



Uur ma leedahay?

Qaado tallaalladaada COVID-19

Tallaalka COVID-19 waxaa si adag loogu talinayaa haweenka uurka leh iyo kuwa naasnuujinaya

Tallaallada COVID-19 ee laga heli karo Boqortooyada Midowday (UK) waxaa la tusay inay waxtar leeyihiin iyo inay leeyihiin astaan badbaado oo wanaagsan. Waa muhiim inaad hesho tallaalladaada COVID-19 si loo ilaaliyo adiga iyo ilmahaaga.

COVID-19 tallaalka uurka

Guddiga Wadajirka ah ee Tallaalka (JCVI) ayaa hadda ku taliyay in haweenka uurka leh ay aad ugu nugul yihiin cudurka COVID-19 ee daran. Waxay xasuusinayaan haweenka uurka leh inay qaataan tallaalkooda COVID-19 sida ugu dhakhsaha badan. Waa in aanay dib u dhigin tallaalka ilaa ay ka dhalayaan. Tani waa si loo ilaaliyo iyaga iyo ilmahooda. Boqortooyada Midowday (UK), in ka badan 100,000 oo haween uur leh ayaa lagu tallaalay inta badan tallaallada Pfizer iyo Moderna waxayna leeyihiin astaan badbaado oo wanaagsan.

Tallaalladan kuma jiro coronavirus-ka nool mana qaadi karto haweeney uur leh ama ilmaheeda uurka ku jira.

Caddaynta ku saabsan tallaallada COVID-19 waxaa si joogto ah u eegaya Ururka Caafimaadka Adduunka (WHO) iyo hay'adaha sharciyeynta ee UK, USA, Canada iyo Europe.

Tallaalada Pfizer iyo Moderna ayaa ah kuwa u doorbidan haweenka uurka leh ee da' kasta ah kuwaas oo u imanaya qiyaasahooda ugu horreeya.

Qof kasta oo horey u bilaabay tallaalka ee la siiyay qiyaas labaad isagoo uur leh, waa inuu qaataa qiyaas labaad oo isla tallaalkaas ah haddii aanay saameyn xun ku yeelanin ka dib qiyaasta koowaad.

Maxaan ugu baahanahay tallaalka haddii aan uur leeyahay?

Haddii aad qabto cudurka COVID-19 xilliga dambe ee uurka, adiga iyo ilmahaaga aan weli dhalanba waxaad halis ugu jirtaan cudur halis ah oo u baahan daawaynta isbitaalka, iyo taageerada daryeelka degdegga ah. Xogta UK ayaa muujisay in ku dhawaad haweeney kasta oo uur leh oo qabta cudurka COVID-19 oo u baahnayd daaweyn isbitaal ama daryeel degdeg ah, aan la tallaalin. Khatarta guud ee idiinka imanaysa cudurka COVID-19 adiga iyo ilmahaaga cusub waa ay yar tahay laakiin way korodhay ilaa mowjadihii ugu horeeyay ee COVID-19.

Tallaalada COVID-19 ee uurka waxay ku siinayaan difaac heer sare ah oo ka hortaga cudurrada. Waxaa jira macluumaad niyad dejin ah oo ku saabsan badbaadada tallaallada COVID-19 ee la siiyo haweenka uurka leh ee gudaha UK, iyo sidoo kale waddamada kale.

Waa muhiim in lagugu ilaaliyo dhammaan qiyaasaha tallaalkaaga si loo ilaaliyo adiga iyo ilmahaagaba. Ha sugin ilaa aad umusho ka dib.

Haweenka uurka leh ee qaba xaalado caafimaad oo hoose waxay halis sare ugu jiraan inay la kulmaan dhibaatooyin daran oo ka yimaada COVID-19.

Arrimaha khatarta ah ee haweenka uurka leh

Haddii aad leedahay xaalado caafimaad oo hoose sida:

- dhibaatooyinka difaaca jirka
- sonkorowga
- dhiig karka
- wadno xanuun
- neef

Ama haddii aad tahay

- miisaan xad dhaaf ah
- ka weyn 35 jir
- saddex biloodlaha saddexaad ee uurkaaga (in ka badan 28 toddobaad)
- qof ka soo jeeda qowmiyadaha tirada yar ee madow ama aasiya
- ama aan la tallaalin ama qayb ahaan la tallaalay

Waxaad halis dheeraad ah ugu jirtaa COVID-19 marka loo eego dumarka aad isku da'da tihiin ee aan uurka lahayn.

Ogow wax ka badan oo ku saabsan uurka, naasnuujin, bacrin iyo tallaalka coronavirus (COVID-19) marka aad booqato shabakada NHS

Maxay tani iiga dhigan tahay aniga?

Uur qaadidda

Looma baahna inaad iska ilaaliso in aad uur yeelato tallaalka COVID-19 ka dib.

Ma jiro wax caddaynaya in tallaallada COVID-19 ay wax saameyn ah ku leeyihiin dhalmada ama fursadahaaga aad uur ku yeelato.

Haddii aad uur leedahay

Tallaalka COVID-19 waxa uu siiya haweenka uurka leh difaaca ugu fiican ee ka hortagga cudurka COVID-19 kaas oo halis u ah haweenka qaarkood uurka xilliga dambe.

Qiyaasta koowaad ee tallaalka COVID-19 wuxuu ku siin doonaa difaac wanaagsan. Waxaad u baahan tahay inaad hesho mid kasta oo ka mid ah qiyaasahaaga waqtigii loogu talagalay si aad u hesho ilaalinta ugu wanaagsan ee suurtoogalka ah. Waa in aad qaadata qiyaastaada labaad 8 ilaa 12 toddobaad kadib qiyaastaada kowaad. Uma baahnid inaad dib u dhigto qiyaastan labaad. Haddii aad dib u dhigtay tallaalkaada sabab kastaba, qaado tallaalladaada sida ugu dhakhsaha badan.

Haddii aad hore u qaadatay qiyaasta koowaad ee tallaalka COVID-19 adoon la kulmin waxyeellooyin halis ah, waxaad qaadan kartaa qiyaastaada labaad isla tallaalkaas marka tan lagu siiyo.

Haddii qiyaastaada ugu horeysay ay tahay tallaalka AstraZeneca waa inaad sidoo kale tixgelisaa macluumaadka ku jira buug-yarahaan www.gov.uk/government/publications/covid-19-vaccination-and-blood-clotting.

Xoojinta tallaallada

Haweenka uurka leh waxay xaq u leeyihiin xoojiye, 12 toddobaad ka dib markii ay qaataan qiyaasta labaad. Qiyaasta xoojisa ee la bixiyo waxay noqon kartaa tallaalka Pfizer ama Moderna.

Ma jiro wax talaal ah oo 100% waxtar leh marka waa muhiim in la sii wado ku dhaqanka hagida qaranka hadda.

Si aad u ilaaliso naftaada iyo qoyskaaga, asxaabtaada iyo dadka kula shaqeeya, WAA inaad weli:

- halka lagu taliyay xidho waji-xidhka
- gacmahaaga si taxadar leh oo joogto ah u dhaq
- fur dariishadaha si ay hawo cusub u soo gasho
- raac [hagaha xaadirka ah](#)

Naas nuujin

Faa'iidooyinka naas-nuujinta si fiican ayaa loo yaqaan.

JCVI waxay ku talisay in tallaallada la qaadan karo marka naaska la nuujinayo. Tani waxay la socotaa talooyinka ka yimid USA iyo Ururka Caafimaadka Adduunka.

Sida dawooyinka oo dhan, tallaalladu waxay sababi karaan waxyeellooyin caadi ah. Waxaa laga yaabaa inay ku caawiso inaad hubiso inaad ogtahay waxa aad filan karto ka dib markaad tallaalka qaadata, gaar ahaan haddii aad dhashay ilmahaaga ama aad leedahay carruur kale oo aad daryeesho.

Fadlan akhri buug-yaraha 'waxa la filayo ka dib tallaalkaaga COVID' www.gov.uk/government/publications/covid-19-vaccination-what-to-expect-after-vaccination.

Kulliyadda Royal ee Dhakhaatiirta Dhallaanka iyo Dhakhaatiirta Haweenka (RCOG) iyo Kulliyadda Royal Umulisoooyinka (RCM) waxay leeyihiin hage go'aan iyo macluumaad kale oo laga yaabo inaad ku caawiso tallaallada COVID-19 iyo uurka (rcog.org.uk – www.rcm.org.uk/guidance-for-pregnant-women).

Haddii aad jeclaan lahayd inaad kala hadasho tallaalka COVID-19 fadlan la xidhiidh umulisadaada, dhakhtarkaaga, ama kalkaalisadaada.

Dib ha u dhigin tallaalka ilaa aad umusho ka dib, samee wakhti aad ku heli lahayd ilaalinta ugu fiican ee aan ka haysano cudurka COVID-19 ee la idiinku talagalay adiga iyo ilmahaaga.

Tallaalka, caawinta ilaalinta kuwa aadka u nugul.



Xaashidan bilaashka ah waxa kale oo lagu heli karaa farta indhoolaha, sida muuqaal BSL ku jira, far waaweyn, ahaan faylal maqal ah iyo 27 luqadood, fadlan booqo www.healthpublications.gov.uk si aad u soo dejiso ama hadda dalbo nuqullo. Ama wac 0300 123 1002 si aad u dalbato.