TALAALLADA

JADEECADA, QAAMOW QASHIIRKA, IYO JADEECO-JARMALKA

WAXAAD U BAAHANTAHAY IN AAD KA OGAATO

1 Maxaad isu talaalaysaa?

Jadeeco, qaamow-qashiir, iyo jadeeco-jarmal waa cuduro halis ah.

Jadeeco

- Feyraska jadeecadu wuxuu keenaa furuuruc, qufac, duuf, indhaha oo cuncuna, iyo qandho.
- Wuxuu keeni kartaa infakshion dhegaha gala, nimooniya, qalal (duulduul iyo dhaygag), maskaxda oo uu dhaawac gaaro, iyo dhimasho.

Qaamow-qashiir

- Fayraska Qaamow-qashiirka wuxuu keenaa qandho, madax-xanuun, iyo qanjira barar.
- Wuxuu keeni kartaa dhega beel, meningitis (infakshion ku dhaca maskaxda iyo xuubka daboola xangulaha), xanuun iyo barar ku dhaco xiniinyaha ama meesha ukunta dumarka, iyo, mar dhif ah dhimasho.

Jadeecada-jarmalka (German Measles)

- Fayraska jadeeco-jarmalka wuxuu keenaa furuuruc, qandha fudud, iyo rumatiisimo (badanaaba dumarka)
- Haddi naag uur leh ay jadeeco-jarmalka ku dhacdo, ilmaha waa ka soo dilmi karaan ama ilmuhu wuxuu ku dhalan karaa cillado caafimaad oo xun.

Adiga iyo ilmahaagu cuduradan waxaad ka qaadi kartaan qof qaba haddaad aktiisa ahaataan. Cudurkan hawada ayey dadku ku kala qaadaan.

Talaalka jadeeco, qaamow-qashiir, iyo jadeeco-jarmal [measles, mumps, iyo rubella (MMR)] wuxuu ka hortegi karaa cuduradan.

Ilmaha talaakan MMR qaataa badanaaba ma qaadaan cuduradan. Haddii aan joojino talaalkan ilmo badan ayaa qaadaya cuduradan.

2 Yay tahay in uu qaato talaalka MMR waana goorma?

Ilmuhu waa in ay qaataan 2 dose oo ah talaalka MMR:
✓kan kowaad markuu jiro **12-15 bilood**
✓kan labaadna markuu jiro **4-6 sano.**

Da' ahaasu waa kuwa lagu talinaayo. Laakiin ilmuhu wuxuu kan labaad ku qaadan karaa da' kasta, iyadoo shuruudu tahay in uu ugu yaraan ka dambeeyo 28 malmood kii koowaad.

Dadka waaweyn qaarkiis waa in ay qaataan talaalka MMR: Guud ahaan, qof kasta oo 18 jir ah ama ka weyn, oo dhashay ka dib 1956, waa in uu qaataa ugu yaraan hal kuuro oo talaalka MMR, Haddii aysan cadayn karin in ay talaalka hore u qaateen ama cudurku ku dahacay.

Wixii warbixin dheeraad ah weydii dhakhtarkaaga ama kalkaalisadaada caafimaad.

Talaalka MMR waxaa isla mar lala qaadan karaa talaalada kale.

3 Dadka qaarkiis waa in ayan qaadan talaalka MMR ama waa in ay sugaan.

- Maqaadan karaan talaalka MMR dadka ay cadaanyo naf tooda halis gelisay kaga kacday gelatin, antibiyootikada **neomycin**, ama **horay u qaatay dose ah talaalka MMR.**
- Dadka qaba jiro fudud ama daran wakhtigii la talaali lahaa waa in ay sugaan inta ay ka bogsanaayaan inta aysan qaadan talaalka MMR.
- Dumarka uurka leh waa in ay sugaan talaalka MMR intay ka dhalayaan. Dumarku waa in ay iska dhowraan in ay uur qaadaan 4 todobaad marka ay talaalka MMR qaataan kadib.
- Dadka qaarkiis waa in ay ka hubiyaan dhakhtarkooda in ay qaadataan talaalka MMR iyo in kale, dadkaas waxaa ka mid ah qof kasta oo:
  - Qaba HIV/AIDS, ama cudur kale oo waxyeela habdhiska difaaca jirka.
  - Lagu daaweeyo daawooyin waxyeela habdhiska difaaca jirka, sida steroids, muddo 2 todobaad ah ama ka badan.
  - Qaba nooc kasta oo kansar ah.
  - Kansar lagaga daaweeyo raajo ama daawo.
  - Waligii uu ku dhacay platelet count (cudur dhiigga ku dhaca).
- Dadka dhowaan lagu shubay dhiig ama la siiyay wax la xiriira dhiig waa in ay weydiiyaan dhakhtarkooda goorta ay qaadan karaan talaalka MMR.

Wixii warbixin dheeraad ah weydii dhakhtar kaaga ama kalkaalisada caafimaad.

4 Waa maxay khataraha ka iman karta talaalka MMR?

Talaal, sida daawa kasta, wuxuu keeni karaa dhibaatooyin daran, sida cadaanya ba'an uu kiciyo. Halista uu talaalka MMR ku keeni karo dhib weyn, ama dhimasho aad by u yartahay.

Talaalka MMR qaadashadiisu aad ayay uga maansantahay qaadidda saddexdaan cudur.

Dadka qaata talaalka MMR wax dhibaato ah kalama kulmaan.

Dhibaha Fudud

- Qandho (illaa hal qof lixdii qofba)
- Furuurac aan badnayn (qiyaastii 1 qof 20kii qofba)
- Barar ku yimaada qanjirada daamanka ama luqunta (dhif)

Haddiiba ay dhibaatooyinkaasi soo baxaan, badanaaba waa 7-12 maalmood talaalka ka dib. Talaalkaka labaad ka dib badanaaba ma soo baxaan.

Dhibaha Dhaxdhexaadka ah

- Qalal (duulduul iyo dhaygag) ay qandho keento (qiyaastii 1 talaal 3,000 ba)
- Kalagoys-yada oo xanuun iyo adayg keena si aan joogto ahayn, badanaaba dadka da'doodu u dhexayso 13-19 ama naagaha waaweyn (qiyaastii 4tii qofba 1 qof)
- Unugyada xinjireynta dhiiga (platelet) oo tiradoodu hoos ugu dhacdo si aan joogto ahayn, taas oo keeni karta xanuuno dhiig joojinta la xiriira (qiyaastii 1 talaal 30,000 ba)

Dhibaha Daran (Dhif iyo Naadir)

- Cadaanyo ba'an oo uu kiciyo (ka yar 1 dose malyankii dose-ba)
- Dhowr dhib oo daran ayaa la ogyahay in ay dhaceen ka dib markii ilmo qaatay talaalka MMR. Laakiin tani sida ay dhif u tahay awgeed, khubaradu ma cadayn karaan in dhibahaas uu talaalku keenay iyo in kale. Waxaa ka mid ah:
  - Dhega-beel
  - Qalal joogto ah, kooma, ama garaad yari
  - Dhaawac joogto ah oo maskaxda gaara

5 Ka waran haddii dhib dhexdhexaad ah ama daran ay timaado?

Maxaan ku gartaa?

Xaalada kasta oo aan caadi ahayn, sida cadaanyo ba'an oo kacda, qandha daran ama dabeecadda qofka oo isbedesha. Calaamadaha lagu garan karo in cadaanyo ba'an uu kiciyay waxaa ka mid ah neefsashada oo dhibta, codka oo xirma ama xiiqxiiq/neeftuur, furuurac cuncun leh, midabka oo isbedela, tabardaro, wadnaha oo aad u garaaca ama wareer yimaada dhawr daqiiqo illaa dhawr saac ka dib talaalka. Qandha daran ama qalal, haddayjiraan, waxaa la arkaayaa 1 ama 2 todobaad talaalka ka dib.

Maxaan sameeyaa?

- **Dhakhtar** wac, ama qofka isla markiiba dhakhtar u gee.
- **U sheeg** dhakhtar kaaga waxa dhacay, saacadda iyo maalinta sidaasi dhacday, iyo waqtigii talaalka la qaatay.
- **Waydii** dhakhtarkaaga, kalkaalisada caafimaad, ama waaxda caafimaadka si aad u wariso dhibka talaalku keenay adigoo buuxinaaya foomka Vaccine Adverse Event Reporting System (VAERS).

Ama waxaad warbixintan ku gudbin kartaa bogga internetka ee VAERS ee www.vaers.hhs.gov, ama adigoo wacaya 1-800-822-7967.

VAERS talo caafimaad ma bixiso.

6 Barnaamijka Qaranka ee Magdhawga Dhaawaca Talaalka

Haddii lama filaan ay dahcdo oo adiga ama ilmahaaga uu talaalku ku kiciyo cadaanyo ba'an, waxaa la sameeyay barnaamij fadaraalku ku caawinaayo in lagu daboolo kharajka daryeelka qofka dhibaatadu ka soo gaartay talaalka.

Wixii faahfaahin ah ee ku saabsan National Vaccine Injury Compensation Program (Barnaamijka Qaranka ee Magdhawga Dhaawaca Talaalka), wac **1-800-338-2382** ama booqo boggooda internetka ee **www.hrsa.gov/vaccinecompensation**.

7 Sidee wax intaa ka badan u ogaan karaa?

- Weydii dhakhtar kaaga. Waxay ku siin karaan warqadda la socota talaalka ama waxay kuu sheegi karaan ila kale oo aad warbixin ka heli karto.
- Wac waaxda caafimaadka ee xaafaddaada ama maamul goboleedka (state).
- La xiriir Xarumaha ka Hortagga iyo La Dagaalanka Cudurada [Centers for Disease Control and Prevention (CDC)]:
  - Wac **1-800-232-4636 (1-800-CDC-INFO)**
  - Booqo boga internetka ee Barnaamijka Tallaalka Qaranka ee CDC ee: **www.cdc.gov/nip**

Wasaaradda Caafimaadka iyo Arrimaha Bulshada ee U.S
Xarunta ka Hortagga iyo la Dagaalanka Cudurada
Barnaamijka Talaalka Qaranka

Vaccine Information Statement
MMR (1/15/03) - Somali 42 U.S.C. § 300aa-26

Translation provided by the Minnesota Department of Health