TALLAALKA FAYRUSKA AAN NOOLEYN EE HARGABKA 2011-12

WAXA AAD U BAAHAN TAHAY IN AAD OGAATO

Warbixinta Macluumaadka Tallaalka ayaa la helayaa oo ku qoran luqadda Isbaanishka iyo luqado kale. Waxaad eegtaa www.immunize.org/vis
Hojas de Información Sobre Vacunas están disponibles en español y en muchos otros idiomas. Visite www.immunize.org/vis

1 Waa maxay sababta la isu tallaalayo?

Hargabka ("flu") waa cudur aad la isugu gudbiyo.

Waxaa keena fayruska loo yaqaan influenza, kaasoo la isugu faafiyo qufaca, hindhisyada, ama dheecaanka sanka ka socda.

Cid kasta ayuu ku dhici karaa hargabka, hase ahaatee heerka infakshanka wuxuu ku badan yahay carruurta. Dadka badankiis, waxay calaamaduhu socdaan dhowr maalmood. Waxaa ka mid ah:

- xummad/qandho
- xanuunka dhuunta
- muruq xanuun
- daal
- qufac
- madax xanuun
- sanka oo da'a ama xirma

Waxaa suuragal ah in xanuunada kale ay qabaan calaamado la nooc ah oo caadi ahaan lagu qaldo hargabka.

Carruurta yar, dadka inta 65 kirka iyo kuwa ka weyn, haweenka uurka leh, iyo dadka qaba xaaladaha caafimaad qaarkooda – sida cudurrada wadnaha, sambabbaha ama kelyaha ama marka difaaca jirku yar yahay – aad ayeey ugu xanuunsan karaan. Hargabku wuxuu keeni karaa xummad badan iyo oof-wareento, kaasoo uga sii dari kara xaaldaha caafimaad ee uu qofku qabo. Wuxuu carruurta u keeni karaa shuban iyo qalal. Sannad walba kumanaan qof ayaa u dhinta hargabka iyadoo intaa in ka badan u baahdaan in isbitaal la dhigo.

Markaad tallaalka hargabka qaadato waxaad ka badbaadi kartaa hargabka sidoo kale waxaad ka fogaan kartaa in aad hargabka dadka kale qaadsiiso.

2 Tallaalka fayruska aan nooleyn ee hargabka

Waxa jira laba nooc oo tallaalka hargabka ah:

1. **Tallaalka fayruska aan nooleyn** (la dilay) ee hargabka, "tallaalka hargabka (flu shot)" ayaa lagu siiyaa irbad lagu duro qofka.

2. **Tallaalka fayruska la naaqusay** (la diciifiyay) ee nool ee hargabka waxaa lagu buufiyaa sanka. *Waxaa tallaalkan lagu sharrixi doonaa mid kale oo ah Warbixinta Macluumaadka Tallaalka.*

"Qiyaas sare" oo ah tallaalka fayruska aan nooleyn ee hargabka ayaa loo heli karaa dadka jira 65 sano iyo wixii ka badan. Waxaad macluumaad dheeraad ah weydiisaa takhtarkaaga.

Fayrusyada hargabka marwalba waa ay isbeddelaan, sidaa darteed waxaa dadka lagu dhiirigeliyaa in ay sannad walba tallaal qaataan. Sannad walba saynis-yaqaanada waxay isku dayaan inay ku aaddiyaan fayrusyada ku jira tallaalka kuwa ay u badan tahay inay keenaan hargabka sannadkaas. Tallaalka hargabka ayaan ka hortagi karin cudarka ka yimaad fayrusyada kale, oo ay ka mid yihiin fayrusyada aan ku jirin tallaalka.

Waxay qaadataa illaa 2 usbuuc inay ka difaacu bilaabanto ka dib tallaalka. Diyaaca ayaa jiraya ku dhawaad hal sano.

Qaar ka mid ah tallaalka fayruska aan nooleyn ee hargabka waxaa ku jira kiimikada alaabta cimrigoodu lagu dheereeyo ee loo yaqaan thimerosal. Waxaa la helayaa tallaalka hargabka aysan ku jirin Thimerosal. Waxaad macluumaad dheeraad ah weydiisaa takhtarkaaga.

3 Cidmaa u baahan inay qaataan tallaalka hargabka iyo goorma?

CIDMA

Dhammaan dadka ay da'doodu tahay **6 bilood iyo wixii ka badan** waa in tallaalka hargabka la siiyo.

Tallaalka wuxuu aad muhiim ugu yahay dadka qatarta badan ugu jira hargabka daran iyo dadka ka ag dhow, oo ay ku jiraan shaqaalaha daryeelka caafimaadka iyo dadka ka ag dhow carruurta da'doodu ay ka yar tahay 6 bilood.

GOORMA

Qaado tallaalka islamarka la heli karaba. Taasi waa inay kaa difaacdo haddii xilliga hargabku uu dhaqsi u yimaad. Waxaad qaadan kartaa tallaalka illaa inta u cudur ka jiro beeshaada.

Hargabka wuxuu imaan karaa xilli kasta, hase ahaatee hargabka badankiisa wuxuu yimaad inta u dhexeysa Oktoober illaa Mey. Xilliyadii dhawaan la soo dhaafay, wuxuu xanuunku u badnaa Janaayo iyo Febaraayo. Tallaalka la qaato Diseembar, ama xitaa wixii ka dambeeya, faa'iido ayuu leeyahay sanooyinka badankood.

Dadka qaan-gaarka iyo carruurta waaweyn waxay u baahan yihiin hal tallaalka hargabka ah sannad walba. Balse carruurta ay da'doodu ka yar tahay 9 sano waxay qaarkood u baahan yihiin laba qiyaas tallaal si ay isaga difaacaan. Waxaad weydiisaa takhtarkaaga.

Tallaalka hargabka ayaa la qaadan karaa isla waqtiga la qaadanayo tallaalada kale, oo uu ku jiro tallaalka wareentada (pneumococcal).

4 Dadka qaarkood ma aha in la siiyo tallaalka fayruska aan nooleyn ee hargabka ama waa in ay sugaan.

- Waxaad u sheegtaa takhtarkaaga haddii aad qabto xajiinta/aleerjiyada **daran** (qatarta ku ah nolosha), oo ay ka mid tahay alerji daran oo aad ku leedahay ukunta. Qayb ka tirsan tallaaka ee alerjiga daran laga qaado ayaa sabab u noqon karta inaan tallaalka la qaadan. Alerjiga aad ka qaadi kaarto tallaalka hargabka waa mid aad dhif u ah (aad u yar).
- Waxaad takhtarkaaga u sheegtaa haddii aad waligaa dareen-celin daran ku yeelatay kadib markaad qaadatay qiyaasta tallaalka hargabka.
- Waxaad takhtarkaaga u sheegtaa haddii uu hore kuugu dhacay Guillain-Barré Syndrome (xanuun daran oo baraalis leh, oo sidoo kale loo yaqaan GBS). Wuxuu takhtarkaaga kaa caawinayaa go'aanka la xiriira in aad tallaalka qaadan karto.

- Dadka yar xanuunsan ama aad u xanuunsan waa in ay caadi ahaan sugaan illaa ay ka soo kabsanayaan inta aan la siin tallaalka hargabka. Haddii aad xanuunsan tahay, waxaad kala hadashaa takhtarkaaga haddii aad qabsanayso ballan kale oo tallaal ah. Dadka xanuunkoodu yar yahay caadi ahaan waa la tallaali karaa.

5 Waa maxay khatarta ka imaan karta tallaalka fayruska aan nooleyn ee hargabka?

Tallaalku, sida daawooyinka kale, wuxuu suurtogal ahaan keeni karaa dhibaato badan, sida ficil-celinta xajiin/alerji daran. Khatarta uu tallaalka ku keeni karo dhibaato culus, ama geeri, aad ayeey u yar tahay.

Dhibaatooyin culus oo uu keeno tallaalka fayruska aan nooleyn ee hargabka aad ayeey u yar yihiin. Fayrusyada aan nooleyn ee tallaalka hargabka waa la dilay, sidaa darteed hargab kama aad qaadi kartid tallaalka.

Dhibaatooyinka fudud:

• damqasho, guduudasho, ama meesha tallaalka oo bararta.
• xabeeb; damqad, guduudasho ama indho cuncuna; qufac
• xummad • juucjuuc • madax xanuun • cuncun • daal

Haddii aad aragto dhibaatooyinkan, caadi ahaan waxay billaabmaan tallaalka kaddib waxayna socdaan 1-2 maalmood.

Dhibaatooyinka Dhexdhexaadka ah:

Dhallaanka iyo carruurta qaadata tallaalka hargabka faruska aan noolayn iyo tallaalka oof-wareenka (PCV13) isla mar qura ayay u egtahay inay halis u noqdaan suuxdinta ay keento xummaddu. Weydiiso takhtarkaaga macluumaad dheeraad ah.

U sheeg takhtarkaaga haddii u ilmo qaadanaya tallaalka hargabku u waligii suuxdin (qalal) ku dhacay.

Dhibaatooyinka daran:

- Xajiinta/alerjiyada khatarta ku ah nolosha ee laga qaado tallaalka aad ayeey u yar tahay. Haddii ay dhacdo, caadi ahaan waxay dhacdaa dhowr daqiiqo illaa dhowr saacadood tallaalka kaddib.
- Sannadkii 1976-kii, nooc ka mid ah fayruska aan nooleyn ee hargabka (hargabka doofaarka) ayaa la raaciyay xanuunka loo yaqaan Guillain-Barré Syndrome (GBS). Waqtigaasi kaddib, tallaalada hargabka si caddaan ah looguma xirin GBS. Hase ahaatee, haddii uu jiro khatar ah GBS oo laga qaado tallaalada haatan ee hargabka, kama uu badnaan karo 1 ama 2 kiis halkii milyan oo qof. Waxay middaan aad uga yar tahay khatarta hargabka daran, oo looga hortagi karo tallaalka.

Nooc ka mid ah tallaalka fayruska aan nooleyn ee hargabka, ee loo yaqaan Afluria, **ma aha in la siiyo** carruurta jira 8 sano ama kuwa ka yar, marka laga reebo xaalado khaas ah. Tallaal la nooc ah ayaa lala xiriiriyay xummad iyo qalal xummad sita kaddib markii lagu arkay carruur ku nool Australia. Takhtarkaaga ayaa macluumaad dheeraad ah kaa siin doona.

Waxaa marwalba kormeer lagu hayaa badbaadada tallaallada. Si aad macluumaad dheeraad ah u heshid, waxaad eegtaa:

www.cdc.gov/vaccinesafety/Vaccine_Monitoring/Index.html

iyo

www.cdc.gov/vaccinesafety/Activities/Activities_Index.html

6 Maxaa dhacaya haddii ay waxyeello ka yimaaddiin?

Waa maxay waxa aan eegayo?

Xaalad kasta oo aan caadi ahayn, sida xummad badan ama dhaqanka qofka oo isbeddela. Calaamadaha dareen-celinta xajiinta/alerjiyada daran waxaa ka mid ah neefsashada adag, xabeeb ama hinraagid, furuuruc cuncun leh, midabka oo qofka cawlnaada, wadne garaac badan ama dawakhsanaan.

Maxaan sameeynayaa?

- **Waxaad wacdaa takhtarka**, ama waxaad qofka islamarkiiba u geysaa takhtar.
- **Waxaad u sheegtaa** takhtarka waxa dhacay, taariikhda iyo saacadda ay dhacday, iyo marka tallaalka la qaatay.
- Waxaad takhtarka ka **codsataa** in uu warbixin ka gudbiyo waxyeelada isagoo foomka Nidaamka Warbixinta Dhacdada Waxyeelalda Tallaalka (Vaccine Adverse Event Reporting System - VAERS). Ama waxaad warbixintan u gudbin kartaa VAERS adigoo tagaya bogga internetka **www.vaers.hhs.gov**, ama wacaya **1-800-822-7967**.

VAERS ma bixiso kala talinta caafimaadka.

7 Barnaamijka Qaranka ee Magdhowga Waxyeellada Tallaalka

Barnaamijka Qaranka ee Magdhowga Waxyeellada Tallaalka (VICP) waxaa la aasaasay 1986-dii.

Dadka filaya in uu dhaawac ka soo gaaray tallaal waxay barnaamijka wax ka ogaan karaan iyagoo codsi soo gudbinaya oo wacaya taleefoonka **1-800-338-2382**, ama booqanaya bogga internetka ee VICP **www.hrsa.gov/vaccinecompensation.**

8 Sideen wax dheeraad ah uga ogaan karnaa?

- Waxaad weydiisaa takhtarkaaga. Waxay ku siin karaan xirmada tallaalka ama kugula talin karaan ilo kale aad macluumaad ka heli kartid.
- Waxaad wacdaa waaxda caafimaadka deegaankaaga ama gobolka.
- Waxaad la xiriirtaa Xarumaha Ka-Hortagga iyo Maamulka Cudurrada (CDC):
  - Waxaad wacdaa **1-800-232-4636 (1-800-CDC-INFO)** ama
  - Waxaad booqataa bogga internetka ee CDC **www.cdc.gov/flu**

DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES
CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION

Vaccine Information Statement (Interim)
Inactivated Influenza Vaccine - Somali (7/26/11) 42 U.S.C. §300aa-26

Translation Provided by Division of Global Migration and Quarantine, CDC