

UURKA, NAASNUUJINTA IYO TALLAALKA COVID-19

SOMALI T01821

CDC waxay si xooggan ugu talobixinaysaa tallaalka COVID-19 inay qaataan dadka:

- uurka leh,
- aad dhawaan uur lahayd (oo ay ka mid yihiin dadka naaska nuujinayo),
- aad doonayso inaad uur qaado, ama
- aad qaadi karto uur mustaqbalka.

Talooyinka CDC waa mid waafaqsan talooyinka khabiirada caafimaad ee kale, oo ay ka mid yihiin *Kuuliyada Maraykanka ee Caafimaadka Caruurta iyo Dumarka iyo Bulshada Daaweynta Hooyada iyo Uurku Jirta*.

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

Xogta cusub waxa ay muujinayaa in faa'idada qaadashada tallaalka COVID-19 ay ka badan tahay khattaraha ka iman kara ee la filan karo iyo kuwa aan laba garanaynba. Adiga iyo ilmahaagu waxaad khattarta idinkaga iman karta inaad qaadaan COVID-19 ayaa ka weyn qaadashada tallaalka.

Dumarka uurka leh iyo kuwa dhawaan uurka qaaday waxay u badan tahay inay xanuun aad u daran ka qaadaan ama in loo dhigo isbitaalka COVID-19. Haddii aad sidoo kale leedahay arrimo kale oo caafimaad, sida dhiigkar ama macaan, khattartaadu waa ay ka ba sii badanaan kartaa. Dumarka uurka leh ee qaba COVID-19 waxay sidoo kale u badan tahay inay dhalaan ilmaha wakhti hore (dhicis ka noqdo) ama inay mushkilad kale la kulmaan inta ay uurka leeyihiin.

Tallaalka COVID-19 waxa uu ka hortagi karaa xanuun aad udaran, dhimashada iyo mushkilado dhanka uurka ah oo la xidhiidha COVID-19. Sidoo kale, unugyada difaaca ee aad ka samaysanayso tallaalka waxa ay ugudbi karaan ilmahaaga waxayna woxooga difaac ah ka siin karaan ilmahaaga COVID-19.

La hadal dhakhtarkaaga

Inaad doorbiddo inaad qaadata 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.

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 Bukaanku 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 Bukaanku Socodka ee Waaxda Caafimaadka.

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?

Inaad qaadato 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 naasnuujinto haddii aad qaadato tallaalka.



Tallaalka xoojinta

Dadka uurka leh ama dhawaan qaaday uurka waxay qaadan karaan tallaalka xoojinta hadii ay buuxiyaan shuruudaha nooca tallaalka, da'da iyo wakhtiga. Kala hadal dhakhtarkaaga si aad u ogaato in tallaalka xoojintu kugu haboon yahay.

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.