

# Talooyin loogu talagalay waalidiinta buuxinaya qiimaynta PCA-ga ee Qiimaynta Xulashada MN

## Kheyraad waalidka

(Tips for parents completing a PCA evaluation through MN Choices Assessment- Somali version)

### Sidee saacadaha PCA-ga loo go'aamiyaa?

Adeegyada PCA-ga waxay ku salaysan yihiin awood la'aanta ilmaha ama da'yarta inay qabtaan hawlo nolol maalmeedka iyaga oo aan gargaar helin; marka la soo gaabiyana loo yaqaan ADLs (activities of daily living). Haddii gargaar loo baahdo, markaas ilmaha waxaa loo arkaa inuu ku tiirsan yahay hawshaas.

### Wa maxay xarakaadka nolol maalmeedka?

ADLs waxaa ka mid ah labiska, qubayska, musqusha, quudinta, dhaqdhaqaaqa, wareejinta, iyo is daryeelka nafsadeed.

### PCA-yada caqabadaha dhaqanka adag

Carruurta leh caqabadaha dhaqanka adag waxay u qalmayaan 30 daqiiqo maalintii oo keliya ee daryeelka PCA-ga haddii aysan jirin caqabo kale ee uusan shaqsigu qaban kareyn gargaar la'aan. Ku-tiirsanaanta dheeraadka ah ee ADL, wakhtigu wuu kordhi karaa. Dhaqdhaqaaq kasta oo gargaar looga baahan yahay, wakhti dheeraad ah ayaa lagu daraa tirada saacadaha PCA-ga.

### Dadka qiimeynta qabta, wa maxay Xulashada MN/Qimeeyaha PCA-ga ee ay raadinayaan?

Qiimeeyuhu wuxuu go'aamiya haddii ilmahaagu u dhamaystiri karo ADL iyo in kale ama haddii ilmuhu u baahan yahay tilmaamo hadal oo joogto ah ama gacan laga geysto hawlaha.

### Sideen ugu doodi karaa adeegyada PCA-ga?

Waalid ahaan, ilmahaaga ada ugu aqoon badan. Haddii ilmahaagu u baahan yahay gacan-ku-heyn ama tilmaamo hadal oo joogto ah, waa inaad u sheegtaa qiimeeyaha. Qiimeeyuhu waxay u baahan yihiin iney bixiyaan macluumaad faahfaahsan oo ku saabsan caqabadaha ilmahaaga, si loo go'aamiyo inta ADL ee ilmahaagu u baahan yihiin, taas oo keenta inay helaan saacadaha PCA ee ilmahaagu baahanyihiin.

**Macluumaad dheeraad ah:** Booqo ilahayada Xarunta Macluumaadka Caafimaadka, si aad u hesho caawimada PCA-ga. [PACER.org/health](https://www.pacer.org/health)