# »Okulondoola okufuula okulunda n‘okuzaaza obumyu okubeera okw‘amagoba«

Amalundiro g‘obumyu bwe gatalabirirwa bulungi tegaleeta magoba eri bannannyini. Okuliisa obumyu tekimala mu kulunda n‘okuzaaza obumyu, okukola amagoba, omuntu omu yeetaaga okukuuma empapula kw‘alondoolera.

Okulaba nga amalundiro g‘obumyu galabirirwa bulungi, omuntu yeetaaga okulondoola oba ekitabo ekikozesebwa okukuuma byonna ebikwata ku by‘ensimbi ekintu ekinaakuyamba okufuna ennyingiza ennungiko.

## Empapula kw‘olondoolera

Ebikozesebwa okugeza obulambe obuteekebwa ku matu, obulambe obulaga ennamba bikozesebwa okulamba obumyu. Empapula kw‘olondoolera zibeeramu ennamba y‘akamyu n‘ennamba y‘akayumba kaako.

Empapula ezirondoolerwako obumyu obukazi zibeerako ennaku z‘omwezi akamyu ako lwe keegattira ku bumyu obuzaala, olunaku akamyu akakazi lwe kaasooka okuweeka, ennaku z‘omwezi ezisuubirwa kwe kalizaalira, omuwendo gw‘obumyu bwe kazadde, omuwendo gw‘obumyu obuto obulamye, n‘obumyu obuto obufudde, omuwendo gw‘obumyu obulamye okutuuka lwe buva ku mabeere n‘okulaga akamyu akakazi gye kava okwewala okuzaaza obumyu okuva mu bumyu bwebumu.

Olupapula okulondoolerwa akamyu akalume kubeerako ebyogera ku kuweeka kwako n‘erinnya ly‘akamyu akakazi n‘ennaku kwe buzaalira. Empapula okulondoolerwa zibaako ennaku z‘omwezi okuweeka lwe kwaliwo, amannya g‘obumyu obukazi bwe buweese n‘omuwendo gw‘obumyu obuto akakazi bwe kazadde.

## Omugaso gw‘okutambula n‘ebiriwo/okuzza obuggya

Ebiwandiikiddwa ku mpapula okulondoolerwa bikozessebwa okugeraageranya omuwendo n‘omugaso gw‘obumyu ku ddundiro. Oba obumyu buzaala nnyo, enfa yaabwo, n‘omuwendo gw‘emmere gye bulidde.

Empapula kw‘olondoolera zirina okuzzibwa obuggya buli lunaku era ne ziterekebwa bulungi okuyambako mu kukola okusalawo. Okugema obumyu kulina okukolebwa oluvannyuma lw‘omwezi era ne kiteekebwa ku mpapula okulondoolerwa okukakasa nga wabeerawo amagoba amalungi.

Enkwata ennungi ey‘eby‘ensimbi erina okukuumibwa ku lw‘enkulaakulana y‘eddundiro. okusaasaanya kwonna okugenze mu kuzaaza obumyu n‘emisolo kulina okuwandiikibwa mu kitabo era alipoota ku by‘ensimbi n‘ekolebwa.