

Cunto iyo cabitaan caafimaad leh



Cuntadan iyo cabitaanadan ilkaha ayey u fiican yihiin.



Ilko caafimaad qaba.



Cuntooyinkan iyo cabitaanadan ilkaha ayey wax yeelaan.



Ilko aan caafimaad qabin.

Caday ilkaha maalintii laba jeer



Caday subaxdii iyo inta aadan seexan ka hor. Isticmaal daawada Falooriidka leh.



ilko caafimaad qaba ayaa abid raaga

LA XIRIIR

Kalkaaliyaha caafimaadka caruurta

Xanaanada caruurta

Adeegga ilka ee dugsiga

Dhakhtarka ilkaha

Adeegga caafimaadka ilkaha ee cusbitaalka



Dhowrista Ilkaha



Somali

Ilkaha dhalaanka



Dhalaanka Dhalo ha ku seexinin. Casiirka ama caanaha ku hara ilkaha ayaa mataatixin kara.



Buraash yar oo jilicsan ku nadiifi ilkaha dhalaanka oo mari daawada cadayga faloriidka leh.



Bakeeri ku sii cabitaanada. Sii caano ama biyo keliya.

Ilkaha ilmaha aan dugsiga gaarin



Hore u gee dhalaanka dhakhtarka ilkaha, tus: 12- 15 billood jir. Foomamka leyskaga sii qoro weydiiso xanaaneeyaha ama kalkaaliyaha caafimaadka caruurta.



Bar ilmaha aan dugsiga gaarin sida ilkaha loo nadiifiyo. Ka nadiifi aroorta iyo inta uunan seexan ka hor.

Ilkaha Qoyskaaga



Inta ayan caruurtu sideed iyo toban jirsan ka hor daaweynta ilkuhu waa bilaash.



In si joogta ah ilkaha looga hubiyo ayey dadka waaweyn xitaa u baahan yihiin.