org.uk/babyfriendly/baby-friendly-resources/sleep-and-night-time-resources/co-sleeping-and-sids/>

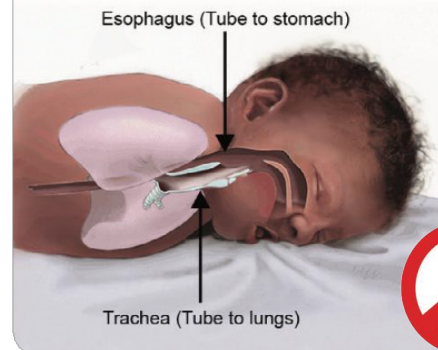
<https://www.lullabytrust.org.uk/wp-content/uploads/Safer-sleep-for-babies-a-guide-for-parents-web.pdf>

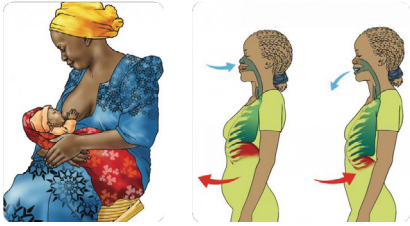


Baby in the back sleeping position



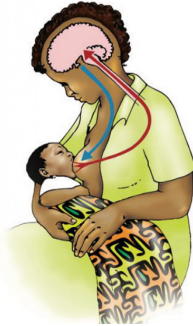
Baby in the stomach sleeping position





Kannen balaqee yaa'isa aannanii mijjesu:

- Jaalala daa'maa yaaduu
- Sagalee daa'ima
- Daa'imam Ijaan hargu
- Harkaan tuquu
- Ofitti amaanummaa qabaachuu



Kannen balaqee yaa'isa aannanii gufuu ta'an:

- Yaadoo
- Ciima'uu
- Dhukkubii
- Shakii

Qorachuu fi Xiinxaluu

Dhiphachuu, dadhabii qaamaa, fi miira yaaddoo kessa ta'uun, milkaa'ina harma hosisuu dhibessuu danda'a.

Tajaajila Gorsaa fi Gocha Gargaarsaa

Qabxiilee mariitiif, KAARDII "Dandeettii Tajaajila Gorsaa fi Koominikeeshinii" ilaali..

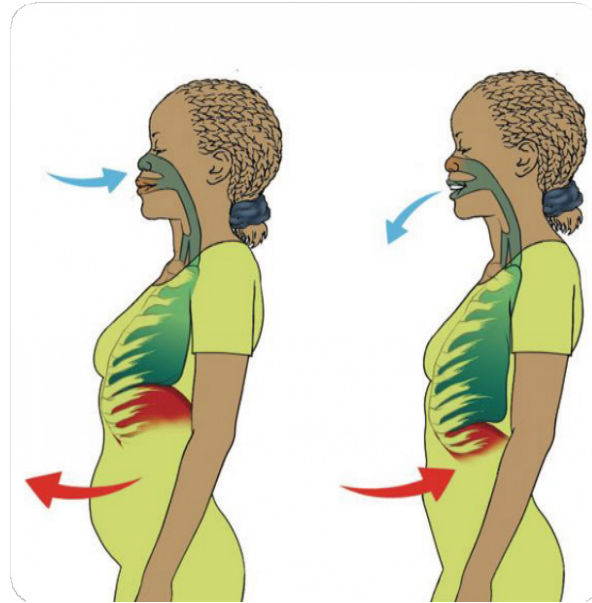
- Tooftaaleen diriirfanna qaamaa yaa'insa aannanii sirreesuun harma hoosiisuun akka milkaa'uuf itti fufiinsa qabu gargaara. Diriirfannan qaamaa hanguma dabaaluun, yaa'insi aannanii si'ooma..
- Tooftaalee diriirfannaa qaamaa gosa adda addaatu jira. Haadholii faana qorachuun, mari'achuun toofta dursu filadhaa.

Yaaddoo dhiisuu: Tooftaan filatamu, haala kan akka: 1) si'eesuu irra dedeebii qabu (fkn. Jecha, sagalee ykn. hargansuu), 2) irree didiriire, fi 3) naano callistuu qabachuun barbachisaadha.

Hafuura gadi fageenyaan galfachuu

Yaadachiisa: Uumamaan, yeroo qaamni kenya bashannane afuura dheeraa fi gadi fagoon nifudhatama. Ta'us garuu yeroo Hal-deebii Citii-ykn-barisaa, afuura galfannan namaa saffisaa fi irra keessa ni ta'a. Hafuura gadi fageesaa galfachuun, gara sammuu dhaamsa erguu; qaama qabaneesun haala kana dubatti deebisa.. Shaakala Hafuura gadi fageenyaan galfachuu hojjachuun, fulduratti qaamni kenya akka ga'uumsaan deebii kenu taasisa.

- Suuta jedhitii gadi fageenyaan afuura galfadhu.
- Turtiin afuura galfachuu yoo xiqaatte sekondii 5 akka dheeratu mirkaneefadhu (Samuu kessatti lakaawadhu)
- Soombi kee akka afuuran guutame miiran hubadhu.
- Turtii sekondii 5-10 dheeratuuf afuura kee qabadhu (Ammas Samuu kessatti lakaawadhu)
- Miira sitti hin tolle keesa galuu hinbarbaadu, haata'u malee turtii afuura qabanaa lafoo irra dheerefadhu
- Suuta jedhiitii turtii sekondii 5 to 10 dheeratuuf afuura baafadhu. (Ammas Samuu kessatti lakaawadhu!).
- Laastikii dhugaatii (straw) fayyadamuun ykn. fakeessuun afuura baafadhu.
- Gochoota harmaan olii, hanga miiri tasgabii sitti dhagayamutti irra deebin hojadhu.

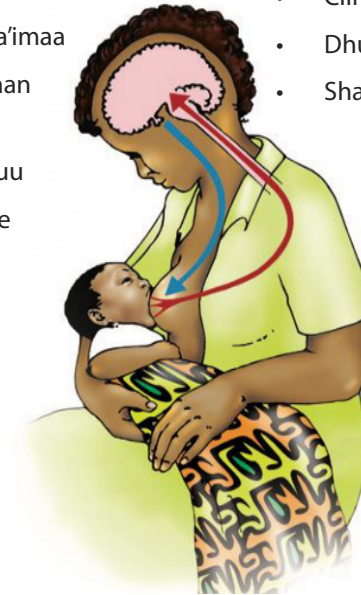


Kannen balaqee yaa'isa aannanii mijjesu:

- Jaalala daa'maa yaaduu
- Sagalee daa'ima
- Daa'imam Ijaan hargu
- Harkaan tuquu
- Ofitti amanue

Kannen balaqee yaa'isa aannanii gufuu ta'an:

- Yaadoo
- Ciima'uu
- Dhukkubii
- Shakii



Qoradhu/ Xinxalli

Dhiphachuu, dadhabii qaamaa, fi miira cinqii keessa ta'uun milkaa'ina harma hosisuu dhiibbeesuu danda'a.



Gorsaa fi Gochaan Gargaaruu

- Tooftaaleen diriirfanna qaamaa yaa'insa aannanii si'eesun harma hoosiisuun akka milkaa'uuf itti fufinsa qabu gargaara. Diriirfannan qaamaa haguma dabaluu, yaa'insi aannanii si'ooma.
- Tooftaalee diriirfannaa qaamaa gosa adda addaatu jira. Haadholii faana qorachuun, mari'achuun toofta dursu filadhaa.
- Fakeenyota tooftaalee diriirfannaa qaamaa keesaa: Sochii afuura baafachuu kannas sagalee waraabuudhan, muuziiqaa dhageefachuun, sukuumuu fi kk.

Yaadachiisa: Tooftaan filatamu, haala kan akka: 1) si'eesuu irra dedeebii qabu (fkn. Jecha, sagalee ykn. hargansuu), 2) irree didiriire, fi 3) naanoo callistuu qabachuun barbachisaadha.

Tooftaa ofi hamattanii sukuumuu

- Hadholii/ kunuuunsituu (akka dhaabattan ykn kursii irra akka taa'an gaafadhu). Faana miilla lachanuu lafa tuquu issaanii mirkaneefadhu.
- Milla sigigsi (faana millaa ottoo lafa hin galakkisiin keessaa- hala sigigisi). Lafti irra ijjattan cirracha/ dachee hoo'aa, laafaa nammatti tolu akka ta'e akka yaadan gaafadhu.
- Itti aannee harka isaanii lamaan walqaxaamursanii; gateettii irraa eegale hanga ciqileeti, ciqilee irraa hanga gudduunfaa harkaatti qalbiidhan akka sukkuman/ cucunfan dhaamsa dabarsiif. Achiiniis gudduunfaa harkaattii hanga irree fi gateettii irraa olee sukkuumuu itti hafufan.

Gorsaa fi Gochaan Gargaaruu

Itti aannee harka duubatti maruun dugdaa fi fixee/qara gateettii akka tuqan itti dhaammi. Yeroo kanas turtii daqiiqaa tokkootiif qalbiidhan akka ofi yaasukkumanii akka harka issaanii gadilakkisan ibsiif.

Tooftaa Sukkumii Dugdaa (Massage) (Miiltoo Waliin)

Hadhooliin teessoo irra taa’anii; minjaala ciqilfachuun qaama issannii diriirsanii akka akka qubattan ibsiif.

Dugdaafii harmi qullaa ta’uun barbaachiisaa akka ta’e ibsa kenniif..

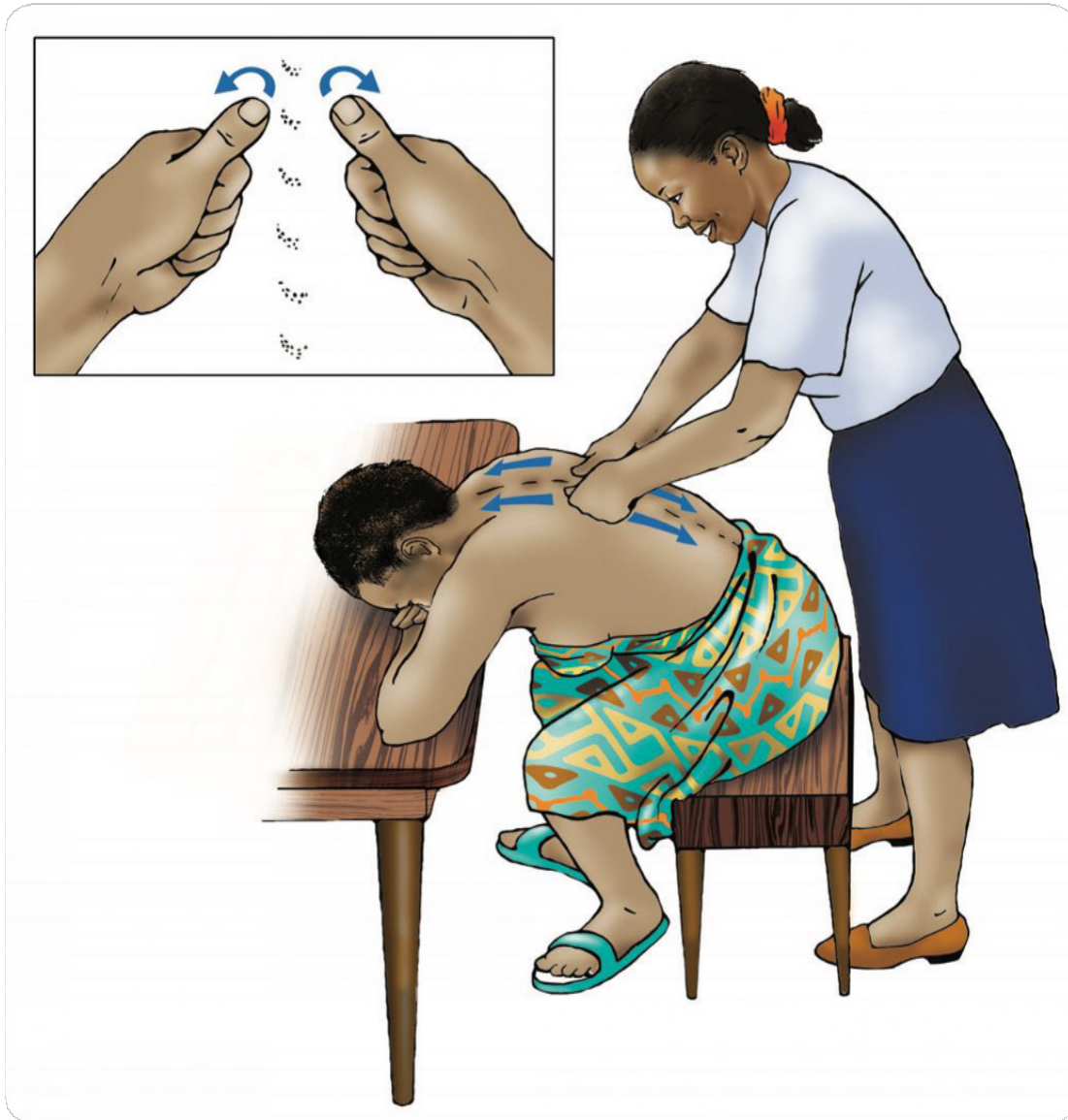
Fageenyi teesoo fi minjaalaa akka harmi issaanii billisaan rarra’uuf hayyamuuf nifilatama..

Morma irraa eegaluun, hanga fixee lafee gateetti, qubba guddaa fayyadamuun, sochii giingoo xixiqooo gochuun qalbiidhan sukkuumiif..

Miira itti dhagayame gaafadhu.

Yadachiisa: Tooftaa sukkuummaa dugdaa, akkaataa itti gageefamu hagarisiisi Sagantaa gorsi haadholee gageefamu). Tooftaa kanas akka mana issaaniitti shaakalan dhaamsa dabarsiif.

Tooftaalee diriirsuu qaamaa dabalataatiif toora interneetii : https://www.youtube.com/watch?v=u7ehmsAD_mw



Kaardi C7

Umrii Ji'a 6 Irratti Nyaata Dabalataa Eegaluu



Qoradhu/ Xinxalli

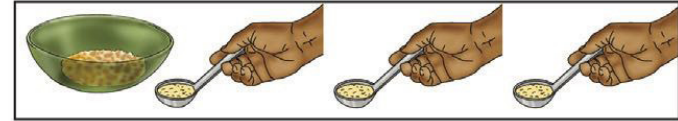
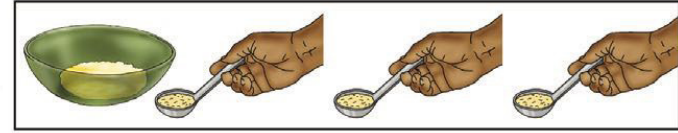
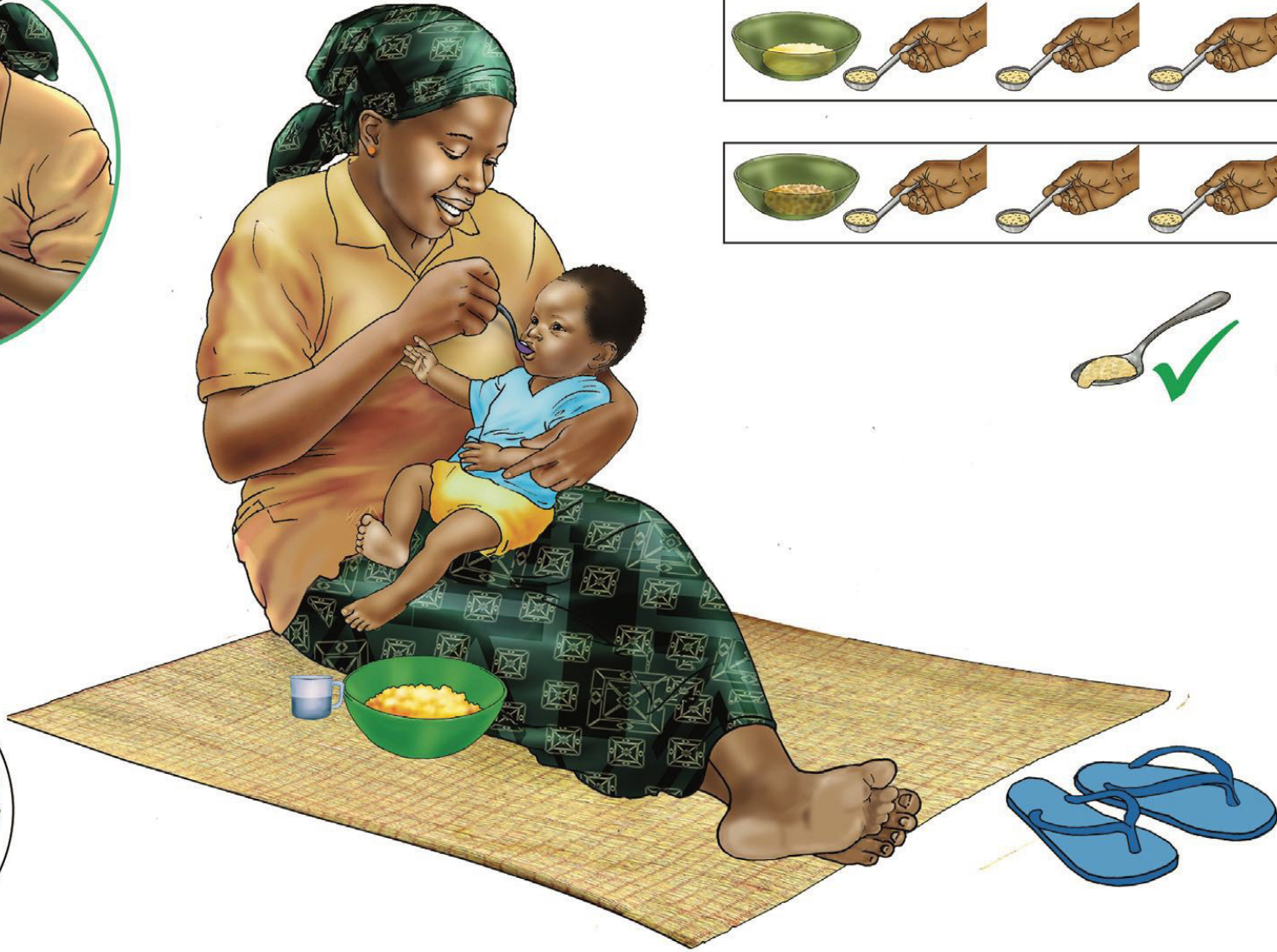
Haadholeen daa'imni isaanii yeroo umrii ji'a jaha guutu nyaata dabalataa jalqabsiisuuf karooraa qabuu?

Gorsaa fi Gochaan Gargaaruu

- Daa'mman ji'a jaha guutan harma hoosisuu irratti nyaata dabalataa sooruu jalqabamuufii qaba.
- Harmi haadhaa, ji'a jaha boodas madda nyaata daa'ima ta'ee tajaajil.
- Fedhii daa'ima irratti hunda'uun ji'a jaha boodas harma hoosisuu itti fufuun barbaachisaadha
- Yeroo hunda nyaata sooruu dursa harma hoosisuun ni gorfama.
- Waa'ee nyaata dabalataa ilaalchisee dhimooni xiyeefanoo barbaadan: Si'a meeqa nyaatuu qabu, Ammamtaa (baay'ina), furdina qabiyyeenyaataa, qulqullumina fii haala nyaachisuu
 - **Si'a meeqa nyaachuu qaban:** Daa'iimman guyyatti nyaata dabalataa yeroo 2 nyaachuu qabu
 - **Ammamtaa:** Falddhaana shorbaa 2 hanga 3 nyaachisuu
 - **Furdina Nyaataa:** Nyaatini dabalataa hanga harkaan sooratuun danda'amuti furdachuu qaba
 - **Qabiyyee Nyaataa:** Jalqabaaf nyaata naanootti beekkaman , fakkenyaaf Marqaa (boqqooloo, qamadii, ruuzii, mishingaa, dinnichaa, boobee) irraa tolfame, Muuza daakkame, ykn. Dinnichaa daakkame
 - **Haala Nyaachisuu (Fedhidhaan Nyachisuu/Dirqiin Nyaachisuu):**
 - Daa'imman nyaata harawaa (harmaan ala ta'an) baruuf yeroo barbaadu ta'a
 - Daa'imman sirriitti akka nyaatan obsaan jajjabeessuun barbaachisaadha

Gorsaa fi Gochaan Gargaaruu

- Daa'imman dirqiin akka nyaatan gochuu hinqabnu
- Daa'imman sirriitti akka nyaatan mirkaneefachuuf saahinii addaa fayyadamaa
- **Qulqullumina:** Adeemsa nyaata qopheesu fi nyachisuu keessatti qulqulumina eegun dhukubboota akka garaa kaasaa fii kan biroo irraa daa'ima keenya ittisuuf fayyada.
- Daa'imman faldhaa fi kubbaayaa qulquluu ta'een sooramuu qabu.
- Nyaata qulqulluminaan kaa'uu; iddoo qabanaawaa fi gogaa ta'etti kuusu .
- Nyaata qopheesuu dura harka saamunaa fi bishaaniin sirritti dhiqachuu.
- Nyaata nyaachisuu dura harka kenya fi daa'ima sirritti dhiquu
- Mana fincaanii fayyadamuu booda, oduu daa'ima keenya dhiquu booda harka saamunaa fi bishaaniin sirritti dhiqachuun barbaachisaadha.



Kaardi C8

Daa'imman Biqiltuu Umrii Ijjoolummaa Kunuunsanii Guddisuu: Yaada Gorfamu

Tajaajila gorsaa fii Counselling and Support Actions

Jireenya torbee jalqabaa (Dhalootaa haga torbee tokkoo)

Tapha: Tooftaa taphaa ijaan arguu, guraan dhagawuu, miilaf harka bilisaaan sochoosuu, harkaan tuquu dandeesisu fayadamuun taphachisna. Fakeenyaaf: Qalbiidhan qaama daa'immanii tutuquu , gogaa isaanii sukuumun nugargaara .

Wallin Hasawuu: Daa'imman ija keesa ilaalaa itti haasawa; keessatuu yeroo harma hodhan mijataadha. Guyyaa dhalootaatii eegalee daa'imman fuula kessan ni'ilaalu akkasumas sagalee keessan nidhagawu.

Umrii Torbee 1 hanga ji'a 6

Tapha: Tooftaa taphaa ijaan arguu, guraan dhagawuu, miila sochoosuu, harkaan tuquu dandeesisu fayadamuun taphachisna. Fakeenyaaf: Ashaanguliitii ykn meshaalee haalluu adda addaa qaban ija dura qabuuf suuta sochoosuun daa'imman akka arganiif harkaan qabachuu akka yaalan gochuu. Ashaangulitii sagalee qabaniif sochii kirkiruu (vibration) uuman fayyadamuu nidanda'ama.

Waliin haasawuu: Daa'ima kee faana seeqi/ kolfi. Itti dubadhu. Sagalee fii sochii qaama issaanii fakkeessuun itti dubadhu..



Madda oddeefannoole: WHO, UNICEF. Counsel the family on Care for Child Development Counselling Cards https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/75149/9789241548403_eng_Counselling_cards.pdf?sequence=14&isAllowed=y

Umurii Dhalootaa
hanga torbee 1

Umurii Torbee 1
- ji'a 6

Umurii Ji'a 6 -9

Umurii Ji'a 9-12

Umurii Ji'a 12 -
wagaa 2

Umurii Wagaa 2fii
isaa oli

Daa'imman kee guyyaa
dhalatan barachuu eegalu



Tapha: Daa'imman karaa
ittin si argu, dhagawu,
milla/harka sosochoosuu
fi xuxxuqu mijessiif. Fkn.
Tutuquu, hammachuu



Wallin Hasawuu:
Daa'imman kee guyyaa
dhalootaatii eegalee
fuula kessan ni'ilaalu,
sagalee keessan
nidhagawu. Kanaafuu ija
keesa ilaalaa itti
haasawa



Tapha: Karaalee waa itti
argan, dhaga'an, miilla
sochoosan fi harkaan
tuqan mijeessiif. Fkn.;
Meeshaalee haalluu
qaban, sagalee baasan fi
kirkiran fayyadami



Wallin Hasawuu:
Daa'ima kee waliin
seeqi/kolfi. Itti dubadhu.
Sagalee/sochii qaamaa
akkeessaa dubadhu.



Tapha: Daa'imakeetti
meshaalee manaa
qulqulluu fi miidha hin
qaqaabsiifne akka
qabatee, kuffisee kaasee
ittiin xabatuuf kenniif.
FKN: Fal'aana.



Wallin Hasawuu:
Sagalee fi fedhii daa'ima
keetiif deebii kenniif.
Maqaan waamuun
deebiisaanii caqasi.
Itti dubadhu. Sagaleef
dhaabbii da'imakee
akkeessi dubadhu



Tapha: Meeshaalee
daa'imman kee hedduu
filatan jalaa dhoksuun
akka barbaadaniif
argatan godhi. Argee-
argee xabachuu.



Wallin Hasawuu:
Daa'imakeetti maqaa
namootaa fi waantota
garaagaraa itti himi,
harkaan akkamiin
odeeffannoo dabarsu itti
agarsiisu. FKN; Nagaa
gaafachuu, ashaangulitii
fuulaa



Tapha: Meeshaalee waa
ciniinaniif qaban ykn wal-
keessa gaggalanii bahuu
danda'aniin akka
xabataniif itti kenni. FKN:
Qabduu huccuu



Wallin Hasawuu:
Daa'imakee gaaffilee
salphaa gaafadhu.
Deebisuuf carraaqii
taasisuuf hubadhuuf,
Waantota uumamaa,
suuraalee fi kkf itti
aqrsiisii/himi.



Tapha: Daa'imman kee
akka waa lakkaa'uu,
maqaa dhahuu fi wal-
madaalchisuu danda'aniif
gargaari. FKN: Fakkiwwan
halluu fi boca garaagaraa
qaban akaakuudhaan adda
baasaniif akka kaa'an,
maxxansan.



Wallin Hasawuu:
Daa'imni kee akka haasa'an
jajjabeessi, gaaffisaaniitiif
deebii kenni. Seenaa,
sirboota, taphoota barsiisi.
Waa'ee suuraalee fi
kitaabolii itti himi. FKN;
Kitaaba suuraalee qabu.

• Daa'ima keetiif jaalala keniif. Jaalala kee itti agarsiisi

• Fedhii daa'ima keettii baruun deebii kenniif.

• Caraaqii daa'immini kee waan haaraa barachuuf goodhan jajabeesi

Kaardi C9

Daa'imman Biqiltuu Umrii Ijjoolummaa Kunuunsanii Guddisuu: Gorsa

Qajeelfama Gorsaa: Kardiin knuunsituuti agarsiiftu hinjiru. Tapha kunuunsituuf daa'imman gidduu jiru mijeesuuf qajeelfama harmaan gadii caqasi

Haadhoolii harma hin hosiifnee:

- Daa'ima ofitti siqisanii hammachuun, ija keessa ilaala, itti dubbachaa / farfachaa akka harma hoosissan itti himaa.

Kunuunsitoota gocha taphaa fi haasawa daa'ima hin beekneef:

- Dhaloota irraa eegalee daa'imman akka taphataniif haasawan kunuunsitoota yaadachiisi.
- Daa'imman gochootaa deebii kennani itti agarsiisi

Kunuunsiitooni daa'ima taphachiisuun ,itti haasawuun dhimma uulfaataa ta'ee itti dhagayama:

- Miira Kunuunsitoota qalbiidhan dhageefadhu. Nama rakoo isaanii furuu danda'u addaan bafachuu irratti gargaari.
- Gochoota salphaa ta'an akkatti gageefamani itti agarsiisun ofitti amanuumaa issanii ijaariif.
- Qaama Tajjaajila kunuunisaa kennanitti eergi. Yoo barbachisaa ta,e fi tajjajili akkasii yoo argame.

Kunuunsiitooni daa'ima taphachiisuuf / itti dubbachuuf yeroo akka hin qabaane yoo yaadan:

- Taphaa fi dubii kunuunsoota birra faana dabalataan akka waliin qindeesan gorsi.
- Miseensa maatii daa'ima kunuunsuun ykn hojji gargaruun akka deegaran gaafadhu.



Kunuunsiitooni meeshaa taphaa daa'ima hin qabine akkasitti gorsi:

- Meeshaalee manaa qulquluu fi midhaa hin qabne fayyadami
- Ashaangulitii salphaa tolchiif.
- Daa'ima waliin taphadhu. Daa'imman namoota waliin taphachuu ni baratu.

Daa'imman deebii hin kennine:

- Matiiwwan taphaa fi gochoota dabalataa akka gageesan jajjabeesi
- Daa'imni akka arganii fi dhagayaan mirkaneesi
- Daa'imman gara tajjajila addaatti eergi.
- Maattiiwwan daa'ima akka sochii fi tutuqiidhaan waliin taphataniif dubbattan jajjabeesi

Haati/ abban daa'ima yeroo murtaa;eef nama birraatti dhiisanii deemani:

- Nama daa'ima kunuunso tokko adda baasuun akka dhaabataan daa'ima jaala kenaafii kunuunsan mijjessiif.
- Turtii nama haraa faana godhamu tartiiban akka ta'u gorsi.
- Yeroo danda'ameetti haatiif abaan akka daa'ima waliin turtii qaban jajjabeesi

Daa'imni haala badaadhan qabame fakkatu:

- Karaa fooya'aa daa'imni ittin qabamu irratti gorsi:
- Ammala daa'ima garii akka jajjabeefamu.
- Miira daa'ima kabajuu. Daa'imni maaliif akka haarii keessa galee / gadde hubbachuu
- Daa'imaaf waan tokko Dhiisi jechuu irra filanoo dhiyeesuu".



Madda Odeefannoo: WHO, UNICEF. Counsel the family on Care for Child Development Counselling Cards https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/75149/9789241548403_eng_Counselling_cards.pdf?sequence=14&isAllowed=y

Wabiilee:

WHO's Nurturing care for early childhood development: Linking survive and thrive to transform health and human potential, https://www.who.int/maternal_child_adolescent/child/nurturing-care-framework/en/

Nurturing care framework toolkit: <https://nurturing-care.org/nurturing-care-framework-toolkit/>

Nurturing care handbook: <https://nurturing-care.org/handbook/>

Counselling cards: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/75149/9789241548403_eng_Counselling_cards.pdf?sequence=14&isAllowed=y

Nurturing care handbook, scale up and innovate: <https://nurturing-care.org/nurturing-care-handbook-scale-up-and-innovate/>

Nurturing care handbook, monitor progress: <https://nurturing-care.org/nurturing-care-handbook-monitor-progress/>

Kaardi C10

Daa'imman Biqiltuu Umrii Ijjoolummaa Kunuunsanii Guddisuu: Cheek liistii

Qajeelfama Gorsaa: Raawwiilee galmeessuuf (maxxansuuf) fayyada. Kutaa "Daa'imman hunda" fi "Daa'imman umurii ji'a 6 gadi" xiyyefanoo addaa keniif

Guyyaa ___/___/_____

Maqaa nama foormii guute: _____

Maqaa daa'ima:		Guyyaa Dhalootaa: ___/___/_____	Saala (Dhi / Du)
Maqaa Kunuunsituu:		Firoomina: Haadha/ Abbaa / Kan biraa: _____	
Teesoo, Hawaasa:			

1. Gochoota Guddina Daa'immanii gargaaran adda baasuun kunuunsituudhaf gorsa keniif:

		Kunuunsiitoota Galateefadhu yoo Kunuunsiitooni:	Kunuunsiitoota gorsuun rakkoo jiruuf furmaata keni. yoo Kunuunsiitooni:
Daa'imman hunda	Kunuuns-aan/iituun sochii qaama daa'ima ni hubattuu	Daa'ima faana sochii fakkaataa gochuun. Itti dubatan, sagalee baasan	Daa'ima faana sochii fakkaataa gochuun baatan ykn qalbiidhan hin to'ane. Kunuunsiitooni akka sochii qaama daa'ima fakeesuun duukaa bu'an gaafadhu.
	Kunuunsiitooni akkamitti daa'immaf jaalala kenu?	Ija kessa ilaala itti dubatan. Qalbidhan qaama daa'ima tuqan ykn ofitti dhiyeesanii hammatan	Daa'ima akka itti tolu gochuu hin dandeenye/ daa'imni ija kunuunsiitootaa keessa hin ilaalu: Kunuunsiitooni akka ija daa'ima kessa ilalaa, suuta itti dubachaa hamattan gorsa keniif
	Kunuunsiitoonni akkamitti daa'imman sireesu?	Gochoota hin barbaadamne, ashaangulitiidhaan ykn wanta biraatiin dhaabsissan.	Daa'ima arabsu: Meshaa taphaa biraa kennuun toofta taphaa biraatiin daa'ima gochoota hin barbaadamine irraa dhabuu gargaari..
Gaafadhu/ Dhageefadhu		Kunuunsiitoota Galateefadhu yoo Kunuunsiitooni:	Kunuunsiitoota gorsuun rakkoo jiruuf furmaata keni. yoo Kunuunsiitooni:
Daa'imman umurii ji'a 6 gadii	Daa'ima kee akkamitti taphachiifta?	Harkaa fi milla daa'ima yoo sochoosan. Ashangulitiidhan yoo qaldii daa'ima fudhatan	Daa'ima faana hin taphatan: Tooftaale daa'ima arguuf, dhaga'uuf tuquuf, socho'uuf, gargaaran, gita umurii madaaluun waliin mari'adhaa.
	Daa'ima akkamitti dubbata?	Ija daa'ima keessa ilaalaa suuta itti dubbatu.	Daa'imati hin dubbatan: kunuunsiitoni ija kessa ilaala akka dubbatan gaafadhu
	Daa'ima kee akkamitti seeqisfita/ kofalchiista?	Seeqii daa'ima argachuuf sagaleef sochii qaama daa'imaatiif deebii kennu	Soba seequ ykn daa'ima deebii hin kennan:: Kunuunsiitoni dhaabii sireesun, sagalee tasgabiin, sochiif sagalee daa'ima akkesuun akka dubbatan gaafadhu.

Daa'imman umurii jja 6 fin jahaa oliii	Daa'ima kee waliin akkamitti taphatta?	Taphoota jechaa/ Ashaanguliitii umurii daa'ima madaaluun taphachiisu.	Daa'ima waliin hin taphatan: haala umurii daa'ima madaaluun akka itti dubataniif waliin haasawan gorsi
	Daa'ima keetti akkamitti dubbata?	Ija daa'ima keesa ilaalaa, suuta itti dubachaa, gaafilee gaafatuu?	Daa'imati hin dubbatan/ haala badaan iitti dubbatu: Gocha kunnunsitootni fi daa'imman waliin gageesan keniiif. Akkaataa yaada fi gochoota daa'ima itti hiikkamu ibsuun gargaari.. Deebii daa'ima ilaali, seeqiif.
	Daa'ima kee akkamitti seqisifta?	Daa'ima ni seeqisisu/kofalchiisu.	
	Daa'imni kee akkamitti barata jettee yaada?	Daa'imi sirritti akka barachaa jiran raga bawu	Daa'imnikoo barachuudhaf dadhabaadha: Gochoota adda addaa akka daa'ima waliin gageesan jajjabeesi., Dhageetiif agartii daa'ima mirkaneesi

2. Torbee tokko keessatti ilaaluuf beelama kenniif, (guyyaa filatame itti marsi): Wiixata KibxatA Roobii Kamiisa Jimaata Sanbatoota

Madda oddefanoo WHO, UNICEF. Counsel the family on Care for Child Development Counselling Cards https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/75149/9789241548403_eng_Counselling_cards.pdf?sequence=14&isAllowed=y



Paakeejii Kunuunsa Karaa Adeemsa MAMI kan To'atuu fi kan Qopheesse, Dhaabbata Gargaaraa Hooggansa Neetworkii biyyoolessaa MAMI kan ta'e ENN Jedhamu dha. The MAMI Care Pathway Package development is managed and produced by the ENN as co-lead of the MAMI Global Network.

www.enonline.net/ourwork/research/mami

ENN, 2nd Floor, Marlborough House, 69 High Street, Kidlington, Oxfordshire, UK, OX5 2DN

www.enonline.net Contact: mami@enonline.net

