

Xaashida Xaqiiqda Talaalka COVID-19 ee ku saabsan Carruurta iyo Dhallinyarada

Kuwaani waa 10 waxyaabood oo loo baahan yahay in laga oggaado tallaalada COVID-19 ee loogu talagalay carruurta iyo dhallinyarada ay da'doodu u dhaxeeyso 12 illaa 17 sano.

1. Tallaalka loogu talagalay carruurta iyo dhallinyarada ay da'doodu tahay 12 sano iyo kuwa kasii wayn waa mid ammaan ah oo wax-ku-ool ah.

Tallaaladu waa kuwo ammaan ah, oo wax-ku-ool ah waana habka ugu wanaagsan ee la isaga ilaalin karo cudurka COVID-19.

Wasaaradda Caafimaad ee Kanada (Health Canada) ayaa u oggolaatay tallaalka Pfizer-BioNTech in ay qaadan karaan dhallinyarada ay da'doodu u dhaxeeyso 12 ilaa 17 sano waxayna go'aamisay in uu yahay mid ammaan u ah dhallinyarada oo aan lahayn waxyeellooyin soo raaca.

Ku dhowaad 3 milyan oo kuuro oo ah tallaalka Pfizer-BioNTech ayaa durba la siiyay dhallinta ay da'doodu u dhaxeeyso 12 ilaa 17 ee ku dhaqan Mareykanka. Waxyeellooyin soo raaca oo halis ah laguma arkin kooxda da'aaddaan.

Tijaabooyinka caafimaad, ee tallaalka Pfizer-BioNTech ayaa lagu muujiyay in uu si aad ah waxtar ugu leeyahay ka hortagga cudurka COVID-19 ee shakhsiyaadka da'doodu tahay 12 sano iyo kuwa ka wayn. Dhallinyarada ayaa badanaaba yeellan kara waxqabadka difaaca jirka ah oo aad u wanaagsan ka-dib tallaalka, oo ka dasha difaac ama ilaalin adag.

2. Carruurta, sida dadka waaweyn oo kale, waxaa laga yaabaa in ay kala kulmaan waxyeellooyin ka dhasha talaalka oo ku meelgaar ah.

Waxyeellooyinka ka dhasha talaalka ka-dib marka la qaato tallaalka way u kala duwan yihiin qof kasta, intooda badanna waa kuwo dabacsan oo si fudud loogu dulqaadan karo.

Carruurtaada waxay damqasho ama xannuun ka dareemi karaan halka ay tallaalka ka qaateen gaar ahaan gacanta qaybteeda sare. Waxay sidoo kale dareemi karaan daal, madax-xanuun, murqo xanuun ama kala-goysyada oo xannuuna, iyo qandho iyo qarqaryo. Waxyeellooyinkan ka dhasha talaalka ayaa guud ahaanba ku dhammaada 1 maalin ama 3 maalmood gudahooda. Sidoo kale waa astaan wanaagsan oo muujinaysa in tallaalku uu bilaabay in uu shaqeeyo.

3. Tallaalladu waxay muhiim u yihiin carruurta iyo dhallinyarada sababta oo ah waxay qaadi karaan cudurka COVID-19 wuxuunna ku faafi karaa dadka kale, xitaa haddii aysan lahayn astaamaha cudurka lagu garto.

Carruurta qaada ama uu ku dhaco cudurka COVID-19 ayaa waxay caadi ahaan isku arkaan astaamo dabacsan – si kastaba ha ahaatee, qaar kale ayaa aad u xannuunsan kara, waxaanna loo baahan karaa in

isbitaalka la dhigo waxayna la kulmaan astaamo aad u daran oo muddo dheer soconaaya. Xaalado aad dhif u ah, ayaa fayrasku wuxuu sidoo kale sabab u noqon karaa dhimashada carruurta. Carruurta ayaa sidoo kale cudurka ku faafin karta dadka kale ee laga yaabo in ay halis badan ugu jiraan in ay la xannuunsadaan.

4. Tallaalku aad buu ammaan ugu yahay dadka intiisa badan, oo ay ku jiraan qof kasta oo xaalad caafimaad qaba.

Shakhsiyaadka qaadanaaya daawooyinka daciifinaaya habka difaaca jirkooda ama kuwa xasaasiyad ka qaba wax kasta oo ku jira tallaalka waa in ay kala tashadaan daryeel bixiyaha caafimaadka. Tallaalada COVID-19 kuma jiraan ukummo, gelatiin ah (cadiinta doonfaarka), gluten, latex, walxo loo adeegto ka ilaalinta tallaalka in uu qurmo, daawooyinka dila jeermiska ama aluminum.

Sababta oo ah dadka qaba xaaladaha caafimaad ayaa badanaa waxay halis sare ugu jiraan in ay aad u xanuunsadaan haddii ay qaadaan cudurka COVID waxaannu si aad ah ugu dhiirrigelinaynaa shakhsiyaadkaan in sida ugu dhakhsiyaha badan ee suurtagalka ah loo tallaalo.

Sida dadka waaweyn oo kale, falcelinnada xasaasiyadda ee tallaalka laga qaado waa kuwo dhif ah. Astaamaha waxaa ka mid ah finan, bararka wejiga, carabka ama cunaha, ama neefsiga oo dhib kugu noqdo.

Marka la tallaalo, shakhsiyaadka waxaa looga fadhiyaa in ay rugta caafimaadka joogaan muddo 15 ilaa 30 daqiiqo ah tallaalka ka-dib si loola socdo oo loo daaweeyo falcelinta xasaasiyadeed haddii mid ay dhacdo.

Wasaaradda Caafimaadka ee Kanada (Health Canada) weli tallaalada COVID-19 uma oggolaanin carruurta ay da'doodu ka yar tahay 12 sano jir.

5. Cudurka COVID-19 kama qaadi kartid tallaalka.

Tallaalka COVID-19 ee Pfizer-BioNtech ayaa jirkaaga u sheegaya sida loo sameeyo

borotiin aan dhib lahayn oo laga helo fayraska COVID-19 waxayna bilaabaya in ay dhisaan antiboodhi ka dhan ah fayraska, sidaa awgeed hab-dhiskaaga difaaca jirka ayaa oggaanaya sida loo aqoonsado oo loola dagaalamo fayraska dhabta ah haddii uu ku soo gaaro.

6. Haddii carruurtaada uu horey ugu dhacay cudurka COVID-19, weli tallaalka way qaadan karaan.

In kastoo caabuqa COVID-19 ee hore laga yaabo in uu xoogaa difaac ah ka bixiyo ka hortagga cudurka, haddana ma garanayno in uu difaacaasi sii socon doonno, waxaanna laga yaabaa in uusan dad ka difaacin noocyada cusub ee fayraska. Haddii aad ka soo bogsanayso cudurka COVID-19, waa in aad dib u dhigtaa qaadashada tallaalka illaa iyo inta astaamahaaga badankoodu ka dhammaanayaan oo aadanna ku sii jirin iskarantiil.

7. Kaar caafimaad looma baahna.

Haddii cunugaaga uusan haysan kaarka caafimaad, waxaad u baahan kartaa in aad ballanta ku qabsato teleefoonka beddelkii interneet-ka, waxaadna la hadli kartaa iskuulkaaga, bixiyaha adeegga caafimaadka ama hoggaamiye diimeed si aad u hesho warqad ku xusan magaca cunugaaga, taariikhdiisa dhalashada iyo cinwaanka.

Haddii carruurtaadu ay kaar caafimaad haystaan, waa in ay la yimaadaan ballanta.

8. Tallaalka COVID-19 waa in keligiisa la qaato oo aanan lala qaadan tallaalada kale, haddii ay suurtagal tahay.

Tallaalada kale waa in loo jadwaleeyaa 14 maalmood ka hor ama 28 maalmood ka-dib tallaalka COVID-19. Haddii tallaalada carruurtaadu ay dib u dhaceen, fadlan la xiriir daryeel bixiyahooda caafimaadka si aad u sameyso qorshe lagu cusboonaysiinayo tallaaladaada oo dhan.

9. Tallaalada ayaa lagu bixiyaa oggolaansho xog-ogaal loo yahay.

Tallaalada COVID-19 ayaa keliya la bixiyaa haddii oggolaansho xog-ogaal loo yahay laga helo shakhsiga, oo ay ku jiraan kuwa ay da'doodu u dhaxeeyso 12 ilaa 17 sano, iyo inta ayba awood u leeyihiin in ay go'aankaan qaataan. Tani macnaheedu waa in la fahmo daaweynta, sababta loogu taliyay, iyo halisaha iyo dheefaha ay leedahay haddii ay aqbalaan ama diidaan in la tallaalo. Haddii shakhsiga uusan awoodin in uu oggolaado qaadashada tallaalka, waxay oggolaansho uga baahan doonnaan qof kale oo go'aanka u gaara, sida waalidkooda ama mas'uulkooda sharciga ah.

Daryeel bixiyaha caafimaadka iyo qoyska waa in ay ixtiraamaan go'aanka shakhsiga dhallinyarada ah ee ku saabsan tallaalka. Waalidiinta iyo mas'uuliyiinta waxaa lagu dhiirrigelinayaa in ay tallaalka kala hadlaan carruurtooda ka hor inta aysan rugta caafimaadka imaan. Tallaalka COVID-19 waa mid uu khiyaar u leeyahay in uu qaato qof kasta oo xaq u leh ee ku nool Ontario.

10. Qaadashada tallaalka COVID-19 ayaa cunugaaga ku caawinaysa in ay dib u bilaabaan waxqabadyada ay ku raaxaystaan ee taageeraya wanaagooda iyo caafimaadkooda maskaxda.

Tallaalku waa wax muhiim ah oo gacan ka geysta joojinta faafitaanka cudurka COVID-19 una oggolaanaya ardayda iyo qoysaska in ay si ammaan ah mar kale u bilaabaan hawlhooda caadiga ah.

Marka dad ku filan laga difaaco cudurka COVID-19, halista caabuqa ee cunugaaga ayaa bilaaban doonta in ay yaraato. Tallaalada, oo la socda af-xir xirasho, kala-fogaansho jireed iyo taxaddaro kale, ayaa gacan geysan doonna ilaalinta caafimaadka bulsho weynta. Marka ay yaraadaan nisbooyinka ama heerarka cudurka COVID-19 ee bulsho weynta oo kaliya ayaa waxaa mar kale suurtagal noqonaya hawlaha caadiga ah ee carruurta iyo dhallinyarada.

Haddii aad rabto macluumaad dheeraad ah iyo kheyraadyo ku saabsan cudurka COVID-19 iyo tallaalada booqo:

- [Xaashida Macluumaadka Tallaalka COVID-19](#)
- [COVID-19 Waxa aad u baahan tahay in aan ka oggaato](#) ballantaada tallaalka COVID-19
- Caawimad iyo macluumaad ku hel in ka badan 300 oo luuqadood. Wac [1-888-999-6488 \(TTY: 1-866-797-0007\)](tel:1-888-999-6488) haddii aad rabto macluumaad ku saabsan tallaalka COVID-19. Khadadka teleefoonka ayaa la heli karaa inta u dhaxeysa 8:00 subaxnimo iyo 8:00 fiidnimo, 7 maalmood toddobaadkii. Riix 3 si aad u weyddiiso luuqadaada. Waxaa laga yaabaa in aad sugto si aad qof ula hadasho haddii mugga wacitaannadu ay badan yihiin.