

MA QAADAN KARAA TALLAALKA COVID-19 HADDII AAN UUR LEEYAHAY AMA NAASNUUJINAYO?

042621 SOOMAALI

Khubarada caafimaadka, oo ay kamid yihiin *American College of Obstetricians and Gynecologists* iyo *Society for Maternal-Fetal Medicine*, waxa ay aaminsan yihiin in dhammaan tallaalada laga anisixiyay maraykanka gudhiisa ay yihiin kuwo ammaan u ah dumarka uurka leh iyo kuwa naasnuujinayaba.

Uurka

Tallaalada COVID-19 laguma tijaabin dumarka uurka leh markii lagu gudo jiray wejiyadii tijaabada. Si kastaba ha ahaate, iyagoo ku salaynaya sida midkasta oo ka mid ah tallaalada la ansixiyay sida uu jidhka ugu shaqaynayo, khubaradu waxa ay aamin san yihiin inay ammaan u yihiin adiga iyo ilmahaagaba.

Maxaa ay tahay sababta ay tahay inaan isu tallaalo haddii aan uur leeyahay?

Adiga iyo ilmahaagaba waxa laga yaabaa inay khattar ka badan uu gelin karo COVID-19 marka la barbardhigo tallaalka.

Dumarka uurka leh waxa ay khattar dheeri ah ugu jiraan inay aad ugu xanuunsadaan COVID-19 marka la barbardhigo kuwo aan uurka lahayn. Haddii aad sidoo kale leedahay arrimo kale oo caafimaad, sida dhiigkar ama macaan, khattartaadu waa ay ka ba sii badanaan kartaa. COVID-19 daran waxa uu kordhiyaa khattar uu ilmahaagu xilli aad uhorreeya dhasho (dhalasho muddadeedii ka horraaysa).

Tallaaladu waxa ay yareeyaan fursadaha aad ku qaadayso COVID-19 aad udaran. Sidoo kale, unugyada difaaca ee aad ka samaysanayso tallaalka waxa ay ugudbi karaan ilmahaaga waxayna woxooga difaac ah ka siin karaan ilmahaaga COVID-19.

Maxaa ay tahay inaan weydiyo dhakhtarkayga?

Inaad doorbiddo inaad qaadato tallaalka marka aad uurka leedahay waa go'aan aad umihiim ah. Haddii aad uur leedahay ama aad qorshaynayso inaad uur qaado, waxa laga yaabaa inay ku caawiso inaad la hadasho dhakhtarkaaga ama xaruntaada caafimaad. Halkan waxaa ah waxyaalo aad kala hadli kartid:

- Maxaa uu yahay heerka COVID-19 bulshadaada dhexdeeda intee in le'eg oo dhakhsiyo ah ayaanuu ku faafayaa?
- Maxaa ay tahay khattarta aad shakhsi ahaan ugu jirto inaad qaado COVID-19 iyadoo la eegaayo shaqadaada ama waxqabadyadaada kale?
- Waa maxay khattaraha kaaga imaan kara adiga iyo ilmahaaga shashay COVID-19?
- Halkee ayaa aad ka maraysaa uurkaaga? Waa markee wakhtiga ugu fiican ee aad tallaalka qaadan karto?
- Miyaa ay jirtaa xog cusub oo ku saabsan tallaalada iyo uurka?
- Sidee ayaa aad si ammaan ku jiro ugu daaweyn kartaa saamaynaha xunxun ee tallaalka? Dawooyinkeed aad farmasiiga ka iibsan kartid ayaa kuugu aaminsan?



Haddii aanad lahayn dhakhtar, wac 211 si lagaaga caawiyo inaad hesho daryeel. Waa ay ku caawin karaan xattaa haddii aanad lahayn caymis caafimaad. Waxa kale oo aad ka wici kartaa Xarumaha Daryeelka Aasaasiga ah ee Bukaankii Socodka ee waaxda caafimaadka 503-988-5558 si aad isu diiwaangeliso sidii bukaan cusub.

Booqo <https://multco.us/health/primary-care-clinics> si aad u hesho xog dheeraad ah oo ku saabsan Xarumaha Daryeelka Aasaasiga ah ee Bukaankii Socodka ee Waaxda Caafimaadka.

Haddii aad doorbiddo *inaanad* qaadanin tallaalka marka aad uurka leedahay, taxaddar dheeraad ah samee si aad uraacdo tallaabooyinka kale ee ka hortagga COVID-19: xidho dabool weji, ka fogow lix fiit dadyawga kale ee aan guri kugula noolayn, Ha tegin meelaha isu imaatinada, umaydhna gacmahaaga si joogto ah. Waxa aad tixgelisaa inaad qaadata tallaalka sida ugu dhakhsiyaha badan ka dib marka aad ummusho.

Tallaalku miyaa uu saameynayaa awoodayda aan ku qaadanayo tallaalka mustaqbalka?

Ma jirto caddayn sheegaysa in tallaaladu saamayn doonaan awoodaada aad uur ku qaadaysid ama caruur kudhalaysid. Ku tiri kuteenta ku xidhiidhisa tallaalada COVID-19 ma dhalaysnimada waa been.

Naasnuujinta

Tallaalada COVID-19 laguma tijaabin dumarka naasnuujinaya intii lagu gudo jiray wejiga tijaabada. Si kastaba ha ahaatee, khubarada caafimaadku waxa ay aaminsan yihiin in tallaaladu aamin u yihiin dumarka naasnuujinaya iyo caruurta la naasnuujinayo.

Tallaalada COVID-19 tallaalo aan is laban laabayn – tanoo macneheedu tahay in unugyada fayrasku ee ku jira tallaalku aanay tarmi karin samayn karo in badan oo iyaga ah xanuuna kuguma ridi karaan. Tallaalada aan islaban laabin waxaa la muujiyay inay uyihiin ammaan dumarka naasnuujinaya iyo caruurtooda.

Maxaa ay tahay sababta ay tahay inaan qaato tallaalka COVID-19 haddii aan naasnuujinayo?

Diraaso dhawaan la sameeyay ayaa sheegaysa in tallaalada COVID-19 aad ugu fiican yihiin inay jidhka ka caawiyaan inuu samaysto unugyada difaaca ee iskaga difaacayaan dumarka uurka leh iyo kuwa naasnuujinaya fayraska COVID-19.

Inaad qaadata tallaalka COVID-19 waxa uu kaa ilaalin karaa inaad qaado COVID-19 waana uu ilaalin karaa ilmahaaga. Waxa aad ugudbin kartaa unugyada aad iskaga difaacayso cudurka adoo ugu gudbinaya caanaha naaska ilmahaaga waana ay ilaalin karaan iyaga.

Uma baahnid inaad dib udhigto ama joojiso naasnuujinta haddii aad qaadata tallaalka.



Diiwaanka Uurlayda Qaadata Tallaalka

Saynisyahanadu waxa ay xog dheeri ah ka ogaanayaan tallaalada markasta oo ay dad badani qaataan, kuwanoo ay ka mid yihiin dumarka uurka leh iyo kuwa naasnuujinaya.

Haddii aad uur leedahay qaadatona tallaalka COVID-19, tixgeli inaad ku biirto Diiwaanka Uurlayda Qaadata Tallaalka COVID-19 ee V-safe. Diraasadan mutadawwacnimada ah waxa ay ka caawinaysaa saynisyahanada inay diraaseeyaan saamaynta uu ku leeyahay tallaalku uurka. Dadka doorbida inay isku daraan diiwaanka waa lala soo xidhiidhi doonaa dhowr jeer inta ay uurka leeyihiin iyadoo laga werhelayo xaaladooda caafimaad.

Booqo <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/safety/vsafepregnancyregistry.html> si aad u hesho xog dheeraad ah oo ku saabsan Diiwaanka Uurlayda Qaadata Tallaalka COVID-19 ee V-safe.