

Waalidiinta su'aalaha qaba, waxaan u haynaa jawaabo

Hadda oo tallaalka COVID-19 uu diyaar u yahay carruurta 5 iyo ka weyn, waxaa laga yaabaa inaad su'aalo ka qabtid. Halkan waxaa ah jawaabaha su'aalaha inta badan la is weydiyo ee ku saabsan tallaallada COVID-19 ee laga heli karo Mareykanka. La hadal dhakhtarkaaga haddii aad qabtid su'aalo dheeraad ah.

Sideen ku ogaan karnaa in tallaalka Pfizer COVID-19 uu badbaado u yahay carruurta?

Tallaalada COVID-19 waxay soo mareen tallaabo kasta oo ah habka caadiga ah ee looga baahan yahay si loo fahmo badbaadada iyo waxtarka tallaalka kasta oo cusub. Daraasado kala duwan ayaa lagu sameeyay dhalinyarada iyo carruurta yaryar si loo hubiyo in tallaalku badbaado u yahay oo waxtar u leeyahay carruurta iyo sidoo kale dadka waaweyn. Thanks to daraasaddan adag, tallaalka Pfizer COVID-19 waxaa loo oggolaaday dadka da'doodu tahay 5 iyo wixii ka weyn. Oggolaanshaha isticmaalka deg-degga ah iyo talada rasmiga ah ee Xarunta Xakamaynta iyo Kahortagga Cudurrada (CDC) waxay tusinaysaa in tallaalku badbaado iyo waxtar u leeyahay carruurta da'doodu tahay 5 iyo ka weyn iyo in faa'iidooyinka ilaalinta tallaalka ay ka miisaan badan yihiin khatarta. Helitaanka tallaalku waxa ay caawisaa in carruurta iyo dhalinyaradu ay badbaadiyaan oo laga ilaaliyo khataraha COVID-19.

Sidee loo abuuray tallaaladan?

In ka badan 30 sano, khubarada caafimaadka iyo cilmi-baarayaashu waxay baranayeen tallaallada mRNA si ay u joojiyaan noocyada kale ee caabuqyada iyo kansarka. Saynis yahanadu waxa kale oo ay isticmaaleen aqoontooda iyo khibradooda ku saabsan coronaviruses la mid ah oo keena cuduro ay ka mid yihiin xanuunka neef-mareenka ee Bariga Dhexe (MERS) iyo xanuunka neef-mareenka ee degdega ah (SARS) si ay uga caawiyaan boodada bilaabista cilmi-baadhista ku saabsan abuurista tallaalka ka dhanka ah COVID-19. Tani waxay ka dhigan tahay inay diyaar ahaayeen markii COVID-19 uu noqday masiibo. Kumanaan khabaro caafimaad ah oo ka kala yimid daafaha dunida ayaa dhammaantood ka shaqaynayay isla dhibaato isku mar, taas oo kordhinaysa fursadda si guul leh loogu soo saaro tallaalka badbaado leh oo waxtar leh. Lacag aad u badan ayaa la galiyay si loo xaliyo dhibaatan si deg deg ah si loo badbaadiyo dadka iyo bulshada.



Waxaan maqlay in COVID-19 aanu u xumayn carruurta; muxuu ilmahaygu u qaadanaayaa tallaalka?

Waxaa jirta fikrad khaldan oo khatar ah oo ah in COVID-19 aanu halis u ahayn carruurta. Si kastaba ha ahaatee, carruurta

Waxaa jirta fikrad khaldan oo khatar ah oo ah in COVID-19 aanu halis u ahayn carruurta. Si kastaba ha ahaatee, carruurta waxay la bukaan yihiin COVID-19 - qaarkood waxay u bukaan yihiin oo u baahan daryeel isbitaalka - waxayna u baahan yihiin ilaalin. Xitaa carruurta qaba xanuunka COVID-19 ee fudud ayaa ka maqnaan dugsiga, waxaa laga yaabaa inay la kulmaan calaamado soo jiidamayay (COVID dheer) waxaana laga yaabaa inay halis ugu jiraan xaalad barar naadir ah laakiin halis ah oo saameyn karta wadnaha (Multisystem inflammatory syndrome, ama MIS-C). Helitaanka tallaalka COVID-19 waa habka ugu wanaagsan ee looga ilaaliyo dadka da' kasta leh inay si daran u jiran ama ay ku yeeshaan saameyn caafimaad oo waara oo uu keeno fayras.

Qaadashada ilmahaaga isla marka ay u qalmaan:

- Waxay hoos u dhigtaa halista ay ku qaadi karaan COVID-19.
- Waxay ka ilaalisaa inay si daran u jiran haddii ay qaadaan COVID-19.
- Waxay ka ilaalisaa inay u faafiyaan COVID-19 dadka kale, oo ay ku jiraan xubnaha qoyska ee khatarta sare ugu jira inay aad u jirraan ama u dhintaan fayraska.

Khobarada caafimaadka iyo kuwa bulshada, oo ay ku jiraan CDC, Akademiyada Maraykanka ee Dhakhaatiirta Carruurta iyo Cisbitaalka Carruurta ee Colorado, waxay ku talinayaan in dhammaan carruurta iyo da'yarta xaq u leh ay helaan tallaalka COVID-19 si uu uga ilaaliyo inay ku dhacaan oo ay faafiyaan fayraska.

Miyaan ka walwala waxyeelada?

Falcelinta halista ah ee tallaalka waa naadir. Qaar ka mid ah waxyeellooyinka tallaallada ayaa la filayaa, waxayna ka dhigan tahay in habka Sideen ku ogaan karnaa in tallaalka Pfizer COVID-19 uu badbaado u yahay carruurta?

Tallaalada COVID-19 waxay soo mareen tallaabo kasta oo ah habka caadiga ah ee looga baahan yahay si loo fahmo badbaadada iyo wixii ka weyn. Daraasado kala duwan ayaa lagu sameeyay dhalinyarada iyo carruurta yaryar si loo hubiyo in tallaalku badbaado u yahay oo waxtar u leeyahay carruurta iyo sidoo kale dadka waaweyn. Thanks to daraasaddan adag, tallaalka Pfizer COVID-19 waxaa loo oggolaaday dadka da'doodu tahay 5 iyo wixii ka weyn. Oggolaanshaha isticmaalka deg-degga ah iyo talada rasmiga ah ee Xarunta Xakamaynta iyo Kahortagga Cudurrada (CDC) waxay tusinaysaa in tallaalku badbaado iyo waxtar u leeyahay carruurta da'doodu tahay 5 iyo ka weyn iyo in faa'idooyinka ilaalinta tallaalka ay ka miisaan badan yihiin khatarta. Helitaanka tallaalku waxa ay caawisaa in carruurta iyo dhallinyaradu ay badbaadiyaan oo laga ilaaliyo khataraha COVID-19.



Sidee loo abuuray tallaaladan?

In ka badan 30 sano, khubarada caafimaadka iyo cilmi-baarayaashu waxay baranayeen tallaallada mRNA si ay u joojiyaan noocyada kale ee caabuqyada iyo kansarka. Saynis yahanadu waxa kale oo ay isticmaaleen aqoontooda iyo khibradooda ku saabsan coronaviruses la mid ah oo keena cuduro ay ka mid yihiin xanuunka neef-mareenka ee Bariga Dhexe (MERS) iyo xanuunka neef-mareenka ee degdega ah (SARS) si ay uga caawiyaan boodada bilaabista cilmi-baadhista ku saabsan abuurista tallaalada ka dhanka ah COVID-19. Tani waxay ka dhigan tahay inay diyaar ahaayeen markii COVID-19 uu noqday masiibo. Kumanaan khubarada caafimaad ah oo ka kala yimid daafaha dunida ayaa dhammaantood ka shaqaynayay isla dhibaato isku mar, taas oo kordhinaysa fursadda si guul leh loogu soo saaro tallaalo badbaado leh oo waxtar leh. Lacag aad u badan ayaa la galiyay si loo xaliyo dhibaatan si deg deg ah si loo badbaadiyo dadka iyo bulshada.

Waxaan maqlay in COVID-19 aanu u xumayn carruurta; muxuu ilmahaygu u qaadanayaa tallaalka?

Waxaa jirta fikrad khaldan oo khatar ah oo ah in COVID-19 aanu halis u ahayn carruurta. Si kastaba ha ahaatee, carruurta

Waxaa jirta fikrad khaldan oo khatar ah oo ah in COVID-19 aanu halis u ahayn carruurta. Si kastaba ha ahaatee, carruurta waxay la bukaan yihiin COVID-19 - qaarkood waxay u bukaan yihiin oo u baahan daryeel isbitaalka - waxayna u baahan yihiin ilaalin. Xitaa carruurta qaba xanuunka COVID-19 ee fudud ayaa ka maqnaan dugsiga, waxaa laga yaabaa inay la kulmaan calaamado soo jiidamayay (COVID dheer) waxaana laga yaabaa inay halis ugu jiraan xaalad barar naadir ah laakiin halis ah oo saameyn karta wadnaha (Multisystem inflammatory syndrome, ama MIS-C). Helitaanka tallaalka COVID-19 waa habka ugu wanaagsan ee looga ilaaliyo dadka da' kasta leh inay si daran u jiran ama ay ku yeeshaan saameyn caafimaad oo waara oo uu keeno fayras.

Qaadashada ilmahaaga isla marka ay u qalmaan:

- Waxay hoos u dhigtaa halista ay ku qaadi karaan COVID-19.
- Waxay ka ilaalisaa inay si daran u jiran haddii ay qaadaan COVID-19.
- Waxay ka ilaalisaa inay u faafiyaan COVID-19 dadka kale, oo ay ku jiraan xubnaha goyska ee khatarta sare ugu jira inay aad u jirraan ama u dhintaan fayraska.

Khubarada caafimaadka iyo kuwa bulshada, oo ay ku jiraan CDC, Akademiyada Maraykanka ee Dhakhaatiirta Carruurta iyo Cisbitaalka Carruurta ee Colorado, waxay ku talinayaan in dhammaan carruurta iyo da'yarta xaqa u leh ay helaan tallaalka COVID-19 si uu uga ilaaliyo inay ku dhacaan oo ay faafiyaan fayraska.



Miyaan ka walwala waxyeelada?

Falcelinta halista ah ee tallaalka waa naadir. Qaar ka mid ah waxyeellooyinka tallaallada ayaa la filayaa, waxayna ka dhigan tahay in habka difaaca jirka uu shaqeynayo. Dhibaatooyinka soo raaca ee caruurta waxay la mid yihiin waxyeelada dadka waaweyn. Waxyeellooyinka ugu badan ee laga filayo tallaallada COVID-19 waxay la xiriiraan goobta la duray sida xanuunka, casaanka iyo bararka. Dhibaatooyinka soo raaca ee aan caadiga ahayn waa qandho, daal ama qanjidhada bararka. Kuwani waxay ku baxaan dhowr maalmood gudahood mana aha khatar. Dad badan oo qaatay labada qiyaasoodba waxay ka warbixiyaan saameynaha soo raaca ee xooggan ka dib qiyaasta labaad. Fadlan la hadal dhakhtarkaaga haddii aad wax su'aalo ah ama walaac ah ka qabto dhibaatooyinka soo raaca.

Dareen-celinta daran sida anaphylaxis waa dhif. Haddii aad aaminsan tahay in adiga ama ilmahaagu aad dareemayso fal-celin aad u daran, la xidhiidh dhakhtarkaaga wixii talo ah. Haddii adiga ama ilmahaagu aad isku aragtaan calaamado tilmaamaya xaalad degdeg ah oo nafta halis gelinaysa, wac 911 ama tag qolka gargaarka degdega ah ee kuugu dhow.

Miyaan ka walaacsanahay wararka ku saabsan myocarditis tallaalka ka dib?

Qaadashada tallaalka ayaa weli ah habka ugu wanaagsan ee adiga iyo qoyskaaga looga ilaalin karo COVID-19. Kobcinta myocarditis ama pericarditis (wadnaha oo barara ama kiishka ku wareegsan wadnaha) ka dib marka la helo tallaalka COVID-19 waa dhif. Dhab ahaantii, waxaan ognahay in qaadista COVID-19 ay dhab ahaantii aad ugu dhowdahay inuu keeno myocarditis ama pericarditis marka loo eego horumarinta xaaladahan ka dib qaadashada tallaalka COVID-19. Ku dhawaad dhammaan carruurta uu ku dhacay cudurka 'myocarditis' ka dib tallaalka ayaa si dhaqso ah oo buuxda u bogsaday. Taasi waxay tidhi, waa muhiim in la ogaado dhibaatooyinka dhifka ah ee dhici kara ka dib qaadashada tallaalka COVID. Ogaanshaha waxa la raadinayo waxay la macno tahay inaad qaadi karto falcelin xun sida ugu dhakhsaha badan. Calaamadaha myocarditis iyo pericarditis waxaa ka mid ah:

- Xabad xanuun
- Neefta oo ku yaraata
- Dareen garaac degdeg ah, gariiraya ama garaaca wadnaha

Waa inaad raadsataa daryeel caafimaad haddii aad u malaynayso in adiga ama ilmahaagu aad leedahay mid ka mid ah calaamadahan gudaha

Waa inaad raadsataa daryeel caafimaad haddii aad u malaynayso in adiga ama ilmahaagu aad isku aragtaan mid ka mid ah calaamadahan hal toddobaad gudaheed ka dib tallaalka COVID-19.



Ammaan ma u tahay dadka inay qaataan tallaalka COVID-19 haddii ay rabaan inay mustaqbalka ilmo dhalaan?

Dadka hadda isku dayaya inay uur yeeshaan ama kuwa raba mustaqbalka carruur waxay heli karaan tallaalka COVID-19. Hadda ma jiraan wax caddaynaya in tallaalka kasta, oo uu ku jiro tallaalka kasta oo COVID-19, uu keeno dhibaatooyin xagga bacriminta ama isku dayga inuu uur qaado.

Miyay dadka uurka lihi qaataan tallaalka COVID-19?

Dadka uurka leh si fudud ayay u bukoon karaan sababtoo ah jidhkoodu waxa uu leeyahay difaac difaac oo hoos u dhacay. Tani waxay ka dhigan tahay in dadka uurka leh ay halis sare ugu jiraan cudurka COVID-19 oo daran waxaana laga yaabaa inay halis ugu jiraan saameyn taban inta ay uurka leeyihiin haddii ay qaadaan COVID-19. **Qaadashada tallaalka COVID-19 inta aad uurka leedahay waxay kaa ilaalinaysaa inaad aad ugu bukooto COVID-19.**

Akademiyada Maraykanka ee Dhakhaatiirta Dhallaanka iyo Dhakhaatiirta Haweenka iyo CDC waxay si adag ugu talinayaan in bukaanka uurka leh ay qaataan tallaalka COVID-19. Haddii aad uur leedahay oo aad hayso su'aalo ku saabsan tallaallada COVID-19, la hadal OBGYN kaaga.

Maxaan ka ognahay tallaallada COVID-19 iyo uurka iyo nuujinta?

Waxaa jira xog sii kordheysa oo ku saabsan badbaadada tallaallada COVID-19 ee dadka uurka leh. Waa kuwan waxa aan ognahay:

- Dadka uurka leh iyo kuwa dhawaan uurka leh waxay aad ugu dhow yihiin inay si xun ugu bukoodaan COVID-19 marka la barbardhigo dadka aan uurka lahayn.
- Khatarta yar ee dhicisnimadu waxay u muuqataa inay la mid tahay haweenka la tallaalka iyo kuwa aan la tallaalin.
- Xogtii dhawaa waxay muujineysaa in haweenka qaatay tallaalka xilliga uurka iyo dhallaankooda ay ka ilaalinayaan COVID-19. (Antibodies-ka la dagaalama COVID waxa laga helay dhiiga xudunta.)
- Daraasaduhu waxay muujiyeen in dadka naaska nuujiya ee helay tallaalka mRNA COVID-19 (Pfizer ama Moderna) ay leeyihiin unugyada difaaca jirka ee caanaha naaska, kuwaas oo caawin kara ilaalinta ilmahooda. Cilmi baaris dheeraad ah ayaa loo baahan yahay si loo ogaado heerka ilaalinta unugyada difaaca jirka ee caanaha naaska ay siin karaan dhallaanka.
- Nidaamyada la socodka badbaadada tallaalka ee waddankeena ayaa weli u helin wax walaac badbaado leh oo ku wajahan dadka uurka leh ee qaatay tallaalka COVID-19 ama dhallaankooda.



Caddaynta sayniska ee aan hayno waxay muujineysaa in faa'iidooyinka helitaanka tallaalka COVID-19 xilliga uurka ay ka miisaan badan yihiin khatarta. Tani waa sababta khubarada caafimaadka ee Kulliyada Maraykanka ee Dhakhaatiirta Dhallaanka iyo Dhakhaatiirta Haweenka iyo CDC ay ku talinayaan in dadka uurka leh ama naaska nuujiya ay qaataan tallaalka COVID-19.

Halkee ayaan ka heli karaa tallaalka?

Waxaa jira meelo badan oo kuu dhow oo bixiya tallaalka COVID-19, oo ay ku jiraan dukaamada sida CVS, Walgreens, King Soopers, Safeway iyo Walmart. Waa bilaash inaad qaadato tallaalka uma baahnid aqoonsi. Booqo covid19.colorado.gov/vaccine ama vaccines.gov si aad u hesho meel kuu dhow.

Haddii aadan haysan internet, waxaad wici kartaa xafiiska dhakhtarkaaga si aad gargaar u hesho, ama qoraal/SMS u dir lambarkaaga sibka lambarka 438-829. Waxa kale oo aad wici kartaa farmashiyaha ama dukaanka daawada ee kuugu dhow si aad u weydiiso macluumaad ku saabsan sida ballan loo sameeyo.

Haddii aad u baahan tahay fuulid si aad u hesho tallaalkaaga, barnaamijka Mile High United Way's Ride United waxa kale oo uu ku siinayaa gelitaanka gaadiidka bilaashka ah (ilaa 25 mayl jid kasta) goobaha tallaalka ee Colorado. Wac 2-1-1 ama booqo 211colorado.org si aad wax badan uga barato.

Waa kuwan dhowr shabakadood iyo fiidiyowyo laga keenay ilo lagu kalsoon yahay oo leh jawaabaha su'aalaha caadiga ah:

Mareegaha internetka:

Waaxda Caafimaadka Dadweynaha iyo Deegaanka ee Colorado:

<https://drive.google.com/file/d/1BjsCYZSFliLJnsWGMJNReQypLvVlroTm/view>

Xaashida xaqiiqada tallaalka: https://nrcrim.umn.edu/sites/nrcrim.umn.edu/files/2021-02/CDC%20Vaccine%20Fact%20Sheet_SOMALI.pdf

Xaashida xaqiiqada tallaalka: https://coronavirus-download.utah.gov/International-Language-Resources/Somali/COVID_Common_Concerns_FIN_SO.pdf

Muuqaalo:

Ka tallaalka Colorado Dr. Anisa Ibrahim Soo jeedinta oo Soomaali ah:

<https://vimeo.com/548019563>

Jaamacadda Vermont Xarunta Caafimaadka: Xaqiiqooyinka ku saabsan tallaalka COVID-19

fiidiyoow: <https://www.youtube.com/watch?v=DMIJ37II7Is>



Children's Hospital Colorado

Fiidiyowga New American Neighbors Video: [COVID-19 Vaccination Hesitancy - Somali on Vimeo](#)

Waa maxay sababta aad u heli lahayd fiidiyowga tallaalka COVID-19:

https://www.youtube.com/watch?v=l0M877nPnaE&list=PLb2oS7ySRJ1uDUaYVI-L2QQU_K2jO6x7p&index=17

Sababtoo ah dabecadda masiibada ah ee sii kordheysa, talooyinka si dhakhso ah ayey isu beddeli karaan. Fadlan raac dhammaan tilmaamaha caafimaadka iyo badbaadada ee ay dejiyeen maamulka caafimaadka dadweynaha ee degaankaaga.

January 2022

