

Hordhaca Fasiraha Qiimaynta Daryeelka Shakhsiyeed

Macluumaadka Fasirahan wuxuu kaa caawinayaa fahamka qiimaynta daryeelkaaga shakhsiyeed. Qayb kastaa waxay bixinaynaysaa macluumaad qayb kale oo qiimaynta ah. Riix xidhiidhada hoose si aad u hesho qayb kasta.

Jadwalka Tasmada
Fasiraha Qiimeynta Daryeelka Qof ahaaneed

Hordhaca Fasiraha Qiimaynta Daryeelka Shakhsiyeed	1
Hawlaha Nolol Maalmeedka	3
Qodobada Dhibcaynta.....	3
Sharaxaadaha Waxqabadyada Nolol Maalmeedka (ADLs)	5
Waxtar ahaan Hawlaha Nolol Maalmeedka	7
Xaaladda iyo Habdhaqanada.....	8
Macluumaadka Guud ee Mutaysiga Kooxda Xaaladda iyo Habdhaqanada	9
Ugu Qalmidda Hab #1	10
Mood and Behavior Key #1	11
Ugu Qalmidda Hab #2.....	13
Fasiraha Xaaladda iyo Habdhaqanka #2	19
Dhibcaha Gudashada Garaadka	25
Cakirnaanta Caafimaad	27
Daryeelka Gaarka ah	32
Ugu Qalmidda Hab #1	32
Ugu Qalmidda Hab #2.....	34
Taageerada Aan Caadiga Ahayn.....	36
Dharmaydhka Debadda, Tukaamaysi, ama Kul Xaabada	49

Hawlaha Nolol Maalmeedka

Hawlaha Nolol Maalmeedka (ADLs) waa hawlo aasaasiya sida dhar gashiga, soc socodka, iyo cunista. Sideen dhibco u siin karnaa caawimada aad ku heshay ADLs waxay ka ciyaartaa qayb wayn saacadahaaga guriga haddaad ku nooshahay gurigaaga ama saamiga maalinlaha haddaad ku nooshahay Adult Family Home, Assisted Living, ama Aasaaska Deegaaneed. Lambarka dhibicda (0-4) waxa la siiyey shaqadda Hawlaha Nolol Maalmeed (ADL) kasta (hoos fiiri)

Waxaanu marka hore kuu sheegi sida ADLs dhibcaha loo siiyo qiimayntaada. Intaas kadib, waxaanu sharxi ADL kasta.

Dhibco Siinta Hawlaha Nolol Maalmeedka (ADLs):

Qodobada Dhibcaynta

Dhibcahaagu waxay ku xidhan yihiin laba arrimood oo waawayn:

1. Nooca caawimo ee aad heshay 7dii cisho ee ka horreeyey qiimayntaada.
 - a) Kormeeris waxay ka dhigan tahay daryeelahaagu wuxuu ku caawiyey isagoon ku taaban.
 - b) Caawimada aan cuslaanta khusayn waxay ka dhigan tahay daryeelahaagu wuu ku taabtaa, laakiin kuma qaado ama kuma taageero.
 - c) Caawimada cuslaanta waxay ka dhigan tahay waxaad ku tiirsatay daryeelahaaga ama daryeelahaagu wuu ku qaaday ama taageeray jidhkaaga ama qayb jidhkaaga kamida.
2. Inta jeer ee aad heshay caawimadaa 7dii cisho ee ka horreeyey qiimayntaada.
 - a) Waxaanu kaliya tirinaa caawimada aad hesho ugu yaraan 3 jeer 7dii cisho ee ka horreeyey qiimayntaada.
 - b) Haddaad heshay caawimo 1 ama 2 jeer, ma tiriso.

Waxa dhici karta inaad heshay caawimo woxogaa, laakiin aan ahayn dhammaan, qaybo shaqadaada kamida.

- Tusaale, xidhashada kabaha iyo sharabaadadu waa qayb kamida labisashada. Waxaan eegnay caawimo intee leeg ayaad heshay shaqada oo dhan iyo kaalmo intee leeg ayaad heshay qaybo kamida shaqada.

Waxaanu eegnaa sida aad shaqooyinkaaga u qabsato:

- Isticmaalka qalabka (sida socod taageere, bokooraad ama gaadhi curyaan); iyo
- Kadib markuu daryeelahaagu kuu diyaariyey inaad shaqada qabato (sida wuxuu kuu keenay Socod sahlahaagii, cunto aad cunto, caday aad ilkaha ku cadayato).

Ku Tiirsanaanta Buuxda (waxa la siiyaa dhibicda 4):

Daryeelahaagu wuxuu kuu qabtay shaqadii oo dhan xilli kasta ood u baahatay shaqaduna waxay dhacday ugu yaraan 3 jeer 7dii cisho kahor qiimayntaada. Maad awoodayn inaad qabato qayb uun kamida shaqadan muddadii 7da cisho oo dhan kahor qiimayntaada.

Kaalmo Baaxad leh (ku dhibcaysan 3):

- Daryeelahaagu wuxuu si buuxda kuugu qabtay qayb kamida shaqada 3 ama kabadan 7 cisho ee ka horreeyey qiimayntaada; ama
- Daryeelahaagu wuxuu siiyey kaalmo culays korodh muddadii shaqada 3 ama kabadan xilligii 7 dii cisho ee ka horreeyey qiimayntaada.

Kaalmo Xaddidan (waxa la siiyaa dhibicda 2):

Daryeelahaagu wuxuu kaa caawiyey inaad dhammaystirto shaqada ama qayb shaqada kamida adna si firfircoon ayaad uga qaybqaadatay. Kaalmadu may ahayn miisaan kordhid (sida sare lagu sharxay). Daryeelahaagu wuxuu kuu caawiyey sidan 3 ama kabadan 7 maalmood ee ka horreeyey qiimayntaada.

Kaalmada Kormeerista (waxa la siiyaa dhibicda 1):

Daryeelahaagu wuxuu ku xasuusiyey, kula hadlay isagoo shaqada soo maraya ama qayb shaqada kamida, ama is ag taagay si uu ula socdo 3 ama kabadan 7dii cisho ee ka horreeyey qiimayntaada. Waxaad qabatay shaqada la'aanta kaalmo kaqaybqaadasho.

Madaxbannaan (waxa la siiyey dhibicda 0):

Daryeelahaagu kaama caawin shaqada ama waxaad heshay caawimo 1 ama 2 jeer 7 cisho ee u dambeeyey kahor qiimayntaada.

Waxqabad ma dhicin/Bixiye Ma Jiro (waxa la siiyaa 4) :

Shaqadu ma dhicin 7 cishoba kahor qiimayntaada waayo maad lahayn daryeele ku kaalmeeya.

Waxqabad ma dhicin/Macmiilku wuu diiday (waxa la siiyaa 4):

Shaqadu ma dhicin 7 cishoba kahor qiimayntaada waayo maad awoodayn inaad samayso xiitaa haddaad lahayd daryeele ku kaalmeeya (sida lugaynta, haddaad naafo tahay).

Waxqabad ma dhicin/Macmiilku wuu diiday (waxa la siiyaa 0)

Shaqadu ma dhicin 7 cishoba kahor qiimayntaada waayo waxaad dooratay inaanad aqbalin caawimo ama shaqada qabato.

Sharaxaadaha Waxqabadyada Nolol Maalmeedka (ADLs):

Waxaanu eegi sida aad ugu **dhaqaaqdo** saddex qaab oo kala duwan. Waxaanu isticmaali dhibicda ugu sarraysa saddexda. **Haddaad awooddo inaad lugayso marmarka qaar sidoo kalena isticmaasho gaadhi curyaal marmarka qaar, waxaanu fiirin inta caawimo aad u baahan tahay labadaba waxaananu isticmaali dhibicda sare.**

Lugeegudaha qolka: Waxay kaa caawinaysaa inaad oggolaato si aad u lugayso gurigaaga.

- Tani waxay ka dhigan tahay meelaha gudaha oo dhan haddaad ku nooshahay guriga ama Adult Family Home.
- Tani waxay ka dhigan tahay qolkaaga, marinka dhismayaasha dhex mara iyo meelo fadhiisad oo daboolan haddaad ku nooshahay dhisme wayn ida xarunta nolosha la kaalmeeyey.

Dhaqaaqa Qolka dhexdiisa: Waxay kaa caawinaysaa helisteedu inaad soc socoto gurigaaga haddaad isticmaasho gaadhi curyaan.

- Tani waxay ka dhigan tahay inta caawimo aad u heshay dhaqaajinta kursi curyaankaaga.

Dhaqaaqa Debadda Qolka: Waxay kaa caawinaysaa helisteedu inaad lugayso, ay kamid yihiin jaranjarooyinka, kaabadaha, ama dhul aan sinnayn iyo/ama aad dhaqaajiso kursi curyaankaaga, haddaad isticmaasho kursi curyaan.

- Tani waxay ka dhigan tahay debadda gurigaaga ama Adult Family Home, laakiin wali meesha ah. Waxa kujira kalaba noqodka daaradda ama dayrka, gudaha dayrka, ilaa sanduuqa boosta, si aad u aragto jaarka ku xiga, iwm.
- Haddaad ku nooshahay dhisme wayn, sida xarunta ku noolaansho oo la kaalmeeyo, tan macnaheedu waa meelo kafog qolkaga sida qolka cunta, xarunta hawlaha, iyo meelaha debadda ee dhaw sida dayrka iyo beerta.

Dhaqdhaqaaqa Sariirta: waxay kaa caawin inaad hesho inaad hore iyo dib uga socoto jifitaanka, dhinac isku rogto, jidhkaagana meel dhigto adoo sariirta ku jiifa, kursi jiif ama fanijar kale ku jira.

Beddel: Waxay kaa caawin inaad hesho:

- Fuul oo ka deg kursi, sariir, ama alaabta kale ee guriga;
- Istaag iyo/ama fadhiso;
- Fuul oo/ama ka deg kursi curyaankaaga.

Beddel kuma jiro imaanshaha iyo ka tagista xamuumka, imaanshahaiyo ka tagista suuliga ama fuulista iyo ka dagista gaadhiga. Kuwan waxa lagu daboola qubayska, suuliga, iyo gaadiid raacista.

Suuliga: Waxay kaa caawinaysaa aqbalaadda fuulista iyo kasoo degga suuliga, kursi musquleedka sariirta ag yaal, ama bedbanka, masixidda ama isnadiifintaada, beddelidda maro dhawrta ama nigisyada, iyo isku hagaajinta dhar xidhashada. Waxa sidoo kale kujira caawimo kuu saamaxaysa inaad suuliga tagto xiitaa adoon isticmaalin xamaam, ooy kujiraan caawimo kaateetar, kolostomi, boo, ama goob lagu kaadiyo.

Cunista: waxay kaa caawin inaad heshaa inaad wax cunto ood cabto. Tan macneheedu waa keenista cuntada ama sharaabka sixinka ama koobka afkaaga ama ku cunista siyaabo kale sida tuumbo ku quudinta.

Labbisasho: Waxay kaa caawinaysaa inaad hesho si aad u xidhato, iskugu xidho, iskaga siibto dhar oo dhan, ooy kamid yihiin xidhashada iyo siibista silisyda, addimaha macmalka ah, iyo sharabaadada giigga ah (TED).

Nadaafada qof ahaaneed: Helidiisu waxay kaa caawin daryeelka is qurxintaada iyo baahiyaha nadaafada qof ahaaneed, oo ay ku jiraan feedhida timahaaga, cadayidda ilkahaaga, daryeelka ilkaha macmalka ah, xiirashada, isticmaalka giriimada. Madhist/qalajinta wajigaaga iyo gacmahaaga, daryeelka ciddiyaha faraha iyo caawinta caadadaada (daryeelka caadada). Waxa ka mid ah ku maydhista timahaaga sinxiga guriga ama tukaanka qurxinta/rayslaha. Laakiin ka mid ma aha qubaysigu.

Isku gaynta dhibcahaaga ADL waa wadarta dhibcaha shaqooyinkan soo socda:

Nadaafada Qofka	Dhaqdhaqaaqa sariirta	Beddelada
Cunitaan	Isticmaalka Suuliga	Dhar-xidhasho

Dhibicda u sarraysa ee la siiyeyna laga soo bilaabo Socodka Qol, Dhaqaaqa Qolka, iyo Dhaqaaqa Debadda Qolka.

Maaraynta Qubayska iyo Daawayntu waa ADLs, laakiin kuma jiran dhibcahaaga ADL. Saacadahaaga guud waa la yareeyaa markaad ka hesho taageero aan toos ahayn mid ahaan ama labadaba.

Qubayska: waxay kaa caawin doontaa helisteedu inaad qaadato qubays jidhka oo dhana, qubays shuxa ama buush. Waxa sidoo kale kamida caawimo aad hesho si aad u gasho ugana baxdo saxanka.

Maamulka Daawaynta: Waxay kaa caawinaysaa inaad aqbasho si aad u qaadato daawaynta lagu qoray, daawooyinka la iska iibsado, fiiramiino, ama dheeraadyo dhir kasamaysan.

Waxtar ahaan Hawlaha Nolol Maalmeedka:

Waxtar ahaan Hawlaha Nolol Maalmeedka (IADLs) waa hawlo caadi ah oo laga qabto agagaarka guriga ama bulshada dhexdeeda. IADLs waxa kujira cunto diyaarin, shaqo guri, tukaamaysi, tagid ballamaha caafimaad. Xaabada ayaa kujirta sidoo kale haddii meeshaada kaliya ee aad kul ka heshaa tahay xaabo.

Diyaarinta cuntada waxa sidoo kale la dhahaa (**meal preparation**). Waxa kujira:

- Qorshynta cuntooyinka; iyo
- Waxyaabaha ku jira; iyo
- Karinta; iyo
- Diyaarin cunto iyo weel.

Waa inay ku jirtaa karinta ama cunto diyaarinta caadiga ah.

Shaqo guriga waxa kujira:

- Suxuun madhista;
- Dhastirka;
- Sameynta iyo beddalida sarriiraha;
- Faaruqin;
- Nadiifinta xamaamyada iyo qolalka kale;
- Soo daadinta khashinka;
- nidaamin; iyo
- Doobiile.

Tukaamaysiga waxa kamida cunto helidda, daawooyinka muhiimka ah iyo alaabaha kale ee guri. Sidoo kale waxa kamida ah tagista iyo ka imaanshaha tukaanka ooy la socoto gooni ugu dhigga alaabada.

Xamaalku wuxuu ku xaddidan yahay tagista iyo ka imaanshaha bixiyayaasha daryeelka caafimaadka. Waxa kujira gayntaada iyo kasoo qaadistaad ballamaha. Waxa sidoo kale kujira ku raacistaada ilaa ballamaha haddii daryeelahaaga lacagta qaataa aanu isticmaalin gaadhkiisa si uu kuu geeyo ballamahaaga.

Xaaladda iyo Habdhaqanada:

Jiritaanka Xaalado iyo Habdhaqano cayiman ooy la socdaan waxyaabo kale waxay saamayn karaan saacadahaaga ama saamigaaga. Waxyaalahan kale waxay ku lug leeyihiin sida Xaalad ama Habdhaqan kuu saameeyey hadda ama hore. Haddii imika lagu saameeyo, inta badanka lagu saameeyo waa muhiim. Waxa sidoo kale muhiima in la ogaado siday ugu fududahay daryeele inuu maareeyo Xaalad ama Habdhaqan hadda ku saameeya. Haddii Xaalado ama Habdhaqano kuu saameeyeen hore, waxa muhiima inaanu ogaano haddii daryeeluhu wax qabto si uu u maareeyo ka shaqaysiintooda.

Marka hore, waxaanu ku siin macluumaad guud oo kusaabsan u qalmidda Kooxda Xaaladda iyo Habdhaqanka. Intaas kadib waxa ah laba qaybood oo sharxaya labada qaab ee loogu qalmo Kooxda Xaaladda iyo Habdhaqanka. Hab kasta tusaaleyaal ayaa laga bixiyey. Kadib qayb kasta, waxa jira Fasir ku siinaya macluumaad badan.

Macluumaadka Guud ee Mutaysiga Kooxda Xaaladda iyo Habdhaqanada

Waxa jira laba qaab oo loo mutaysto Kooxda Xaaladda iyo Habdhaqanada. Laba qaabba waxay wadaagaan labadan shay ee soo socda:

- Waxaad leedahay Xaalad ama Habdhaqan u qalimid, iyo
- **Xaaladda** Habdhaqankaagu waa mid **Socda** ama **Tagay** (hoos ayaa lagu qeexay).

Waxaanu eegi **marka** Habdhaqan dhacay.

- Waxaad leedahay Habdhaqan **hadda ah** haddii uu dhacay 7dii cisho ee u dambeeyey.
- Waxaad leedahay Habdhaqan **hore** haddii aanu dhicin 7dii cisho ee u dambeeyey, laakiin uu dhacay 5 sano ee u dambeeyey.

In badan (laakiin maya gabi) oo Habdhaqanada **socda** ah, waxaanu eeg:

- **Soo noqonogod:** Intee in leeg ayuu dhacay 7dii cisho ee u dambeeyey; iyo
- **Beddelmidda:** Sida ay ugu fududayd daryeele inuu maareeyo xaaladda ama habdhaqanka 7dii maalmood ee u dambeeyey.

Marka **beddelmidda** la eego, waxaanu eegi si aan u aragno haddii habdhaqanku yahay:

- **Si dhib yar loo beddeli karo** – macnuhu waa habdhaqan si dhib yar ayaa loo xallin karaa; ama
- **Aan si fudud loo beddeli karin** - waxa looga jeedaa habdhaqanka way adag tahay in la maareeyo.

Habdhaqanadii **hore** oo dhan waxaanu eegi:

- **Daryeelo:** waxyaalaha daryeele qabto si uu u maareeyo habdhaqan, haddii loo baahdo. Marka daryeelo la tirgaliyo, waxaanu eegnaa haddii daryeeladani waxtar leeyihiin.

Ogow: Xaaladda, Heerka Soo Noqonogshada, Isbeddelidda, ama daryeeladu ma soconayaan haddaad leedahay Dhibic Niyad-jab oo kasaraysa 14 ama u baahan tahay dabiib Caafimaad maskaxeed ama barnaamijka Caafimaadka Maskaxda.

Ugu Qalmidda Hab #1

Waad u qalantaa haddaad leedahay Xaalad ama Habdhaqan hadda ama hore oo lagu qoray Fasiraha #1 Xaaladda iyo Habdhaqanka. Fasiraha # 1 wuxuu ka dambeeyaa tusaaleyaasha.

Tusaalayaal:

Tusaale # 1:

Sally waa la qiimeeyay maanta. Way ooyeysaa oo ilmaynaysaa maalin kasta. Way u qalantaa Kooxda Xaaladda iyo Habdhaqanka ee Habka #1. Xaaladda Sally ee Habdhaqankan waa mid socda. **Inta jeer** ee ay saali ooydaa oo ay ilmaynsaa waa **4 ama in kabadan oo maalmood toddobaakii**. Isbeddelidda iyo daryeeladu lama tixraacin – ma soconayaan. Sally way buuxisay labadii shuruudood ee u qalmidda. Eeg qoraalka ka socda Xalka hoose. Qoraalkani wuxuu sheegayaa in **oohinta iyo ilmadu** ay yihiin habdhaqanka **hadda** kaasoo dhaca ugu yaraan **4 ama kabadan toddobaadkii** si uu u noqdo habdhaqan u qalmidda habka #1.

Xaalad ama Habdhaqan	Xaalka	Joogtaynta	Isbeddelidda	daryeelada
Oohinta; ilmayn	Hadda	4 ama maalmo kabadan toddobaadkii	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)

Tusaale # 2:

Bob maanta waa la qiimeeyey. Bob wuxuu ka baxay daaraddiisa hore waxaanu iska bixiyey dharkiisii (**isku qaawiyey dadka dhexdiisa**). Tani waxay dhacday ugu yaraan mar 7 dii cisho ee ka horreeyey qiimaynta. Ma fududa daryeeluhu inuu maareeyo habdhaqankan. Wuxuu ugu galmaa Kooxda Habdhaqanka iyo Xaaladda Habka # 1. Xaaladda Bob ee habdhaqankani waa mid **taagan**. Habdhaqanka Bob si **dhib yar looma beddeli karo**. Soo noqnoqoshada iyo daryeelada lama tixgalin – ma khuseeyaan. Bob wuxuu buuxiyey labada shardi ee u qalmidda.

Xaalad ama Habdhaqan	Xaalka	Joogtaynta	Isbeddelidda	daryeelada
Isku qaawiya meel fagaare ah	Hadda	M/KH (ma kusayso)	Si fudud looma badali karo	M/KH (ma kusayso)

Tusaale # 3:

Sam maantaa la qiimeeyay. **Sam wuxuu jabin jiray ama tuuri jiray alaabta. Muu jabin ama tuurin shayna 7dii maalmood** ee ka horreeyey qiimaynta. Ma leh wax Xaalad am Habdhaqan ah oo ku qoran Shaxanka hoose. Sam mutaysigiisa Kooxda Xaaladda iyo Habdhaqanada Habka # 1 sii socon mayso. Xaaladda Sam ee Habdhaqankani **ma sii socon**. Muu buuxin wixii laga doonayay u qalmida.

Xaalad ama Habdhaqan Xaalka Joogtaynta Isbeddelidda daryeelada

Jajabiyaa/tuuraa walaxyo	Hadda	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)
--------------------------	-------	-------------------	-------------------	-------------------

Tusaale # 4:

John maanta ayaa la qiimeeyay. John **wuxuu cunni jiray walxaha aan la cuni Karin. Sidan muu samayn wax in yar kabadan 3 sano.** Daryeelihiisa ayaa xasuusiya inaanu sidaa samayn oo wuxuu hubiyaa in waxyaabaha aan la cunin ee uu quudan jirey in ladhigo meel uuna john ka heli karin. Ma leh wax Xaalad ah ama Habdhaqan kale oo ku qoran Jadwalka hoose. Xaaladda John ee Habdhaqankan waa **wakhti hore.** Habdhaqankan waxa **lagu la tacaaley dareelo hadda socda.** John wuxu ugu qalma Kooxda Xaalada iyo Habdhaqanka Habka # 1.

Xaalad ama Habdhaqan Xaalka Joogtaynta Isbeddelidda daryeelada

Cuna walxaha aan la cunin karin	Barigii hore	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)	U jeeday daryeelada socda
---------------------------------	--------------	-------------------	-------------------	---------------------------

Mood and Behavior Key #1

Xaalad ama Habdhaqan Xaalka Joogtaynta Isbeddelidda daryeelada

Weerar	Hadda	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)
Dirirta muddada daryeelka qof ahaaneed	Hadda	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)
Dirirta muddada daryeelka qof ahaaneed	Barigii hore	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)	U jeeday daryeelada socda
Oohinta; ilmayn	Hadda	4 ama maalmo kabadan toddobaadkii	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)
Dhalanteedka: Dhalanteedku wuu rumaysnaan sugan, oo beena.	Barigii hore	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)	U jeeday daryeelada socda
Dhibcaha niyad-jabka 14 ama kabadan	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)
Isku qaawiya meel fagaare ah	Hadda	M/KH (ma kusayso)	Si fudud looma badali karo	M/KH (ma kusayso)
Si dhib yar u xanaaqa/Cadhooda	Hadda	M/KH (ma kusayso)	Si fudud looma badali karo	M/KH (ma kusayso)
Cuna walxaha aan la cunin karin	Hadda	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)

Cuna walxaha aan la cunin karin	Barigii hore	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)	U jeeday daryeelada socda
Aragga khayaal ah: Aragga khayaal waa waayo-aragnimo dareen-wad oon cidna caddayn karin.	Hadda	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)
Alaab la qariyey	Barigii hore	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)	U jeeday daryeelada socda
Tuulis/ururinta	Barigii hore		M/KH (ma kusayso)	U jeeday daryeelada socda
Daawaynta/Barnaamijka Caafimaadka Maskaxda	Dabiibis ama barnaamid ayaa loo baahanyahay	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)
Cabashooyinka/Su'aalaha soo noqnoqday	Hadda	Dhaca maalin kasta	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)
Cabashooyinka/Su'aalaha soo noqnoqday	Barigii hore	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)	U jeeday daryeelada socda
Soo noqnoqshada dhaqdhaqaaqa/Socodka	Hadda	Dhaca maalin kasta	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)
Caabinta daryeelka	Hadda	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)
Caabinta daryeelka	Barigii hore	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)	U jeeday daryeelada socda
Galamada	Hadda	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)
Galamada	Barigii hore	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)	U jeeday daryeelada socda
Candhuuf tufida	Hadda	M/KH (ma kusayso)	Si fudud looma badali karo	M/KH (ma kusayso)
Candhuuf tufida	Barigii hore	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)	U jeeday daryeelada socda
Jajabiyaa/tuuraa walaxyo	Hadda	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)
Sigaar cabis aan badbaadsanayn	Hadda	M/KH (ma kusayso)	Si fudud looma badali karo	M/KH (ma kusayso)
Soo jeedi habeenkii iyo u baahnaanta waxqabad	Hadda	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)

Wuu warwareega oo baxaa isagoo wax raadinaya: wuxuu soc socdaa bilaa ujeedo cad waxaanu isku dayaa inuu ka baxo meesha uu deggan yahay ama xarunta	Hadda	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)
Wuu warwareega oo baxaa isagoo wax raadinaya: wuxuu soc socdaa bilaa ujeedo cad waxaanu isku dayaa inuu ka baxo meesha uu deggan yahay ama xarunta	Barigii hore	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)	U jeeday daryeelada socda
Wuu warwareega mana baxo isagoo wax raadinaya: wuxuu soc socdaa bilaa ujeedo cad, laakiin iskuma dayo inuu ka baxo meesha uu deggan yahay ama xarunta	Hadda	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)
Wuu warwareega mana baxo isagoo wax raadinaya: wuxuu soc socdaa bilaa ujeedo cad, laakiin iskuma dayo inuu ka baxo meesha uu deggan yahay ama xarunta	Barigii hore	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)	U jeeday daryeelada socda
Qaylada/Cabaadka	Hadda	Dhaca 4 maalmood ama ka badan toddobaadkii	M/KH (ma kusayso)	M/KH (ma kusayso)

Ugu Qalmidda Hab #2

Waxa jira shan qaybood oo habdhaqan u qalimid Habka #2. Habdhaqan kasta waxa lagu qoray Fasiiraha #2. Si aad ugu mutaysato Habka #2, waa inaad lahaataa Dhibcaha Habdhaqanka (BPS) oo kabadan 1, dhibco CPS oo 3 ama kabadan, iyo dhibcaha ADL oo 2 ama kabadan. Fasiiraha #2 wuxuu sidoo kale kaa caawinayaa inaad fahamto BPS-kaaga. Farsiiraha # 2 wuxuu ku xigaa tusaaleyaasha.

Qayb kastaa waxay leedaha tiro dhibco habdhaqano ah. Tirada dhibcaha habdhaqanka ugu badani:

- Qaybta Kow waa 2 dhibcood
- Qaybta Laba waa 3 dhibcood
- Qaybta Saddex waa 4 dhibcood
- Qaybta Afar waa 10 dhibcood
- Qaybta Shan waa 12 dhibcood

Garo habdhaqan kasta si aad u go'aansato haddii uu yahay habdhaqan **socda** ama mid **hore**. Haddu yahay habdhaqan **socda** fiiri haddu bal hadduu dhaco **1-3 cisho toddobaadkii, 4-6 cisho toddobaadkii**, ama **maalin kasta**. Dhibcaha Culayska habdhaqanada **haddu** waa:

- 1-3 jeer toddobaadkii: .5
- 4-6 jeer toddobaadkii: .75
- Maalinlaha: 1

Dhibcaha Culayska ee habdhaqanadii hore waa:

- Wax hore oo aan daryeelid u baahneyn: 0
- Wax hore oo daryeelid u baahan: .25

Marka xiga go'aanso in habdhaqanka **Si fudud Loo Beddeli Karo ama aan Si Fudud Loo Beddeli Karin**. Beddelmidda habdhaqanka iyo Qaybta habdhaqan waxay go'aansadaan Qiimaha dhibcaha. Qiimaha dhibcaha ee habdhaqanku waa:

Habdhaqanada Qaybta 1:

- Socda ama tagay si dhib yarna loo beddeli karo: .5
- Socda oon si dhib yar loo beddeli karin: 1

Habdhaqanada Qaybta 2:

- Socda ama tagay si dhib yarna loo beddeli karo: 1
- Socda oon si dhib yar loo beddeli karin: 2

Habdhaqanada Qaybta 3:

- Socda ama tagay si dhib yarna loo beddeli karo: 2
- Socda oon si dhib yar loo beddeli karin: 3

Habdhaqanada Qaybta 4:

- Socda ama tagay si dhib yarna loo beddeli karo: 4
- Socda oon si dhib yar loo beddeli karin: 5

Habdhaqanada Qaybta 5:

- Socda ama tagay si dhib yarna loo beddeli karo: 5
- Socda oon si dhib yar loo beddeli karin: 6

Dhibcaha culayska oo lagu dhufatay dhibcaha Qiimaha = Dhibcaha BPS-ka habdhaqanka.

Tusaalayaal:

Tusaale # 1:

Tom maanta ayaa la qiimeeyey. **Ashyaada** ayuu **qariyaa (Qaybta Habdhaqanka 1)** badbaadana ma aha wax karintiisu (**wax karin aan badbaado ahayn: Qaybta 3**). Sidoo kale wuu **wareegaystaa waanu baxaa isagoo wax raadinaya (Qaybta 4)**. Saddexdan habdhaqanba way jiraan **hadda**. Maalin kastay dhacaan. Daryeelihiisu **si dhib yar uma beddeli karo** qarinta ashyaada. Badbaadada aanu Tom kulahayn wax karinta warwareegista/u bixista isagoo wax raadinaya si **dhib yar ayaa loo beddeli karaa**. Dhibcaha Habdhaqankiisa (BPS) ee wax qarintu waa 1. BPS-kiisa wax karinta aan badbaadada lahayn waa 2. BPS-kiisa Warwareegidda/U Bixista Raadintu waa 4. BPS-kiisa guud waa 7.

Dhibcaha ADL ee Tom waa 8 CPS-kiisuna waa 3. Wuxuu buuxiyey shardiga Kooxda Xaaladda iyo Habdhaqanada.

Jaantuska Tusaalaha # 1:

Habdhaqanka Hadda	Xaaladda/Heerka/beddelmidda	Culayska	Qiime	BPS
Alaab la qariyey	Socda/Maalinle ah/Aan Si Dhib Yar Loo Beddeli Karin	1	1	$1 \times 1 = 1$
Cunto Karin aan badbaadsanayn	Socda/Maalinle ah/Si Dhib Yar Loo Beddeli Karo	1	2	$1 \times 2 = 2$
Warwareegida/Raadinta ka bixista	Socda/Maalinle ah/Si Dhib Yar Loo Beddeli Karo	1	4	$1 \times 4 = 4$

BPS-ka Guud = 7

Tusaale # 2:

Jane waa laqiimeeyay maanta. Jane **way warwareegtaa oo u baxdaa raadin (Qaybta 4)**. Tan waxay samaysaa **4-6 cisho toddobaadkii**. Habdhaqankan **si fudud looma beddeli karo**. Jane waxay **jajabin jirtay alaabta (Qaybta 4)**, laakiin sidan may samayn 2 sano maxaa yeelay daryeeleheeda ayaa ku maareeyay tan **daryeelo socda**. Habdhaqankani waa habdhaqan hore oo daryeelo lahaa. Jane **waa dagaal u joog** marka daryeeleheedu ay tahay

inuu u qubbeeyo iyada (**qaybta 5**). Tani waxay dhacdaa **todobaadkii mar oo ma fududa in la beddelo**. Jane BPS-keedu waa 8.

Dhibicda ADL ee Jane waa 9 dhibicda CPS keeduna waa 3. Waxay buuxisey shardiga Kooxda Xaaladda iyo Habdhaqanada.

Jaantuska Tusaalaha # 2:

Habdhaqanka Hadda	Xaaladda/Heerka/beddelmidda	Culayska	Qiime	BPS
Warwareegida/Raadinta ka bixista	Socda/4-6 cisho toddobaadkii/Aan Si Dhib Yar Loo Beddeli Karin	.75	5	$.75 \times 5 = 3.75$
Dirirta muddada daryeelka	Socda/1-3 cisho toddobaadkii/Aan Si Dhib Yar Loo Beddeli Karin	.5	6	$.5 \times 6 = 3$

Habdhaqanka Hadda ee BPS = 6.75

Habdhaqankii Hore	Lagu Sheegay Daryeelada	Culayska	Qiime	BPS
Jajabiyaa/tuuraa walaxyo	Haa	.25	5	$.25 \times 5 = 1.25$

Habdhaqankii hore BPS-kiisa = 1.25

BPS-ka Guud = 8 (6.75 + 1.25)

Tusaale # 3:

Bert waa la qiimeeyey maanta. Bert wuu **ooyey oo ilmaynayey (Qaybta 1)** si maalinle ah. Habdhaqankan **si dhib yar looma beddeli karo**. Waxaana sidoo kale **mashquulaya caafimaadkiisa (Qaybta 1)** si maalinle ah. Sida oohintiisa, habdhaqankan **si dhib yar looma beddeli karo**. Bert wuu walaacsan yahay **wuuna luudaa (Qaybta 1)** si maalinle ah. Habdhaqankan **si dhib yar looma beddeli karo**. Wuxuu ku **eedeeyaa dadka kale xadiid (Qaybta 2)**. Tan si maalinle ah ayuu u sameeyaa. Habdhaqankan si dhib yar looma beddeli karo. BPS-ta Bert waa 4.

Dhibcaha ADL ee Bert waa 11 dhibcaha CPS-kiisuna waa 3. Wuxuu buuxiyey shuruudda kooxda Xaaladda iyo Habdhaqanka.

Jaantuska Tusaalaha # 3:

Habdhaqanka Hadda Xaaladda/Heerka/beddelmidda Culayska Qiime BPS

Oohinta; ilmayn	Socda/Maalinle ah/Aan Si Dhib Yar Loo Beddeli Karin	1	1	$1 \times 1 = 1$
Ku mashquulsan shaqada jidhka iyo caafimaadka	Socda/Maalinle ah/Aan Si Dhib Yar Loo Beddeli Karin	1	1	$1 \times 1 = 1$
Soo noqnoqshada dhaqdhaqaaqa/Socodka	Socda/Maalinle ah/Aan Si Dhib Yar Loo Beddeli Karin	1	1	$1 \times 1 = 1$
Ku eedeeya kuwa kale inay wax xadeen	Socda/Maalinle ah/Aan Si Dhib Yar Loo Beddeli Karin	1	2	$1 \times 2 = 2$

BPS-ka Guud = 4

BPS-ka Bert waa 4 kaliya waayo 3 habdhaqan ee hore waa habdhaqanada Qaynta Kaw. Dhibcaha ugu badan ee Bert ka heli karo habdhaqanada Qaybta Kaw waa 2. Sidaas darteed, inkastoo dhibcaha guud ee 3 habdhaqan ee hore uu yahay 3, dhibcaha ugu badan ee Bert ka heli karaa 3 habdhaqan ee hore waa 2. Eeg bilawga luuqadda xasuusiye kusaabsan dhibcaha ugu badan ee ay oggoshahay Qaybtani. Fasiruhu wuxuu kuu sheegayaa dhibcaha ugu badan ee la siin karo qayb kasta oo habdhaqano ah waxaanu sharxaa habdhaqanada ku jira Qayb kasta.

Marka la isku gaynayo Wadarta BPS-kiisa, u gee habddhaqanada Qaybta Kow ugu badan oo ah 2 dhibcihiisa kale ee BPS-ka ee ku eedaynta kuwa kale wax xadis kaasoo ah 2. Taasi waxay la mid tahay 4.

Tusaale # 4:

Connie maanta waa la qiimeeyey. Connie waxay samaysa **hadalo aan habboonayn (Qaybta 1) maalin** kasta. Habdhaqan **qunyar lama beddeli karo**. Connie waxay sidoo kale **waydiisaa su'aaloo soo noqnoqda (Qaybta 2)** daryeeleheega **maalin** kasta. Habdhaqankan aayar lama beddeli karo. Connie **hadal ahaan way cay badan tahay (Qaybta 2) maalin** kasta, laakiin habdhaqankan si dhib yar ayaa **loo beddeli karaa**. Connie marmarka qaar waxay **candhuufaysaa (Qaybta 2)** daryeeleheega. Tani waxay dhacdaa **1-3 jeer toddobaadkii**. Habdhaqanka **aayar lama beddeli karo**. Connie waxay **isku qaawin jirtay dadka dhexdooda (Qaybta 3)**, laakiin tan may samayn muddo sannad ka yara badan. Daryeeleheegu wuxuu xasuusiya Connie inayna dharka iska bixin markasta ooy Connie baxayso. Habdhaqankan waxa lagu **xalliyey daryeelo**. Connie waxay ahaan jirtay dagaasha (Qaybta 4) qofka ay qolka wada deggen yihiin. May dagaalamin wax inyar ka badan laba sano. Daryeelayaasheedu waxay barten waxa ku keena habdhaqanka dagaalka waxayna awoodaan inay dejiyaan ama ka kaxeeyaan bey'adda sababaysa. Habdhaqankan waxa hadda lagu xalliyey daryeelo. BPS-ka Connie waa 5.5.

Dhibcaha ADL ee Connie waa 13 Dhibcaheega CPS-kuna waa 4. Waxay buuxisaa shardiga Kooxda Xaaladda iyo Habdhaqanka.

Jaantuska Tusaalaha # 4:

Habdhaqanka Hadda	Xaaladda/Heerka/beddelmida	Culayska	Qiime	BPS
Qaylo afka ah oo aan haboonayn	Socda/Maalinle ah/Aan Si Dhib Yar Loo Beddeli Karin	1	1	$1 \times 1 = 1$
Cabashooyinka/Su'aalaha soo noqnoqday	Socda/Maalinle ah/Aan Si Dhib Yar Loo Beddeli Karin	1	2	$1 \times 2 = 2$
Af ahaan Cay ah	Socda/Maalinle ah/Si Dhib Yar Loo Beddeli Karo	1	1	$1 \times 1 = 1$
Candhuuf tufida	Socda/1-3 jeer toddobaadkii/Aan Si Dhib Yar Loo Beddeli Karin	.5	2	$.5 \times 2 = 1$

Habdhaqanka Hadda ee BPS = 4

Habdhaqankii Hore	Lagu Sheegay Daryeelada	Culayska	Qiime	BPS
Isku qaawiya meel fagaare ah	Haa	.25	2	$.25 \times 2 = .5$
Weerar	Haa	.25	4	$.25 \times 4 = 1$

Habdhaqankii hore BPS-kiisa = 1.5

BPS-ka Guud = 5.5 (4 + 1.5)

Wadarta BPS-ka Connie waa 5.5 halkuu ka ahaa 6.5 waayo habdhaqanka labaad, saddexaad, iyo afraad waa habdhaqanka Qaybta Laba. Waxa jira xad saddex dhibcood tirada dhibcaha ugu badan ee Qaybta Laba.

Fasiraha Xaaladda iyo Habdhaqanka #2

Xaaladda iyo Habdhaqanka	Wadar Habdhaqanada Hadda ama Hore			
	<u>Culayska</u>		<u>Qiimaha</u>	<u>Isku gayn</u>
Qaybta Kow				
Oohinta iyo Ilmada Buuxda	w/dareelid hore = .25 1-3 cisho todobaadkii = .5 4-6 cidho todobaadkii = .75 Maalinle = 1	X	W/daryeerlid hore = .5 Si fudud loo beddeli = .5 Aan si fudud loo beddeli karin = 1	Wadarta Qiimaha Culayska x
Si dhib yar u xanaaqa/Cadhooda	w/dareelid hore = .25 1-3 cisho todobaadkii = .5 4-6 cidho todobaadkii = .75 Maalinle = 1	X	W/daryeerlid hore = .5 Si fudud loo beddeli = .5 Aan si fudud loo beddeli karin = 1	Wadarta Qiimaha Culayska x
Ku mashquulsan shaqada jidhka iyo caafimaadka	w/dareelid hore = .25 1-3 cisho todobaadkii = .5 4-6 cidho todobaadkii = .75 Maalinle = 1	X	W/daryeerlid hore = .5 Si fudud loo beddeli = .5 Aan si fudud loo beddeli karin = 1	Wadarta Qiimaha Culayska x
Soo noqnoqshada dhaqdhaqaaqa/Socodka	w/dareelid hore = .25 1-3 cisho todobaadkii = .5 4-6 cidho todobaadkii = .75 Maalinle = 1	X	W/daryeerlid hore = .5 Si fudud loo beddeli = .5 Aan si fudud loo beddeli karin = 1	Wadarta Qiimaha Culayska x
Alaab la qariyey	w/dareelid hore = .25 1-3 cisho todobaadkii = .5 4-6 cidho todobaadkii = .75 Maalinle = 1	X	W/daryeerlid hore = .5 Si fudud loo beddeli = .5 Aan si fudud loo beddeli karin = 1	Wadarta Qiimaha Culayska x
Tuulis/ururinta	w/dareelid hore = .25 1-3 cisho todobaadkii = .5 4-6 cidho todobaadkii = .75 Maalinle = 1	X	W/daryeerlid hore = .5 Si fudud loo beddeli = .5 Aan si fudud loo beddeli karin = 1	Wadarta Qiimaha Culayska x

Qaylo afka ah oo aan haboonayn	w/dareelid hore = .25 1-3 cisho todobaadkii = .5 4-6 cidho todobaadkii = .75 Maalinle = 1	X	W/daryeerlid hore = .5 Si fudud loo beddeli = .5 Aan si fudud loo beddeli karin = 1	Wadarta Qiimaha Culayska x
Wuu warwareega mana baxo isagoo wax raadinaya: wuxuu soc socdaa bilaa ujeedo cad, laakiin iskuma dayo inuu ka baxo meesha uu deggan yahay ama xarunta	w/dareelid hore = .25 1-3 cisho todobaadkii = .5 4-6 cidho todobaadkii = .75 Maalinle = 1	X	W/daryeerlid hore = .5 Si fudud loo beddeli = .5 Aan si fudud loo beddeli karin = 1	Wadarta Qiimaha Culayska x
Tirada dhibcaha ugu badan ee aad ka haysan kartaa Qaybta Kow waa 2.				Kudar dhibco ka yimi kolomka sare ee Qaybta Dhibcaha Kow LAGA REEBO dhibicdu kama badnaan karto 2
Qaybta Laba				
Cabashooyinka/Su'aalaha soo noqnoqday	w/dareelid hore = .25 1-3 cisho todobaadkii = .5 4-6 cidho todobaadkii = .75 Maalinle = 1	X	W/daryeerlid hore = 1 Si fudud loo beddeli = 1 Aan si fudud loo beddeli karin = 2	Wadarta Qiimaha Culayska x
Raadinta ama qaadashada agabka dadka kale	w/dareelid hore = .25 1-3 cisho todobaadkii = .5 4-6 cidho todobaadkii = .75 Maalinle = 1	X	W/daryeerlid hore = 1 Si fudud loo beddeli = 1 Aan si fudud loo beddeli karin = 2	Wadarta Qiimaha Culayska x
Af ahaan Cay ah	w/dareelid hore = .25 1-3 cisho todobaadkii = .5 4-6 cidho todobaadkii = .75 Maalinle = 1	X	W/daryeerlid hore = 1 Si fudud loo beddeli = 1 Aan si fudud loo beddeli karin = 2	Wadarta Qiimaha Culayska x

Qaylada/Cabaadka	w/dareelid hore = .25 1-3 cisho todobaadkii = .5 4-6 cidho todobaadkii = .75 Maalinle = 1	X	W/daryeerlid hore = 1 Si fudud loo beddeli = 1 Aan si fudud loo beddeli karin = 2	Wadarta Qiimaha Culayska x
Candhuuf tufida	w/dareelid hore = .25 1-3 cisho todobaadkii = .5 4-6 cidho todobaadkii = .75 Maalinle = 1	X	W/daryeerlid hore = 1 Si fudud loo beddeli = 1 Aan si fudud loo beddeli karin = 2	Wadarta Qiimaha Culayska x
Baqdinta aan xaqiiqda ku salaysnayn ama shakiga	w/dareelid hore = .25 1-3 cisho todobaadkii = .5 4-6 cidho todobaadkii = .75 Maalinle = 1	X	W/daryeerlid hore = 1 Si fudud loo beddeli = 1 Aan si fudud loo beddeli karin = 2	Wadarta Qiimaha Culayska x
Ku eedeeya kuwa kale inay wax xadeen	w/dareelid hore = .25 1-3 cisho todobaadkii = .5 4-6 cidho todobaadkii = .75 Maalinle = 1	X	W/daryeerlid hore = 1 Si fudud loo beddeli = 1 Aan si fudud loo beddeli karin = 2	Wadarta Qiimaha Culayska x
Tirada dhibcaha ugu badan ee aad ka haysan kartaa Qaybta Laba waa 3.				Kudar dhibco ka yimi kolomka sare ee Qaybta Dhibcaha Laba LAGA REEBO dhibicdu kama badnaan karto 3
Qaybta Saddex				
Caabinta daryeelka ee afka/gacan ka hadalka	w/dareelid hore = .25 1-3 cisho todobaadkii = .5 4-6 cidho todobaadkii = .75 Maalinle = 1	X	W/daryeerlid hore = 2 Si fudud loo beddeli = 2 Aan si fudud loo beddeli karin = 3	Wadarta Qiimaha Culayska x

Toosa habeenkii, u baahan daryeel	w/dareelid hore = .25 1-3 cisho todobaadkii = .5 4-6 cidho todobaadkii = .75 Maalinle = 1	X	W/daryeerlid hore = 2 Si fudud loo beddeli = 2 Aan si fudud loo beddeli karin = 3	Wadarta Qiimaha Culayska x
Cunto Karin aan badbaadsanayn	w/dareelid hore = .25 1-3 cisho todobaadkii = .5 4-6 cidho todobaadkii = .75 Maalinle = 1	X	W/daryeerlid hore = 2 Si fudud loo beddeli = 2 Aan si fudud loo beddeli karin = 3	Wadarta Qiimaha Culayska x
Suuli aan fiicnayn/hawlaha caadada	w/dareelid hore = .25 1-3 cisho todobaadkii = .5 4-6 cidho todobaadkii = .75 Maalinle = 1	X	W/daryeerlid hore = 2 Si fudud loo beddeli = 2 Aan si fudud loo beddeli karin = 3	Wadarta Qiimaha Culayska x
Sigaar cabis aan badbaadsanayn	w/dareelid hore = .25 1-3 cisho todobaadkii = .5 4-6 cidho todobaadkii = .75 Maalinle = 1	X	W/daryeerlid hore = 2 Si fudud loo beddeli = 2 Aan si fudud loo beddeli karin = 3	Wadarta Qiimaha Culayska x
Ka tagay guriga oo halaabay	w/dareelid hore = .25 1-3 cisho todobaadkii = .5 4-6 cidho todobaadkii = .75 Maalinle = 1	X	W/daryeerlid hore = 2 Si fudud loo beddeli = 2 Aan si fudud loo beddeli karin = 3	Wadarta Qiimaha Culayska x
Isku qaawiya meel fagaare ah	w/dareelid hore = .25 1-3 cisho todobaadkii = .5 4-6 cidho todobaadkii = .75 Maalinle = 1	X	W/daryeerlid hore = 2 Si fudud loo beddeli = 2 Aan si fudud loo beddeli karin = 3	Wadarta Qiimaha Culayska x
Tirada dhibcaha ugu badan ee aad ka haysan kartaa Qaybta Saddex waa 4.				Kudar dhibco ka yimi kolomka sare ee Qaybta Dhibcaha Saddex LAGA REEBO dhibicdu kama badnaan karto 4

Qaybta Afar				
Isdhaawaca si kutalogaal leh (ooy kujirto madax garaac)	w/dareelid hore = .25 1-3 cisho todobaadkii = .5 4-6 cidho todobaadkii = .75 Maalinle = 1	X	W/daryeerlid hore = 4 Si fudud loo beddeli = 4 Aan si fudud loo beddeli karin = 5	Wadarta Qiimaha Culayska x
Wuu warwareega oo baxaa isagoo wax raadinaya: wuxuu soc socdaa bilaa ujeedo cad waxaanu isku dayaa inuu ka baxo meesha uu deggan yahay ama xarunta	w/dareelid hore = .25 1-3 cisho todobaadkii = .5 4-6 cidho todobaadkii = .75 Maalinle = 1	X	W/daryeerlid hore = 4 Si fudud loo beddeli = 4 Aan si fudud loo beddeli karin = 5	Wadarta Qiimaha Culayska x
Galamada	w/dareelid hore = .25 1-3 cisho todobaadkii = .5 4-6 cidho todobaadkii = .75 Maalinle = 1	X	W/daryeerlid hore = 4 Si fudud loo beddeli = 4 Aan si fudud loo beddeli karin = 5	Wadarta Qiimaha Culayska x
Cabsi galin/handadaad (Ma jiro istaabasho)	w/dareelid hore = .25 1-3 cisho todobaadkii = .5 4-6 cidho todobaadkii = .75 Maalinle = 1	X	W/daryeerlid hore = 4 Si fudud loo beddeli = 4 Aan si fudud loo beddeli karin = 5	Wadarta Qiimaha Culayska x
Gardarro (wuxuu u shardi ah istaabash)	w/dareelid hore = .25 1-3 cisho todobaadkii = .5 4-6 cidho todobaadkii = .75 Maalinle = 1	X	W/daryeerlid hore = 4 Si fudud loo beddeli = 4 Aan si fudud loo beddeli karin = 5	Wadarta Qiimaha Culayska x
Jajabiyaa/tuuraa walaxyo	w/dareelid hore = .25 1-3 cisho todobaadkii = .5 4-6 cidho todobaadkii = .75 Maalinle = 1	X	W/daryeerlid hore = 4 Si fudud loo beddeli = 4 Aan si fudud loo beddeli karin = 5	Wadarta Qiimaha Culayska x

Tirada dhibcaha ugu badan ee aad ka haysan kartaa Qaybta Afar waa 10.				Kudar dhibco ka yimi kolomka sare ee Qaybta Dhibcaha Afar LAGA REEBO dhibicdu kama badnaan karto 10
Qaybta Shan				
Dab shidis	w/dareelid hore = .25 1-3 cisho todobaadkii = .5 4-6 cidho todobaadkii = .75 Maalinle = 1	X	W/daryeerlid hore = 5 Si fudud loo beddeli = 5 Aan si fudud loo beddeli karin = 6	Wadarta Qiimaha Culayska x
Dirirta muddada daryeelka	w/dareelid hore = .25 1-3 cisho todobaadkii = .5 4-6 cidho todobaadkii = .75 Maalinle = 1	X	W/daryeerlid hore = 5 Si fudud loo beddeli = 5 Aan si fudud loo beddeli karin = 6	Wadarta Qiimaha Culayska x
Cuna walxaha aan la cunin karin	w/dareelid hore = .25 1-3 cisho todobaadkii = .5 4-6 cidho todobaadkii = .75 Maalinle = 1	X	P W/daryeerlid hore = 5 Si fudud loo beddeli = 5 Aan si fudud loo beddeli karin = 6	Wadarta Qiimaha Culayska x
Raadiyaa rafiiqyo galmo oo nugul	w/dareelid hore = .25 1-3 cisho todobaadkii = .5 4-6 cidho todobaadkii = .75 Maalinle = 1	X	W/daryeerlid hore = 5 Si fudud loo beddeli = 5 Aan si fudud loo beddeli karin = 6	Wadarta Qiimaha Culayska x
Tirada dhibcaha ugu badan ee aad ka haysan kartaa Qaybta Shan waa 12.				Kudar dhibco ka yimi kolomka sare ee Qaybta Dhibcaha Shan LAGA REEBO dhibicdu kama badnaan karto 12

Dhibcaha Gudashada Garaadka:

Dhibcaha Gudashada Garaadka (CPS) wuxuu ku salaysan yahay waxyaalahan soo socda. Xaaladaha badankooda, waxaanu eegnaa sida fiican ee aad:

- La xidhiidh;
- Go'aano qaado; iyo
- Xasuusnaw dhacdooyinka dhawaa.

Waxaanu sidoo kale eegnaa laba shay oo kale:

- Miyaad miyir laadahay?
- Ma waxaad tahay mid aan awoodin inuu go'aan gaadho naftiisna quudiyo?

Xidhiidhka:

Waxaanu dhibco siin sida fiican ee aad ugu sheegto dadka kuugu dhaw waxaad u baahan ama rabto, fikrado, dhibaatooyin degdega, iyo wada sheekaysiga bulshada. Waad hadli, qori, saxeexi, garaaci, ama isticmali kartaa qaabab kale oo loo xidhiidho. Waxaanu hoos ku shaxi sida fiican ee aad u xidhiidho.

- **Fahmay:** Waxaad u sharaxdaa afkaarta si cad.
- **Inta badan la fahmo:** Waxaad ku jirtaa wakhti adag si aad u hesho ereyada saxda ah ama u dhammaystiri lahayd fikradaha. Tani waxay kaa dhigaysa inaad gaabiso jawaabta ama waxaad u baahan tahay woxogaa dhakhso ah si loo fahmo.
- **Marmarka qaar la fahmo:** Waxaad kaliya ood awooddaa inaad sharraxdo baahiyo aad u aasaasiya sida cuntada, cabbidda, hurdada, ama suuliga.
- **Marmar/waligii fahmin:** haddaan lagu fahmi karin, daryeeluhu waa inuu tarjumaa codad khaasa ama luuqad jidheed. Tusaale waa sidaa aad u muujiso gaajada, xanuunka, ama baahida suuliga.

Macluumaad Gaara oo ku saabsan Caruurta iyo Wada Xidhiidhka:

Caruurta si aan ku talagal lahayn waxa loo tixraacaa heer isku mida sida Fahamsan ilaa dhalashadooda 3aad

Go'aan qaadasho:

Waxaanu dhibco siinaa sida aad u karto una samayso go'aanada maalin kasta ee kusaabsan shaqooyinka ama Hawlaha Nolol Maalmeedka. Iyadoo lagu salaynayo go'aanada aad gaadhay toddoba cisho kahor qiimayntaada, waxaanu qiimaynaynaa bal haddaad ahayd:

- **Madaxbannaan:** go'aanadaada kusaabsan hawlahaaga maalinlaha ah waa joogto waanay qorshaysan yihiin. Go'aanadani waxay muujinayaan habnololeedka, doorshada, dhaqanka, iyo qiyamkaaga.
- **Adag xaaladaha cusub:** Hawlahaaga maalinlaha ah waa la qorsheeyey. Waxaad awooddaa inaad go'aan gaadho xaalado caana, dhib ayaad kala kulmi go'aanka xaalado cusub ama waajihidda shaqooyin cusub.
- **Go'aano liita/aan ka warhayn cawaaqibka:** Go'aankaagu wuu liitaa, waxaad u baahan tahay xasuusiyayaal, tilmaamayaal, iyo kormeeris qorshaynta, abaabulka iyo sixista hawlaha maalinlaha ah. Waxaad isku dayi kartaa inaad go'aan gaadho, laakiin si liitada aad u gaadho.
- **Maya/Go'aano tiro yar:** Xiitaa haddii la xasuusto, awoodaada inaad gaadho go'aano aad ayaa loo daciifiyey. Waligaa go'aan ma gaadhi kartid ama marmar ayaad gaadhi kartaa.
- **Suuxdinta:** Waxaad kujirtaa suuxdin ama xaalad dhaqaaq la'aan daa'im ah.

Macluumaad Gaara ah oo kusaabsan Caruurta iyo Go'aan Qaadashada:

Caruurta si aan ku talagal lahayn waxa loo tixraacaa heer isku mida sida Madaxbannaan ilaa dhalashadooda 12aad.

Xasuus Gaabni: Waanu qiimaynaa sida aad u xasuusnaato waxyaalaha dhacay dhawaan.

- **Dhibta Xasuusta Muddada Gaaban:** Tan waxaan uqiimaynaynaa laba si oo kala duwan.
 - Waxaad dhib ku qabtaa xasuusta waxyaalo dhacay dhawaan. Waa wax kabadan illawga caadiga ah.
 - Dadka badankooda waxa la waydiista inay xasuusnaadaan oo dabadeed ku celiyan 3 kalmadood. Waxaad leedahay xaasuus Dib dhacsan haddaanad xasuusan karin mid ama kabadan kalmadaha.

Macluumaad Gaar ah oo kusaabsan Caruurta iyo Xasuusta Muddada Gaaban:

Caruurta waxa si aan ku talagal ahayn loo tixraaca heer isku mida sida Dhib Malaha ilaa dhalashadooda 12aad.

Waakan xidhiidh ku xidhan qaynuun kaasoo la xidhiidha Dhibcaha Gudashada Garaadka.

<http://apps.leg.wa.gov/wac/default.aspx?cite=388-106-0090>

Cakirnaanta Caafimaad:

Cakirnaanta Caafimaad waxa kujira xaalado caafimaad oo kala duwan iyo/ama baahiyo daryeel. Fasiraadda hoose waxay taxaysaa xaaladaha caafimaad iyo baahiyo dareel oo dhan. Ugu yaraan hal xaalad ama baahi daryeel waa inuu la socdaa dhibcihiisa ADL ee ugu yar si uu ugu qalmo. Tusaale, baadhis ALS oo leh dhibco ADL oo ah 10 u qalmi maayo Cakirnaanta Caafimaad.

Xaalad ama Baahi Daryeel	Dhibicda ADL
ALS (Cudurka Lou Gehrig's)	15 ama kabadan
Aphasia (mid hadal iyo/ama faham)	2 ama kabadan
Barnaamijka Mindhicirka: Barnaamij joogto ah, socda oo ay ku jiri karaan daryeelo oon ahayn daawayn afka ah sida kicinta dijitaal, subbootooyinka ama ineemada la iska iibsado.	11 ama kabadan
Gubashada iyo mid ama kabadan oo waxa soo socda ah: Codsashada labbisaadda Qoonka/daryeelka maqaarka: Kuwan waa tallaabooyin laga qaadayo maqaalka meelaha furan, dhaawaca, ama jeexdinta qalliin kadib si sare loogu qaado bogsashada.	2 ama kabadan
Dhaawaca Maskaxda Gaadha Xilliga Foosha	15 ama kabadan
Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD) & Neefsasho Kudheg (marka nasashada ama marka hawsha)	11 ama kabadan

Xaalad ama Baahi Daryeel	Dhibicda ADL
Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD) & dawakhsanaan/diidid	11 ama kabadan
Macaanka (ku tiirsane insulin)	15 ama kabadan
Macaanka (aan ku tiirsanyn insulin)	15 ama kabadan
Dhaay'aalasis	11 ama kabadan
Edema (Waa barar uu sababay dareere ku ururay nudaha)	15 ama kabadan
Emphysema & Neef ku Dheg (marka nasashada ama tacabka)	11 ama kabadan
Emphysema & dawakhwanaan	11 ama kabadan
Dhammaadka saadaasha tooska ah (wax kayar lix bilood oo nolola)	15 ama kabadan
Dhinac qalal (waa naafoobidda dhinac jidhka kamida)	15 ama kabadan
Daryeelka guriga bukaan	15 ama kabadan
Mudisaha	15 ama kabadan
Daawaynaha xididka laga qaato	11 ama kabadan
<p>Kaadi-haysta: Inta badan aan la hayn karayn waxa loola jeedaa waxa kaa fakanaysa kaadi ama kaadida ma maamuli kartid maalin walba.</p> <p>Kaadhi-haysta: Ugu dhawaan markasta aan la hayn karayn waxa loola jeeda waxa kaa fakanaysa kaadi ama ma maamuli kartid kaadida dhawr jeer maalin kasta.</p> <p>Mindhicirka: Si soo noqnoqota aan xajin karin waxay ka dhigan tahay waxaa kaa siibta saxaro ama ma xakamayn kartid mindhicirkaaga 2 ama 3</p>	11 ama kabadan

Xaalad ama Baahi Daryeel	Dhibicda ADL
<p>jeer toddobaadkii.</p> <p>Mindhicirka: Inta badan Markasta aan xajin karin waxay ka dhigan tahay waxaa kaa siibta saxaro ama ma xakamayn kartid mindhicirkaaga ugu dhawaan xilli kasta.</p> <p><u>Iyo</u></p> <p>Waxaad isticmaashaa una baahan tahay maro dhawr ama nigis, leh nadiifin, ama leh kaateetar debadeed ama ostomi. Waxa kaaga siibta saxaro ama kaadi maqaarkaaga; ama</p> <p>Ma isticmaashid maro dhawr ama nigis, waxaad leedahay ostomy, kaateetar debadda ah. Saxaro ama kaadi ayaa jidhka kaaga siibta; ama</p> <p>Waxaad isticmaashaa qorshe jadwal suuli taasoo ka dhigan daryeelahaagu inuu kuu qaado suuliga, ku siiyo qalabka kaadida, ama ku xasuusiyo suuliga wakhtiyo la qabtay. Waxa kujiri kara tababariddaada si aad u tagto ama ku qancintaada si aad u tagto iyadoo ku salaysan tilmaamo.</p>	
Maamulka khadadka IV	11 ama kabadan
Dhawaac Gaadha Neerfaha Maskaxda “Multiple Sclerosis”	15 ama kabadan
<p>Waxaad u baahan tahay taageerada nafaqada IV ama tuumbo ku quudin; iyo</p> <p>Tamartaada guud ee aad ku heshay IV ama tuumbo ugu yaraan wuxuu ahaa 25%; <u>iyo</u></p>	2 ama kabadan

Xaalad ama Baahi Daryeel	Dhibicda ADL
Ku cabbistaada dareere IV ama tuumbadu waxay ka wayn tahay 2 koob maalintii.	
Oxygen via mask or canula	11 ama kabadan
Daryeelka qalliinka	2 ama kabadan
Xanuun maalin le ah wuxuu kaaga dhigan yahay maalin kasta woxogaa xanuun ah ayaad la kulantaa.	15 ama kabadan
Parkinson's	15 ama kabadan
Qayb badan oo ah barnaamij dhaqaaq oon firfircoonayn waxa sameeyey xirfadleyal (kalkaaliso ama dabiibe). Barnaamijku wuxuu joogteeyaa dabacsanaan iyo dhaqaaq faa'ido u leh kala goysyada jidhka.	11 ama kabadan
Jabniika lafta ee cudur	15 ama kabadan
Quadriplegia (curyaamista lugaha iyo gacmaha oo dhan)	15 ama kabadan
Dabiibka shucaaca/abuurista shucaaca	11 ama kabadan
Rheumatoid Arthritis	15 ama kabadan
Waxaad leedahay dhib liqidtaan hadda waxaanad u baahan tahay caawimo cunista.	11 ama kabadan
Boogaha cadaadiska (caabuqa sariirta) ee leh: Meel ama meelo casaan maqaarka ah oo joogto ah (iyadoon maqaarku dilaacin) taas oo aan qarsoomin marka cadaadiska laga fududeeyo meeshii cadaadiska; ama Qayb ahaan lumista lakabyada maqaarka hal ama in kabadan oo meelood oo jidhkaaga kamid ah taas oo u eg dilaac, fin, dalool	2 ama kabadan

Xaalad ama Baahi Daryeel	Dhibicda ADL
<p>gaaban oo meeshii cadaadiska ah; ama</p> <p>Gu'ista qarada wayn ee maqaarka ee meeshii cadaadiska taas oo u eg dalool qoto dheer. Waxaad arki kartaa muruq ama laf</p> <p><u>Ama</u></p> <p>Dareen biinta maqaarka ee xanuunka iyo/ama cadaadiska: Ma awoodid inaad dareenta xanuunka ama cadaadiska meel ama meelo kamida jidhkaaga.</p> <p><u>Ama</u></p> <p>Dhaawac furan: Dhaawac furan waa nabur ama caabuq maqaar. Kuma jiraan boogaha, finanka, iyo sarriinku.</p> <p><u>Ama</u></p> <p>Boogaha Stasis (venous): boogaha Stasis ama venous waa boog maqaareed oo kasoo baxa qayb jidhka ah oo dhiig wareeggu liito. Boogtu way furnaan ama xidhnaan kartaa. Waxa inta badan laga helaa lugta hoose ama kuraanta.</p> <p><u>Iyo</u></p> <p>Daryeelka boogta kaasoo ay kujirto daryeelka daawaynta boog marxalad kastoo boogtu kujirto; ama</p> <p>Aaladda fudaydisa cadaadiska kaas oo ay ka mid yihiin jel "gel", Hawada, ama ku kale oo lagu buusho kuraasta iyo furaashyo hawo la galiyay, sariiro daawo oo hawo yar lumiya, sabbaynta iyo biyaha ama furaashyada xumbada ah; ama</p> <p>Barnaamijka rogista iyo/ama dib u meelaynta: Barnaamij socda oo joogto ah oo loogu talagalay beddelidda booska jidkaaga si looga hortago burburka maqaarka; ama</p> <p>Codsiga dhar gashiga; ama</p> <p>Qoonka/daryeelka maqaarka: Kuwan waa tallaabooyin laga qaadayo maqaalka meelaha furan, dhaawaca, ama jeexdinta qalliin kadib si sare</p>	

Xaalad ama Baahi Daryeel	Dhibicda ADL
loogu qaado bogsashada..	
Daawaynta nuugista	2 ama kabadan
Daryeelka Tracheostomy	11 ama kabadan
Hawo-siiye	11 ama kabadan
Tababarashada lugaynta: Tababarkan waxa sameeyey oo la socdana xirfadleyaal (kalkaaliso ama dabiibe) ujeedooyin baxnaanin awgood. Daryeelahaagu wuxuu sameeyaa tababarka ugu yaraan 15 daqiiqo maalintii.	11 ama kabadan

Daryeelka Gaarka ah:

Daryeelka Gaarka ah waa qayb daryeel kaasoo u baahan isku darka baahiyaha daryeelka khaaska ah. Waxa jira laba qaab oo loo mutaysto Daryeelka Gaarka ah.

Ugu Qalmidda Hab #1:

Waa inaad buuxisa afarta shardi ee hoose si aad u mutaysato.

1. Dhibco ADL oo 22 ama kawayn; iy
2. Baahida barnaamij leexinta/meel kale dhigidda; iy
3. U qalmida daawayn, qalabka korontada, iyo caawimo gaara ood u baahan tahay oo la xidhiidha suuliga; iy
4. Baahida Range of Motion program oo ay bixiyaan bixiyayaal DSHS lacagta siiso aqoona u leh

Jadwalka hoose wuxuu si faah faahsan u qorayaa shuruudaha 2-4.

2. **Barnaamijka isrogiidda iyo/ama meel bedelka:** Barnaamij xidhiidh oo joogto ah oo loogu talo galay beddelidda booska jidhkaaga si looga hortago burbur ku dhaca jidhka (caabuqyada sariirta).

3. **U qalmidda daawyn, maacuunta, ama caawimo gaar ah oo aad u baahantahay oo la xidhiidha suuliga.**

Waa in ay ku jiraan mid ama in kabadan oo ku wan ah:

- Kaateetarka debadda
 - Kaateetarka marmarka ah
 - Kaateetarka gudaha
 - Barnaamijka Mindhicirka: barnaamij joogto ah, soconayaa oo ay ku jiri karto faro galino oon ahayn daawayn afeed oo kale sida kicinta dhijitaalka, saboostooyin la iska iibsano ama saabuunta dabada futada la geliyo “enema”.
 - Daryeelka qalliinka
 - Ku tiirsanaan buuxda waxay ka dhigan tahay maad awoodayn inaad qabato wax la xidhiidha suuliga. Maad awoodayn inaad fuusho kana degto suuliga, booga sariirta dhinac yaal, ama weelka kaadida. Isma masixi kartid ama nadiifin kartid, iskamana beddeli kartid maro dhawrta ama nigiska, ama iskuma hagaajin kartid dharka. Haddaanad isticmaalin suuli, gabi ahaanba waxaad ku tiirsan tahay qof caawimada isticmaalka kaateetarka, kolostomiga, booga, ama goobta kaadinta.
4. **Barnaamijka aagga dhaqaaqa :** Barnaamijka aagga dhaqaaqa waxa nashqadeeyey xirfadleh (kalkaaliso ama dhakhtar) barnaamijku waxa uu joogteeyaa dabacsanaanta iyo faa’iidada socodka kala goysyada jidhka. Waxa jira laba nooc oo range of motion programs ah.

Qaybo badan oo barnaamij dhaqaaqa: kani waa jimicsi aad ku joogtaynaso shaqada kala goyskaaga. Waxaad uga baahan kartaa caawimo leh tilmaamid ama xasuusin daryeelahaaga.

or

Passive range of motion program (waa inaad da’ ahaan ka waynaataa 3 jir): Ma awoodid inaan dhaqaaqiso isgows oo waxaad u baahan tahay daryeele si uu u qabto joogtaynta dhaq

dhaqaajinta is gows kasta.

Haddaad ku nooshahay guriga, waa inay ku siiyaan qaybo badan oo barnaamij socod ah: bixiye Qofa (IP), bixiye Hay'ada, xanaanaynta waajibaadka Gaarka ah, ama daryeelka Is-haga (kaliya IP). Haddaad ku nooshahay meel lagu noolaato, waa inay ku siiyaan: Adult Family Home/shaqaalaha guriga Boarding, xarunta RN/LPN, shaqaalaha xarunta, ama xanaanaynta waajibaadka gaarka ah.

Ugu Qalmidda Hab #2:

Waa inaad buuxisaa dhammaan shanta shardi ee hoos ku qoran si aad u mutaysato.

1. Dhibco ADL oo 22 ama kawayn; iy
2. Baahida barnaamij leexinta/meel kale dhigidda; iy
3. Baahida Range of Motion program oo ay bixiyaan bixiyayaal DSHS lacagta siiso aqoona u leh; iy
4. Taageerada Nafaqada IV ama ku quudinta Tuunbada halkaasoo isku gaynta kaalooriska laga helo halkii IV ama tuunbo uu ka wayn yahay 50% dareeraha aad ka heshay faleebad (IV) ama tuunbadu waxay ka wayn tahay 2 koob; iy
5. Baahida caawimada Dialysis ama hawo-siye oo ay bixiyaan bixiyayaal aqoon u leh oo DSHS lacagta siiso.

Jadwalka hoose wuxuu si faah faahsan qorayaa shuruudaha 2-5.

2. Barnaamija isrogidda iyo/ama meel bedelka: Barnaamij xidhiidh oo joogto ah oo loogu talo galay beddelidda booska jidhkaaga si looga hortago burbur ku dhaca jidhka (caabuqyada sariirta).

3. Barnaamijka aagga dhaqaaqa : Barnaamijka aagga dhaqaaqa waxa nashqadeeyey xirfadleh (kalkaaliso ama dhakhtar) barnaamijku waxa uu joogteeyaa dabacsanaanta iyo faa'iidada socodka kala goysyada jidhka. Waxa jira laba nooc oo range of motion programs ah.

Qaybo badan oo barnaamij dhaqaaqa: kani waa jimicsi aad ku joogtaynaso shaqada kala goyskaaga. Waxaad uga baahan kartaa caawimo leh tilmaamid ama xasuu sin daryeelahaaga..

Ama

Passive range of motion program (waa inaad ka waynaataa 3 sanno jir): Ma awoodid inaan dhaqaaqiso kalagoys oo waxaad u baahan tahay daryeele si uu u qabto joogtaynta dhaq dhaqaaqinta kalagoys kasta.

Haddaad ku nooshahay guriga, waa inay ku siiyaan qaybo badan oo barnaamij socod ah: bixiye Qofa (IP), bixiye Hay'ada, xanaanaynta waajibaadka Gaarka ah, ama daryeelka Is-haga (kaliya IP). Haddaad ku nooshahay meel lagu noolaato, waa inay ku siiyaan: Adult Family Home/shaqaalaha guriga Boarding, xarunta RN/LPN, shaqaalaha xarunta, ama xanaanaynta waajibaadka gaarka ah.

4. Taageerada cunta/dareere: Saddex hoosaba waa loo baahan yahay.

- Waxaad u baahan tahay taageerada nafaqada IV ama tuumbo ku quudin;
- Isugaynta kaalooriyada aad ku heshay faleebada (IV) ama tuunbadu waa ugu yaraa 50%;
- Qaadashada dareeraha aad ka heshay faleebada (IV) ama tuunbadu wuxuu ka wayn yahay 2 koob maalintii.

5. Taageerada Dhaay'aalasis ama Hawo-siiye: Waxaad u baahan tahay caawimo adoo isticmaalaya hawo-siiye ama sifaynta dhiigga "dialysis" oo ka yimi bixiyaha lacagta qaata DSHS ee u qalma: Bixiyaha shakhsi (IP), bixiyaha Wakaaladda, xanaanaynta waajibaadka Gaarka ah, ama daryeelka Is-haga (IP kaliya)

Taageerada Dailysis ama Ventilator/Respirator: Waxaad u baahan tahay caawimo

isticmaalka naacaw-siye ama neefiye ama sifaynta dhiigga aad ka hesho bixiye DSHS oo lacaga oo aqoon u leh. Haddaad guriga ku nooshahay, caawimada waa inuu ku siiyaa bixiye Qof ah (IP), bixiye Hay'ada ah, xannaanaynta waajibaadka Gaarka ah, ama daryeelka is-haga (kaliya IP). Haddaad ku nooshay deegaan, waa inuu bixiyaa: Adult Family Home/shaqaalaha guriga Boarding, xarunta RN/LPN, shaqaalaha xarunta, ama xannaanaynta waajibaadka gaarka ah.

Taageerada Aan Caadiga Ahayn:

Taageerada aan caadiga ahayn waa caawimo aad ka hesho saaxiib, jaar, ama xubin qoys. Taageerada aan caadiga ahayn waxa sidoo kale kamida barnaamijyo sida Adult Day Health ama khayraadka bulshada sida koox kiniisad. Marka laga reebo barnaamijyada qaar sida Adult Day Health, lacag kama bixino taageerada aan caadiga ahayn. Haddaad leedahay taageero aan caadi ahayn, waxaad heli caawimo saacado yar oo lacag ah markaad helayso adeegyada daryeelka shakhsiga gurigaaga. (Ma eegno taageerada aan caadiga ahayn haddaad joogto meel lagu noolaado sida Adult Family Home ama Boarding Home.) Isku hagaajinta taageerada aan caadiga ahayn waxay ku salaysan tahay inta aad caawimo aad heli karto si loo caawiyo daboolista baahiyahaaga.

Waxaanu isticmaalaa tibaaxahan soo socda markaan ka xaajoonayno taageerada aan caadiga ahayn:

- **La daboolay:** Marka taageero aan caadi ahayni ay daboolaan dhamaam baahiyahaagii caawinta shaqo. Tusaale ahaan, ma awoodid inaad karsato cunto laakiin inantaada ayaa kuu karisay dhammaan cuntooyinkaagii bilaa lacag.
- **Daboolid qayb ahaan:** Marka taageerada aan caadiga ahayn ay buuxiso qayb kamida baahidaada caawimo doon. Tusaale, ma awoodid inaad cunto karsato jaar aan lacag qaadanna casho kuu keeno 2 jeer toddobaadkii.
 - Haddii taageerada aan caadiga ahayni ay daboosho qayb ahaan baahiyadaada caawimo shaqo waxaanu eegi si aan u aragno sida aad ugu baahan tahay caawimo. Markaas waxaanu eegi sida loo heli karo taageerada aan caadiga ahayn:
 - Wax kayar $\frac{1}{4}$ wakhtiga.
 - $\frac{1}{4}$ illaa $\frac{1}{2}$ wakhtiga.
 - $\frac{1}{2}$ illaa $\frac{3}{4}$ wakhtiga.

- Wax kabadan $\frac{3}{4}$ wakhtiga.
- **Aan la daboolin:** Ma lihid caawimo taageero aan caadi ahayn. Tusaale, wax ma karsan kartid mana jirto cid wax kuu karin doontaa.
- **Hawlo ma dhicin/Macmiilku wuu diiday:** Waxaad u baahan tahay caawimo leh ADL ama IADL, laakiin ma rabtid in daryeelahaaga lacagta ah ama qof kaleba kaa caawiya. Tusaale, qiimayntaada kahor, inantaada ayaa kaa soo booqaday meel magaalada ka baxsan waxayna kaa caawisay suuliga. Hadda way tagaysa. Ma rabtid caawimada suuliga ee daryeelahaaga lacagta ah ama cid kaleba.*
- **Hawlo ma dhicin/Macmiilku ma awood:** Ma awoodid gudashada ADL ama IADL. Tusaale, quadriplegic ma awoodo gudashada ADL ee Lugaynta Qolka dhexdiisa.
- **Howlo ma dhicin/maya bixiye:** waxaad u baahan tahay caawimo ay la socoto ADL ama IADL waxayna aqbali lahaayeen caawimo, laakiin shaqadii ma dhicin waayo maad haysan daryeele ku caawiya. Tusaale, waxaad u baahan tahay caawimo qubaysiga saddex jeer toddobaadkii, laakiin daryeelahaagu kuma caawin karo shaqadan sababtoo ah waxay ka dhaawacantay dhabarka.*

* Fiiri sharaxaada Dhico siinta Hawlaha Nolol Maalmeedka ee ka horreeyey Fasirahan.

Tusaalayaal:

Jadwalka dhammayska ah ee u qalmidda ADLs/IADLs-ka oo dhan wuxuu ku yaala dhammaadka qaybta Taageerada Aan Caadiga ahayn. Shaxankaasi wuxuu bixinayaa Qiimaha Boqolkiiba ee u qalmid kasta oo ADL/IADL.

Tusaale # 1:

Ginny waa 85 jir. Waxay kali ku noolayd abaarmenka waawaynka. Waxay heshaa 47 saacadood bishii oo adeegyada daryeelka shakhsiyeed ee guriga ah. Ginny waxay u baahan tahay caawimo labis, u qaadista daawada, qubays, nadaafadda shakhsiyeed, soc socod debadda abaarmenkeeda ah, cunto diyaarin, shaqo guri, tukaamaysi, iyo gaadhista ballamaheega caafimaad.

Qoyska Ginny waxay diyaariyaan qadadeeda iyo cashadeeda oo dhan. Waxay la joogaan oo u diyaariyaan qadada iyo cashada. Marmarka qaar marka ayna la joogi karayn, Ginny waxay diirsataa cunto ay u sii diyaariyeen oo kaga tageen tallaagaddeeda. Daryeelaha lacagta ah ee Ginny wuxuu diyaariyaa quraacda Ginny.

Ginny waxay caawimo ka heshaa qoyskeeda oo diyaariya 14 kamida 21 cunto ee ay cunto toddobaadkii. Kani waa $\frac{2}{3}$ kamida cuntada Ginny cunto. $\frac{2}{3}$ waa jajab u dhaxaysa $\frac{1}{2}$ - $\frac{3}{4}$. Baahida Ginny caawimo cunto diyaarin “Qayb ahaan waxa daboolay” qoyskeed $\frac{1}{2}$ - $\frac{3}{4}$ ee wakhtiga.

Dhammaan baahiyaha Ginny ee caawimo labis, qaashada daawaynteeda, qubays, nadaafadda shakhsiyeed, shaqo guri, tukaamaysi, iyo tagidda ballamaheega caafimaad “Lama daboolin.” Tan waxa u sababa Ginny ma leh cid ka caawisa waxyaalahan marka laga reebo daryeeleheega lacagta ah.

Saacadaha daryeelka shakhsiyeed ee Ginny waxa la dhima 3 saacadood bishii caawimada qoyskeeda awgeed. Ugama baahna caawimo badan dareeleheega lacagtaah. Xisaabta waxa lagu sharxay hoos. Waxay ku salaysan tahay qawaaniinta DSHS.

U qalmidda caawimada baahiyaha Ginny ee ADLs iyo IADLs ayaa marka hore la isku darayaa. ADL kastaa uma qalmo ADL. Ginny waxay u baahan tahay 4 u qalmid ADLs. Waxay kala yihiin dhargashiga, qaadashada daawaynteeda, qubayska, iyo nadaafadda shakhiseed. Baahida Ginny ee caawimo soc socod debadda abaarmenkeeda ma aha mutaysi ADL.

Ginny waxay caawimo uga baahan tahay 4 mutaysi IADL. Waxay kala yihiin diyaarinta cunta, shaqo gurida, tukaamaysiga, iyo tagista ballamaheega caafimaad.

Qaynuunka DSHS wuxuu siinayaa Qiime Boqoliiba xaddiga caawimo ee Ginny heshay u qalmid kasta oo ah ADL ama IADL. Qiimaha Boqoliiba wuxuu eegayaa 2 shay:

- Bal haddii uu jiro wax kaalmo taageero aan caadi ahayn ah u qalmid kastoo ADL/IADL; iyo
- Kaalmo intee leeg ayaa jirta, hadday jirto.

Halkan waxa ah Shaxan kusaabsan Ginny iyo mutaysigeeda ADLs/IADLs. Ginny waxay leedahay kaalmo qayb ahaan ama caawimo cunto diyaarin oo qoyskeeda uga timaad. Ginny ma laha wax kaalmo ama caawimo ah wax kastoo kale (laga reebo ta daryeeleheega lacagta ah).

Jadwalka hoose, maxaa “n/a” (aan khusayn) loogu calaamadiyey Kaalmo La Heli karo wax kasta oon ka ahayn “cunto diyaarin”? Sababtoo Kaalmada La Heli karo waa la calaamadiyaa kaliya haddii uu jiro kaalmo qayb ah oo loo heli karo ADL/IADL. N/A waxa la calaamadiyaa marka:

- Kaalmo lama heli karo (Lama daboolin);
- Kaalmada guud waa la helay (Kulmay);
- ADL/IADL ma dhicin waayo maad awoodayn ama maad lahayn bixiye;
- ADL/IADL ma dhicin waayo adaa diiday in lagu caawiyo.

ADLs/IADLs	Xaalka	Kaalmada Jirta	Qiimaha Boqolkiiba
Dhar-xidhasho	Aan la daboolin	M/KH (ma kusayso)	1
Caawimo caafimaad	Aan la daboolin	M/KH (ma kusayso)	1
Qubays	Aan la daboolin	M/KH (ma kusayso)	1
Nadaafada Qofka	Aan la daboolin	M/KH (ma kusayso)	1
Diyaarinta cuntada	Daboolid qayb ahaan	$\frac{1}{2}$ illaa $\frac{3}{4}$ wakhtiga	.1
Shaqo guriga	Aan la daboolin	M/KH (ma kusayso)	1
Tukaamaysi	Aan la daboolin	M/KH (ma kusayso)	1
U socdaalidda ballamaha caafimaad	Aan la daboolin	M/KH (ma kusayso)	1

Wadarta Qiimaha Boqolkiiba = 7.1

Wadarta # u qalmidda ADLs.IADLS = 8

Talaabada 1 iyo 2 waa in la isku daro wadarta Qiimaha Boqolkiiba iyo wadarta tirada u qalmidda ADLs/ADLs. Eeg sare.

Tallaabada 3 waa in loo qaybiyo wadarta Qiimaha Boqolkiiba tirada u qalmidda ADLs/IDLs. Xaddigaasi waa Qiimaha A. $7.1 \div 8 = .8875 =$ Qiimaha A. Tiradan waxa lagu duubaa .89.

Tallaabada 4 waa in laga jaro Qiimaha A 1. $1 - .89 = 0.11$. Kani waa Qiimaha B.

Tallaabada 5 waa in loo qaybiyo Qiimaha B 3. $.11 \div 3 = .036$. Kani waa Qiimaha C. Kan waxa lagu duubaa .04.

Tallaabada 6 waa in lagu daraa Qiimaha A Qiimaha C. $.89 + .04 = .93$. Tani waa Qiimaha D.

Tallaabada 7 waa in lagu dhufto Qiimaha D salka saacadaha ee Ginny (kuwaas oo ah 47). $47 \times .93 = 43.71$. Tiradan waxa lagu duubaa 44. Tani waa tirad saacadaha ee daryeelka qof ahaaneed ee ay Ginny heli doonto bishii.

Salka saacadaha ee Ginny waxa la yarayn doonaa 3 saacadood bishiiba maadaam oo qoyskeedu u diyaariyo cashadeeda iyo qureecdeeda. $(47 - 44 = 3)$ saacado kayar bishiiba.)

Tusaale # 2:

Sam waa 37 jir. Waa naafo labada lugood, wuxuu isticmaalaa gaadhi curyaan, wuxuu la noolyahay rafiiqiisa guriga, John. John wuxuu ka shaqeeyaa debadda gurigooda. Sam wuxuu u baahdaa caawimo dhaqdhaqaaqa sariirta, beddelista, suuliga, labisashada, nadaafadda qof ahaaneed, qubaysiga, diyaarinta cuntada, shaqada guriga, iyo tukaamaysiga. Maadaama oo uu curyaan yahay ma awoodo inuu socdo. Sam wuxuu ku helaa 327 "sal" saacadood guriga adeegyada daryeelka qof ahaaneed bishiiba.

John wuxuu u diyaariyaa qureecda iyo qadada Sam Sabtida iyo Axada. John wuxuu u diyaariyaa cashada Sam 3 jeer todobaadkii. dareelaha Sam wuxuu u diyaariyaa quraacdiisa iyo qadadiisa todobaadkii. John wuu shaqeeyaa 4 ta habeen ee kale sidaa darteed daryeelaha

Sam ee lacagta qaata ayaa diyaariya cashada Sam ee habeenadaas.

Sam wuxuu ka helaa caawimo John kaas oo diyaariya 7 ka mid ah 21 cunto ee Sam cuno toddobaad kasta. Tani waa $\frac{1}{3}$ cuntooyinka Sam loo diyaariyo. $\frac{1}{3}$ waa jajabta u dhexaysa $\frac{1}{4}$ - $\frac{1}{2}$. Baahida Sam ee caawinta diyaarinta cuntada waxa qayb ahaan daboolaa John $\frac{1}{4}$ - $\frac{1}{2}$ wakhtiga.

John isgaa qabta dhammaan tukaameysiga iyo shaqada guriga ee Sam. baahida Sam ee caawinta shaqada guriga iyo tukaamaysiga waa la daboolay.

Dhammaan baahiyaha Sam ee in laga caawiyo socod dhaqdhaqaaqa sariirta, beddelidda, isticmaalida suuliga, labiska, nadaafadda qof ahaaneed, iyo qubayska lama daboolin. Tan waxa u sababa Sam ma leh cid ka caawisa arimahan marka laga reebo daryeelihiisa lacagta qaata.

Saacadihii daryeelka qof ahaaneed ee Sim waxa la yareeyay 62 saac bishiiba. Caawinta John awgeed, Sam ugama baahna caawin badan daryeelihiisa lacagta qaata. Xisaabtaa xaga hoose ayaa lagu sharaxay. Waxa lagu saleeyey qaynuunka DSHS.

Uqalmidda ADLs iyo IADLs ee Sam wuxuu u baahan yahay caawimo ayaa marka hore lagu isku gaynayaa. ADL kastaa uma qalmo ADL. Sam wuxuu u baahan yahay caawimo 7 u qalmid ADLs. Waana dhaqdhaqaaqa sariirta, beddelidda, suuliga, labisashada, nadaafadda qofahaaneed, iyo qubayska. Maadaama oo Sam aanu lugayn karin. ADL ku "wuxuu lugeeyaa qolka dhexdiisa" waxa dhibco loo siiyaa sidii oo "Aanu dhicin/macmiilku aanu awoodin." Lugaynta qolka dhexdiisa waxa sidoo kale loo tiriyaa u qalmidda ADL.

Sam wuxuu caawimo uga baahan yahay 3 u qalmid IDLs. Waxay kala yihiin diyaarinta cuntada, shaqada guriga, iyo tukaamaysiga.

Qaynuunka DSHS wuxuu siinayaa Qiime Boqoliiba xaddiga caawimo ee Sam helay u qalmid kasta oo ah ADL ama IADL. Qiimaha Boqoliiba wuxuu eegayaa 2 shay:

- Bal haddii uu jiro wax kaalmo taageero aan caadi ahayn ah u qalmid kastoo ADL/IADL; iyo
- Kaalmo intee leeg ayaa jirta, hadday jirto.

Waakan Jadwal kusaabsan Sam iyo mutaysigiisa ADLs/IADLs. Sam wuxuu leeyahay kaalmo ama caawimo qayb ahaan ee diyaarinta cunto. Wuxuu leeyahay kaalmo ama caawimo buuxda oo ah tukaamaysiga, iyo shaqo guriga. Sam ma leh wax kaalmo ama caawimo ah (laga reebo ta daryeelihiisa lacagta qaata) wax kastoo kale.

Kaalmada loo Heli karo wax kasta laakiin cunto diyaarinta lagu calaamadiyey n/a (aan khusayn.) Jadwalka hoose, sababtee baa loogu calaamadiyey Kaalmada La Heli karo wax kastoo kale? N/A waxa lagu calaamadiyaa marka:

- Kaalmo lama heli karo (Lama daboolin);
- Kaalmada guud waa la helay (Kulmay);
- ADL/IADL ma dhicin waayo maad awoodayn ama maad lahayn bixiye;
- ADL/IADL ma dhicin waayo adaa diiday in lagu caawiyo.

ADLs/IADLs	Xaalka	Kaalmada Jirta	Qiimaha Boqolkiiba
Dhaqdhaqaaqa sariirta	Aan la daboolin	M/KH (ma kusayso)	1
Badalka	Aan la daboolin	M/KH (ma kusayso)	1
Qol Iska-gal ah	May dhicin	M/KH (ma kusayso)	1
Toilet use	Aan la daboolin	M/KH (ma kusayso)	1
Dhar-xidhasho	Aan la daboolin	M/KH (ma kusayso)	1
Nadaafada Qofka	Aan la daboolin	M/KH (ma kusayso)	1
Qubays	Aan la daboolin	M/KH (ma kusayso)	1
Diyaarinta cuntada	Daboolid qayb ahaan	$\frac{1}{4} - \frac{1}{2}$.2
Tukaamaysi	Kulmay	M/KH (ma kusayso)	0
Shaqo guriga	Kulmay	M/KH (ma kusayso)	0

Wadarta Qiimaha Boqolkiiba = 7.2

Wadarta # u qalmidda ADLs.IADLS = 10

Tallaabada 1 iyo 2 waa in loo geeyaa wadarta Qiimaha Boqolkiiba wadarta tirada u qalmidda ADLs/IADLs. Eeg sare.

Tallaabada 3 waa in loo qaybiyaa wadarta Qiimaha Boqolkiiba tirada u qalmidda ADLs/IADLs. Xaddigaasi waa Qiimaha A. $7.2 \div 10 = .72 =$ Qiimaha A.

Tallaabada 4 waa in laga jaro Qiimaha A 1. $1 - .72 = .28$. Kani waa Qiimaha B.

Tallaabada 5 waa in loo qaybiyo Qiimaha B 3. $.28 \div 3 = .093$. Kani waa Qiimaha C. Waxa loo duubaa .09.

Tallaabada 6 waa in la isku geeyo Qiimaha A iyo Qiimaha C. $.72 + .09 = .81$. Kani waa Qiimaha D.

Tallaabada 7 waa in lagu dhufto Qiimaha D saacadaha salka Sam (kuwaasoo ah 327). $327 \times .81 = 264.87$. Lambarkan waxa loo dubaa 265. Kani waa lambarka saacadaha daryeelka qofka ee Sam heli doono bil kasta.

Salka saacadaha Sam waxa la dhimi doonaa 62 saacadood bishii waayo John ayaa u diyaariya woxogaa cunto ah oo qabtana shaqada guriga iyo tukaamaysiga oo dhan. $(327 - 265 = 62$ saacado kayar bishii)

Tusaale # 3:

Bob waa 75 jir. Wuxuu kalidii ku nool yahay gurigiisa. Bob wuxuu u baahan yahay caawimo dhar xidhasho, nadaafadda shakhsiyeed, qubays, cunto diyaarin, shaqo guri, iyo tukaamaysi. Bob wuxuu helaa 69 saacadood ee adeegyada daryeelka shakhsiyeed ee guriga bishii.

Inanka Bob, Joe, wuxuu soo booqdaa dhammaadka toddobaadka. Wuxuu yimaadaa kahor inta Bob aanu seexan Jimcaha waxaanu baxaa Axadda gallinka dambe. Joe wuxuu diyaariyaa cuntooyinka Bob oo dhan Sabtida iyo laba kamida cuntooyinka Bob ee Axadda. Daryeelaha Bob wuxuu diyaariyaa cuntooyinka Bob inta hadahay.

Boq wuxuu ka helaa Joe caawimo kaasoo diyaariya 5 kamida 21 cunto ee Bob toddobaadkii. Tani waa wax kayar $\frac{1}{4}$ cuntooyinka loo diyaariyo Bob. Wax inyar uun kayar $\frac{1}{4}$ wakhtiga kamida waa jajab u dhaxaysa $0-\frac{1}{4}$. Baahida Bob ee caawinta cunto diyaarinta “qayb ahaan waxa daboolay” Joe in kayar $\frac{1}{4}$ oo wakhtiga kamida.

Joe wuxuu ka caawiyaa Bob xidhashada bijaamaha Jimcaha iyo habeenimada Sabtida iyo dhar xidhashaa subaxa Sabtida io Axadda. Bob wuxuu u baahan yahay caawimo dhar xidhasho 14 jeer toddobaadkii. Joe wuxuu ka caawiyaa Bob 4 kamida wakhtiyadaa kuwaasoo inyar uun kabadan $\frac{1}{4}$ wakhtiga kamida. Inyar uun kabadan $\frac{1}{4}$ waa jajab u dhaxaya $\frac{1}{4} - \frac{1}{2}$. Baahida Bob ee dhar xidhasho wuxuu “qayb ahaan daboolay” Joe $\frac{1}{4}$ ilaa $\frac{1}{2}$ wakhtiga.

Dhammaan baahiya caawimo ee Bob ee nadaafadda shakhsiyee, shaqo guri, iyo tukaamaysi lama “Daboolin.” Tan waxa u sababa Bob malaha cid ka caawia waxyaalahan marka laga tago daryeelihiisa lacagta ah. Inkastoo Bob u baahan yahay caawimo qubayska, ma aqbalo caawimada daryeelihiisa, Joe, ama cid kaleba.

Saacadaha daryeelka shakhsiyeed ee Bob waxa la yareeyey 10 saacadood bishii waayo caawimada Joe iyo Bob oon aqbalayn caawimo qubayska. Xisaabtaa hoose ayaa la sharraxay. Waxay ku salaysan tahay qawaaniinta DSHS.

U qalmidda ADLs iyo IADLs ee caawimada baahiyaha Bob ayaa marka hore la isku gaynayaa. ADL kastaa uma qalmo ADL. Bob wuxuu u baahan yahay caawimo 3 ADLs. Waxay kala yihiin dhar xidhashada, nadaafadda shakhsiyeed, iyo qubayska. Laakiin, maadaama Bob aanu aqbalayn caawimo qubays, looma xisaabinayo u qalmid ADL. Bob wuxuu leeyahay 2 u qalmid ADLs kuwaasoo la xisaabiyo.

Bob wuxuu u baahan yahay caawimo 3 IADLs u qalmid. Waxayna kala yihiin cunto diyaarinta, shaqo gurida, iyo tukaamaysiga.

Qaynuunka DSHS wuxuu siinayaa Qiime Boqoliiba xaddiga caawimo ee Bob helay u qalmid kasta oo ah ADL ama IADL. Qiimaha Boqoliiba wuxuu eegayaa 2 shay:

- Bal haddii uu jiro wax kaalmo taageero aan caadi ahayn ah u qalmid kastoo ADL/IADL; iyo
- Kaalmo intee leeg ayaa jirta, hadday jirto.

Waakan Jadwal kusaabsan Bob iyo mutaysigiisa ADLs/IADLs. Bob wuxuu leeyahay kaalmo qayb ahaan ama caawimo cunto diyaarinta iyo dhar gashi.

Kaalmada loo Heli karo wax kasta laakiin cunto diyaarinta iyo dhar gashiga lagu calaamadiyey n/a (aan khusayn.) Jadwalka hoose, maxay baa “n/a” loogu calaamadiyey Kaalmada La Heli karo ee nadaafadda shakhsiga, tukaamaysiga, shaqo guriga, iyo qubayska? N/A waxa lagu calaamadiyaa marka:

- Kaalmo lama heli karo (Lama daboolin);
- Kaalmada guud waa la helay (Kulmay);
- ADL/IADL ma dhicin waayo maad awoodayn ama maad lahayn bixiye;
- ADL/IADL ma dhicin waayo adaa diiday in lagu caawiyo.

ADLs/IADLs	Xaalka	Kaalmada Jirta	Qiimaha Boqolkiiba
Dhar-xidhasho	Daboolid qayb ahaan	$\frac{1}{4} - \frac{1}{2}$.55
Nadaafada Qofka	Aan la daboolin	M/KH (ma kusayso)	1
Qubayska (lama xisaabin)	Decline	M/KH (ma kusayso)	0
Diyaarinta cuntada	Daboolid qayb ahaan	less than $\frac{1}{4}$.3
Tukaamaysi	Aan la daboolin	M/KH (ma kusayso)	1
Shaqo guriga	Aan la daboolin	M/KH (ma kusayso)	1

Wadarta Qiimaha Boqolkiiba = 3.85

Wadarta # u qalmidda ADLs.IADLS = 5

Tallaabada 1 iyo 2 waa in loo geeyaa wadarta Qiimaha Boqolkiiba wadarta tirada u qalmidda ADLs/IADLs. Eeg sare.

Tallaabada 3 waa in loo qaybiyo wadarta Qiimaha Boqolkiiba tirada u qalmidda ADLs/IADLs. Xaddigaasi waa Qiimaha A. $3.85 \div 5 = .77$.

Tallaabada 4 waa in laga jaro Qiimaha A 1. $1 - .77 = .23$. Kani waa Qiimaha B.

Tallaabada 5 waa in loo qaybiyo Qiimaha B 3. $.23 \div 3 = .07666$. Kaasoo loo duubo .09. Kani waa Qiimaha C.

Tallaabada 6 waa in la isku geeyo Qiimaha A iyo Qiimaha C. $.77 + .08 = .85$. Kani waa Qiimaha D.

Tallaabada 7 waa in lagu dhufto Qiimaha D saacadaha salka Bob (oo ah 69). $69 \times 0.85 = 58.65$. Tiradan waxa loo duubayaa 59. Kani waa tirada saacadaha daryeelka shakhsiga ee Bob heli doono bil kasta.

Salka saacadaha Bob waxa la dhimi doonaa 10 saacadood bishii waayo Joe wuxuu diyaariyaa cuntada dhammaadka toddobaadka inta badan, wuxuu ka caawiyaa Bob labbiska dhammaadka toddobaadka, iyo Bob oo diida caawimada qubayska. $(69 - 59 = 10$ saacado kayar bishii)

Tusaale # 4:

Janet waxay la nooshahay odaygeeda, Bill. Janet waa 63 jir. Bill waa 65 jir. Wali wuu shaqeeyaa, lakiin kaliya qayb wakhiga ka mid ah. Janet waxa haysa dhaawaca neerfaha maskaxda "multiple sclerosis". Waxay heshaa 115 "sal" saacadood oo adeegyada daryeelka ee shakhsi ahaaneed ee guriga bishiiba. Janet waxay u baahan tahay caawimo dhar xidhashada, qubaysiga, nadaafada qof ahaaneed, beddel, socodka gurigeeda debaddiisa, diyaarinta cuntooyinka, shaqada guriga, tukaamaysiga, iyo tagidda balamadeeda caafimaad.

Bill isagaa diyaariyaa cashadiisa iyo ta Janet habeen kasta. Sidoo kale wuxuu diyaariyaa qureecda iyo qadada Janet dhammaadka todobaadka. Daryeelaha lacagta qaata ee Janet wuxuu diyaariyaa qureecda iyo qadadeeda todobaadkii.

Janet waxay ka heshaa caawimo Bill 11 kamid ah 21 cunto ee ay todobaadkii cunto. Tani waxay inyar ka sarysaa $\frac{1}{2}$ cuntooyinka loo diyaariyo Janet. Wax inyar kabadan $\frac{1}{2}$ waa jajabta u dhexeeya $\frac{1}{2}$ - $\frac{3}{4}$. Baahida Janet in laga caawiyo diyaarinta cuntada waxa "Qayb ahaan daboolay" Bill $\frac{1}{2}$ - $\frac{3}{4}$ wakhtiga.

Bill wuxuu ka caawiyaa Janet xidhasha bijaameheeda habeen kasta. Daryeelaha Janet ee lacagta qaataa wuxuu ka caawiyaa labiska aroortii. Janet waxay u baahan tahay caawin labisashada 14 jeer todobaadkii. Bill wuxuu ka caawinayaa Janet labiska $\frac{1}{2}$ wakhtiga. $\frac{1}{2}$ wakhtigu waa jajabka u dhexeeya $\frac{1}{2}$ - $\frac{3}{4}$. Baahida Janet ee caawinta labiska waxa "qayb ahaan waxa daboolay) Bill $\frac{1}{2}$ - $\frac{3}{4}$ wakhtiga.

Bill wuxuu ka caawiyaa Janet ka kicida fadhiga habeen kasta kadib markay tiifiiga daawadaan. Daryeelaha Janet ee lacagta qaataa wuxuu ka caawiyaa ka soo kicidda sariinta aroortii todobaadkii. Daryaalaha lacagta qaataa ee Janet wuxuu sidoo kale ka caawiyaa ka kicida fadhiga maalmaha toddobaadka. Bill wuxuu Janet ka caawiyaa ka kicidda sariirta iyo ka kicida fadhiga dhammaadyada toddobaadka. Janet waxay u baahan tahay caawimo ka soo toosida sariirta iyo ka kicidda fadhiga 21 jeer todobaadkii. Caawinta ka kicidda sariirta ama ka degidda fadhigu waa Beddel. Bill waxa uu ka caawiyaa Janet beddelka 11 ka mid ah 21 jeer taas kaasoo inyar ka badan $\frac{1}{2}$ wakhtiga ay Janet u baahantahay caawimo. Wax inyar kabadan $\frac{1}{2}$ waa jajabta u dhexeeya $\frac{1}{2}$ - $\frac{3}{4}$. Baahida Janet ee caawimada beddelida waxa "qayb ahaan buuxiyey" Bill $\frac{1}{2}$ - $\frac{3}{4}$ wakhtiga.

Bill wuxuu qabtaa shaqada guriga iyo tukaamaysiga labadaba. Baahida Janet ee caawinta shaqada guriga iyo tukaamaysiga waa la "Daboolay".

Daryeelaha Janet ee lacagta qaataa wuxuu siiyaa dhamaan caawinta baahiyaha Janet ee qubaysiga, nadaafadda qof ahaaneed, iyo u qaadida balamada caafimaad. Janet waxay qubbaysataa todobaadkii 3 jeer. Janet waxay u tagtaa dhakhterkeeda ugu yaraan hal mar bishii ama inta badan, laba jeer bishii. Waxa intaa dheer, waxay xaadirtaa daaweyn jidheed todobaadkii mar. Daryeeleheeda lacagta qaataa wuxuu u qaadaa dhammaan ballamahan. Baahida Janet ee ka caawinta qubaysiga, nadaafadda qof ahaaneed iyo tagida ballamaha caafimaad "Lama daboolin".

Daryeelaha Janet ee lacagta qaataa sidoo kale wuxuu Janet ka caawiyaa inay u lugayso si badbaado ah sanduuqa boosta toddobaadkii.

Saacadaha daryeelka qof ahaaneed ee Janet waxa la yareeyay 39 saacadood. Caawinta Bill darteed, Janet ugama baahna caawin badan daryaaheeda lacagta qaada. Xisaabtaas xag hoose ayaa lagu sharaxay.

Mutaysiga caawimada baahida Janet ee ADLs iyo IADL ayaa marka hore la isku darayaa. ADL kastaa uma qalmo ADL. Janet waxay caawimo u baahan tahay 4 ay qalanto ADLs. Waxay kala yihiin dhar xidhasho, qubays, nadaafadda shakhsiyeed, iyo goob beddel. Baahida Janet ee caawimo soc socod debadda gurigeeda ma mudna ADL.

Qaynuunka DSHS wuxuu siinayaa Qiime Boqoliiba xaddiga caawimo ee Janet helay u qalimid kasta oo ah ADL ama IADL. Qiimaha Boqoliiba wuxuu eegayaa 2 shay:

Janet waxay u qalantaa 4 IADLs. Waxay kala yihiin cunto diyaarinta, shaqo guriga, tukaamaysiga, iyo tagista ballamaheeda caafimaad.

- Bal haddii uu jiro wax kaalmo taageero aan caadi ahayn ah u qalimid kastoo ADL/IADL; iyo
- Kaalmo intee leeg ayaa jirta, hadday jirto.

Waakan Jadwal kusaabsan Janet iyo mutaysigeeda ADLs/IADLs. Janet waxay leedahay kaalmo ama caawimo qayb ahaana oo ah dhar gashiga, beddelka, iyo cunto diyaarinta ka socota Bill. Janet ma laha kaalmo ama caawimo (laga reebo ta daryeeleheega lacagta qaata) qubays, nadaafadda shakhsiyeed, ama socdaal ballamaha caafimaad. Janet ugama baahna wax kaalmo shaqo guri ama tukaamaysi ah ah daryeeleheega lacagta qaata.

Kaalmada loo Heli karo wax kasta laakiin dhar gashiga, beddelka iyo cunto diyaarinta lagu calaamiyey n/a (aan khusayn.) Jadwalka hoose, sababtee baa "n/a" loo calaamiyey Kaalmada Jirta wax kastoo kale? N/A waa la calaamiyaa markii:

- Kaalmo lama heli karo (Lama daboolin);
- Kaalmada guud waa la helay (Kulmay);
- ADL/IADL ma dhicin waayo maad awoodayn ama maad lahayn bixiye;
- ADL/IADL ma dhicin waayo adaa diiday in lagu caawiyo.

ADLs/IADLs	Xaalka	Kaalmada Jirta	Qiimaha Boqolkiiba
Dhar-xidhasho	Daboolid qayb ahaan	$\frac{1}{2} - \frac{3}{4}$.35
Qubays	Aan la daboolin	M/KH (ma kusayso)	1
Nadaafada Qofka	Aan la daboolin	M/KH (ma kusayso)	1
Transfer	Daboolid qayb ahaan	$\frac{1}{2}$ illaa $\frac{3}{4}$ wakhtiga	.5
Diyaarinta cuntada	Daboolid qayb ahaan	$\frac{1}{2}$ illaa $\frac{3}{4}$ wakhtiga	.1
Shaqo guriga	Kulmay	M/KH (ma kusayso)	0
Tukaamaysi	Kulmay	M/KH (ma kusayso)	0
U socdaalidda ballamaha caafimaad	Aan la daboolin	M/KH (ma kusayso)	1

Wadarta Qiimaha Boqolkiiba = 3.95

Wadarta # u qalmidda ADLs.IADLS = 8

Tallaabada 1 iyo 2 waa in loo geeyaa wadarta Qiimaha Boqolkiiba wadarta tirada u qalmidda ADLs/IADLs. Eeg sare.

Tallaabada 3 waa in loo qaybiyo wadarta Qiimaha Boqolkiiba tirada u qalmidda ADLs/IADLs. Xaddigaasi waa Qiimaha A. $3.95 \div 8 = .49375 =$ Qiimaha A. Tiradan waxa loo duubaa .49.

Tallaabada 4 waa in laga jaro Qiimaha A 1. $1 - .49 = .51$. Kani waa Qiimaha B.

Tallaabada 5 waa in loo qaybiyo Qiimaha B 3. $.51 \div 3 = .17$. .09. Kani waa Qiimaha C.

Tallaabada 6 waa in la isku geeyo Qiimaha A iyo Qiimaha C. $.49 + .17 = .66$. Kani waa Qiimaha D.

Tallaabada 7 waa in lagu dhufto Qiimaha D saacadaha salka Janet (oo ah 115). $115 \times 0.66 = 75.9$. Tiradan waxa loo duubayaa 76. Kani waa tirada saacadaha daryeelka shakhsiga ee Janet heli doonto bil kasta

Salka saacadaha Janet waxa la dhimi doonaa 39 saacadood bishii waayo Bill wuxuu u diyaariyaa qureecda iyo qadada dhammaadka toddobaadka, cashada habeen kasta wuxuu ka kaalmeeyaa beddelka iyo labbiska, waxaanu qabtaa tukaamaysiga iyo shaqada guriga oo dhan. ($115 - 76 = 39$ saacado kayar bishii)

Jaantuska Taageerada aan Rasmiga Ahayn

Meds	Is-qiiimayn	Xaaladda	Kaalmada Jirta	Qiimaha Boqolkiiba
Isku maamulidda daawaynta	Sharciyada xeerarka oo dhan way isticmali marka laga reerbo kuwa madaxa bannaan lama tirin	Aan la daboolin	M/KH (ma kusayso)	1
		Kulmay	N M/KH (ma kusayso)	0
		Diidid	M/KH (ma kusayso)	0
		Daboolid qayb ahaan	<1/4 wakhti	.9
			1/4 ilaa 1/2 wakhti	.7
			1/2 ilaa 3/4 wakhti	.5
			>3/4 wakhti	.3
ADL aan wakhti loo qaban	Is-qiiimayn	Xaaladda	Kaalmada Jirta	Qiimaha Boqolkiiba
Dhaqdhaqaaqa sariirta, gudubka, socodka qolka, cunista, isticmaalka suuliga	Sharciyo loo isticmaalo dhammaan xeerarka marka laga reebo: Aan dhicin/macmiil aan awoodin iyo aan dhicin/bixiye ma jiro = 1; Aan dhicin/macmiilku wuu diiday madaxbannaanidana lama tiring.	Aan la daboolin	M/KH (ma kusayso)	1
		Kulmay	N M/KH (ma kusayso)	0
		Diidid	M/KH (ma kusayso)	0
		Daboolid qayb ahaan	<1/4 wakhti	.9
			1/4 ilaa 1/2 wakhti	.7
			1/2 ilaa 3/4 wakhti	.5
			>3/4 wakhti	.3
Jadwalka ADLs	Is-qiiimayn	Xaaladda	Kaalmada Jirta	Qiimaha Boqolkiiba
Dhar-xidhasho, Nadaafada Qofka, Qubays	Sharciyo loo isticmaalo dhammaan xeerarka marka laga reebo: Aan dhicin/macmiil aan awoodin iyo aan dhicin/bixiye ma jiro = 1;	Aan la daboolin	M/KH (ma kusayso)	1
		Kulmay	N M/KH (ma kusayso)	0
		Diidid	M/KH (ma kusayso)	0
			<1/4 wakhti	.75

	Aan dhicin/macmiilku wuu diiday madaxbannaanidana lama tiring.	Daboolid qayb ahaan	1/4 ilaa 1/2 wakhti	.55
			1/2 ilaa 3/4 wakhti	.35
			>3/4 wakhti	.15
IADLs	Is-qiiimayn	Xaaladda	Kaalmada Jirta	Qiimaha Boqolkiiba
Diyaarinta Cuntada, Shaqada Guriga ee joogtada ah Adeegsiga Daruuriga ah	Sharciyada xeerarka oo dhan way isticmali marka laga reerbo kuwa madaxa bannaan lama tirin	Aan la daboolin	M/KH (ma kusayso)	1
		Kulmay	N M/KH (ma kusayso)	0
		Diidid	M/KH (ma kusayso)	0
		Daboolid qayb ahaan	<1/4 wakhti	.3
			1/4 ilaa 1/2 wakhti	.2
			1/2 ilaa 3/4 wakhti	.1
			>3/4 wakhti	.05
IADLs	Is-qiiimayn	Xaaladda	Kaalmada Jirta	Qiimaha Boqolkiiba
U socdaalidda caafimaadka	Sharciyada xeerarka oo dhan way isticmali marka laga reerbo kuwa madaxa bannaan lama tirin	Aan la daboolin	M/KH (ma kusayso)	1
		Kulmay	N M/KH (ma kusayso)	0
		Diidid	M/KH (ma kusayso)	0
		Daboolid qayb ahaan	<1/4 wakhti	.9
			1/4 ilaa 1/2 wakhti	.7
			1/2 ilaa 3/4 wakhti	.5
			>3/4 wakhti	.3
Fasire:				
> waxay tahay kawayn				
< waxay tahay kayar				

Dharmaydhka Debadda, Tukaamaysi, ama Kul Xaabada:

Markaad ku nooshahay guriga, isku hagaajinta saacadahaaga ayaa la sameeyaa markaad leedahay mid ama kabadan kuwan soo socda::

- Dharmaydhka debadda: Kuma haysatid qasaalad/qallajiye gurigaaga. Daryeelahaaga lacagta ahi waa inuu kula joogaa dharmaydhkaaga marka la maydhayo lana qallajinayo.
- Waxaad u jirtaa 45 daqiiqo wax kabadan suuq adeeg buuxa ama farmasi.
- Meesha kaliya ee aad kul ka heshaa waa xaabo waxaanad caawimo uga baahan tahay shaqooyinka sida jeexidda, rasaynta, ama qaadista xaabada.

Waxaa dhici karta inaanad helin saacado badan oo dheeraada markaad u jirto suuq adeeg buuxa ama farmasi meel loo socdo 45 daqiiqo ama aad u baahan tahay xaabo haddaad ka heli karto caawimo taageero aan caadi ahayn. (Taageerada aan Caadig Ahayni ma saamayso saacadaha dharmaydhka debadda). Caawimo aad ka hesho saaxiib, jaar, ama xubin qoys waxa la dhahaa taageero aan caadi ahayn. Taageerada aan caadiga ahayn waxa sidoo kale kujirta khayraadka bulshada sida kooxaha kiniisadda. Lacag kama bixino taageerada aan caadiga ahayn. Waxaanu isticmaalnaa tibaaxahan soo socda markaan ka xaajoonayno taageerada aan caadiga ahayn:

- **La daboolay:** Marka taageero aan caadi ahayni ay daboolaan dhammaan baahiyahaagii caawinta shaqada. Tusaale ahaan, ma sameyn kartid tukaameysi waxaanad u jirtaa in ka badan in oo socdo 45 daqiiqo suuq adeeg dhammaystiran. Inantaada oo aan lacag qaadan, ayaa qabatay dhammaan tukaamaysigaagii.
- **Qayb ahaan La Daboolay:** Marka taageerada aan caadiga ahayn ay kaa daboolo qayb baahidaada caawinta shaqada. Tusaale, farmasiga kuugu dhawi 45 mayl ayuu kaa fogyahay. Mana kaxayn kartid gaadhi. Jaarkaaga, oon lacag qaadan ayaa ku qaada bishii laba jeer laakiin waa inaad tagtaa si toddobaad ah.
 - Haddii baahidaada caawimo shaqo qayb ahaan ay buuxisey taageero aan caadi ahayn waxaanu eegi si aanu fahamno sida caawimo loogu baahan yahay. Dabadeedma waxaanu eegi sida sida loo heli karo taageerada aan caadiga ahan si loo daboolo baahidan:
 - In ka yar $\frac{1}{4}$ wakhtiga (Ogow: yarayn lama sameyn markaad ku nooshahay meel 45 miridh looga socdo adeeg suuq oo dhammaystiran ama farmasi ama xaabo ilaa iyo inta aad kaliya haysato taageero aan caadi ahayn oo kayar $\frac{1}{4}$ wakhtiga kuwan);

- ¼ illaa ½ wakhtiga;
 - ½ illaa ¾ wakhtiga;
 - Wax kabadan ¾ wakhtiga..
- **Aan la buuxin:** Ma jiraan taageero aan caadi ahay. Tusaale, ma samayn kartid tukaamaysigaaga mana jirto cid kuu tukaamayn doonta.
 - **Macmiilku wuu Diiday:** Tan macnehaadu waa inaanad rabin ka caawinta tukaamaysiga ama xaabada.

Tusaalayaal:

Ogow: Xidhiidh qaynuunka ah oo la xidhiidha Dharmaydhka Goobta kabaxsan, Tukaamaysi, iyo Kulka Xaabada waa kadib tusaalihii u dambeeyey.

Tusaale # 1:

Jamie waa 42 jir. Waxay ku nooshahay kaligeed guri gaboobey kaasoo lagu ku iyo dhibaatooyin xaga neefsashada ah oo xiiq uga yimi. Maqaban karto waxa lagama maaraan u ah in ay gurigeeda kululayso. Waxay u baahataa daryeeleheeda lacagta qaata si uu uga caawiyo googoynta, rasynta, iyo qaadida xaabada. jamie waxay u heshaa 158 saacadood adeegyada daryeelka qof ahaaneed ee guriga bishiiba .

Jamie kama hesho caawimo saaxiibo, jaarar, xubno qoys, ama khayraadka bulshada sida kooxda kiniisada. Baahideeda in laga caawiyo xaabada "may daboolin" taageerada aan caadiga ahayn . Maadaama xaabadu ay tahay meesha kali ah ee kulkeeda, waxay heshaa saacado badan sidaa darteed daryeeleheeda lacagta qaata wuu ka caawin karaa tan.

Halkan waxa ah shaxan kusaabsan Jamie iyo baahideeda ku kaalmo ee xaabada.* Kaalmada ku Jirta kolomka saddexaad waxa lagu calaamadiyay N/A maxaa yeelay Jamie ma leh wax taageero aan caadi ahayn oo ka caawisa xaabada.

Xaaladda noolaanshaha	Xaalka	Kaalmada Jirta	Saacado Kudar
Xaabada waxa loo isticmaalaa sidii meesha kaliya ee kul laga helo	Aan la daboolin	M/KH (ma kusayso)	8

Saacadaha = 158
Saacado Kudar = 8

Saacadaha Jamie waxa ku kordhi doona 8 saacadood bishii maxaa yeelay waxay u baahantahay kaalmo ku kululeynta gurigeeda xaabo. (158 + 8=166 saacadood bishiiba)

Tusaale # 2:

Clara waa 85 jir. Waxay ku noolaan jirtay dhismaha abaarmen gaboobay oon lahayn qasaalada ama qallajiye. Daryeeleheega lacagta ahi waa inuu geeyaa dharkeeda la maydhayo doobiilaha u xiga lana joogaa inta dharka la maydhayo. Clara waxay lahayd 65 saacadood bishii 8 saacadoodna waa loo geeyey intaas waayo waxay leedahay dharmayd debadda ah. Clara waxay heli jirtay guud ahaan 73 saacadood bishii. $65 + 8 = 73$.

Clara waxay u guurtay meel u dhaw guriga inanteeda gurigeeda cusubna wuxuu leeyahay qasaalad iyo qallajiye. Clara waxay martay qiimaynteeda sannadlaha ahayd oon ka fogayn kadib guuristeedii. Waxba iskama beddelin qiimaynteedii oon ka ahayn daryeeleheega lacagta ahi inaanu tagin doobiilaha oo uu joogo dharmaydh Clara. Clara xaq uma laha sii wadista 8 saacadood ee dharmaydhka debadda. Clara waxay heshaa 65 saacadood bishii. Ma heli doonto 8 saacadood ee dheeraadka ahaa.

Tusaale # 3:

Scott waa 64 jir macmiila kaas oo ku nool meel aad u miyi ah. Waa in kabadan 45 daqiiqo inta uu u jiro gurigiisu suuq adeeg buuxa ama farmasi. Wuxu ku nooyahay guri gaboobay kaas oo lagu kululeeyo shoolada xaabada. Scott wuxu u noolayahay kali wuuna ku raaxaystaa wakhtigiisa uu miyaga ku qaato. Wuxuu helaa 111 saacood guriga ah adeegga daryeelka qof ahaaneed bishiiba.

Inanka Scott, Ben, wuxuu booqasho ugu yimaadaa toddobaadkii laba jeer. Markuu soo booqdo, wuxuu u jajabiyaa xaabo ku filan lab cisho. Xaabada waxay u baahan tahay in lakeeno sidoo kale. Guriga Scott wuu yaryahay sidaa darteed Ben wuxu keeni karaa xaabo ku filan 2 cisho. Daryeelaha Scott ee lacagta qaataa wuxuu xaabada jajabiyaa 3 jeer toddobaadkii. Sidoo kale wuxuu keenaa in ku filan 2 cisho, 3 jeer toddobaadkii. Scott wuxuu u baahan yahay googoynta xaabada iyo qaadideeda 4 jeer toddobaadkii. Ben wuxuu ka caawiyaa mar ka mid ah 4 jeer taas oo ah $\frac{1}{4}$ wakhtiga. $\frac{1}{4}$ waa jajabta dhaca inta u dhexeysa $\frac{1}{4}$ iyo $\frac{1}{2}$. Baahida Scott ee xaabada "Qayb ahaan waa la daboolay" $\frac{1}{4}$ ilaa $\frac{1}{2}$ wakhtiga. Halkii uu ka heli lahaa 8 saacadood oo dheeraad ah bishii sababtoo ah wuxuu haystaa kaliya xaabo, Scott wuxu heli doonaa 6 saacadood oo dheeraad ah, bishii caawinta Ben darteed.

Scott wuxu u baahan yahay caawinta tukaamaysiga sidaa darteed daryeelihiisa lacagta qaata ayaa qabta tukaameysigiisa. Scott wuxuu heli doonaa 5 saacadood oo dheeraad ah bishii tan maxaa yeelay waxa uu joogaa meel looga soconayo 45 daqiiqo suuq adeeg buuxa ama farmasi. Baahida Scott ee in laga caawiyoo tukaamaysiga fog "Lama daboolin."

Halkan waxa ah Shaxan kusaabsan Scott iyo isku habaynta lagu sameeyey saacadihiisa ku noolaanshaha meel looga soconayo in ka badan 45 daqiiqo suuq adeeg buuxa ama farmasi iyo xaabada. Caawimaa Jirta waxa lagu calaamadinayaa N/A ku noolaanshaha meel looga soconayo joogida in kabadan 45 daqiiqo tukaamaysi muhiim ah maxaa yeelay Scott ma hayto taageero aan caadi ahayn tan.

Xaaladda noolaanshaha	Xaalka	Kaalmada Jirta	Saacado Kudar
Macmiilku wuxuu kabadan yahay 45 daqiiqo tukaamaysiga aasaasiga ah (taasoo loola jeedo wuxuu u jiraa 45 daqiiqo oo hal dhinac loo soconayo suuqa adeegga buuxa).	Aan la daboolin	M/KH (ma kusayso)	5
Xaabada waxa loo isticmaalaa sidii meesha kaliya ee kul laga helo	Daboolid qayb ahaan	U dhaxaysa $\frac{1}{2}$ ilaa $\frac{3}{4}$ ee wakhtiga	4

Saacadaha Scott waxa la kordhin doonaa 9 saac bishii. (111+ 9=120 saac bishii)

<http://apps.leg.wa.gov/wac/default.aspx?cite=388-106-0130>