

## BAYAANKA MACLUUMAADKA TALLAALKA

# Tallaalka MMR (Jadeecada, Qaamo-Qashiirta, iyo Rubella): Waxaad u Baahan Tahay Inaad Ogaato

Many Vaccine Information Statements are available in Somali and other languages. See [www.immunize.org/vis](http://www.immunize.org/vis)  
Bayaanno Macluumaad Tallaal oo badan ayaa lagu heli karaa Af-Soomaaliga iyo luqado kaleba. Booq [www.immunize.org/vis](http://www.immunize.org/vis)

## 1 Maxay tahay sababta la isku tallaalayo?

**Jadeecada, qaamo-qashiirta, iyo rubella** waa cudurro fayras yeelan kara cawaaqib daran. Kahor tallaallada, cudurradani waxay aad ugu badnaayeen gudaha Maraykanka, gaar ahaan carruurta. Waxay weli ku badan yihiin qaybo badan oo adduunka ka mid ah.

### Jadeecada

- Fayraska jadeecadu waxay keentaa calaamado ay ka mid noqon karaan qandho, qufac, siin, indho cas, oo aan caadi aheyn. Waxaana ay soo raacaan furuurac yaryar oo jirka oo idil ka soo baxa.
- Jadeecadu waxay keeni kartaa infekshinno dhegaha ah, shuban, iyo infekshin sambabbada ah (oof-wareen). Marmar aad dhif u ah, jadeecadu waxay sababi kartaa dhaawac maskaxeed ama dhimasho.

### Qaamo-qashiirta

- Fayraska qaamo-qashiirta ayaa keena qandho, madax-xanuun, murqo xanuun, daal, cunno xumo, iyo barar iyo damqasho qanjidhada candhuufta ee ka hooseeya dhegaha hal dhinac ama labada dhinacba.
- Qaamo-qashiirtu waxay u horseedi kartaa maqal-beelid, bararka maskaxda iyo/ama xangullada lafdhabarta ku daharan (encephalitis ama meningitis), barar xanuun badan oo ah xiniinyaha ama ugxaan-yarta, iyo, aad u dhif ah, dhimasho.

### Rubella (waliban loo yaqaano **Jadeeco Jarmal**)

- Fayraska Rubellaha wuxuu keena qandho, dhuun xanuun, finaas furuuruc ah, madax xanuun, iyo indho xanuun.
- Cudurka rubella ayaa ku keeni kara tuf illaa kala bar ahaan tobaneeyo jiryaasha iyo haweenka qaangaarka ah.
- Haddii haweenay ay ku dhacdo rubella iyadoo uur leh, way dhicin kartaa ama ilmaheegu wuxuu ku dhalan karaa wax u dhinnaan dhalasho oo halis ah.

Cudurradan ayaa si sahlan ugu faafi kara qof ka qof. Jadeecadu xitaa uma baahna xiriir shakhsiyeed. Waxaad jadeecada ku qaadi kartaa adiga oo gala qof u qof jadeeco qabaa ka tagay ilaa 2 saacadood kahor.

Tallaallada iyo saamiyada sare tallaallidda ayaa cudurkan ka dhigay mid aan ku bdanayn Maraykanka.

## 2 Tallaalka MMR

**Carruurta** waa inay heshaa 2 qiyaasood oo tallaalka MMR ah, sida caadiga ah:

- Qiyaasta kowaad: Da'd 12 ilaa 15 bilood
- Qiyaasta labaad: Da'da 4 ilaa 6 sano

**Dhallaanka u safri doona meel ka baxsan Maraykanka markay da'doodu u dhexeyso 6 ilaa 11 bilood** ayaa ah inay qaataan qiyaas tallaalka MMR kahor safarka. Taasi waxay siin kartaa ka badbaadin ku-meel-gaar oo infekshinka jadeecada ah, laakiin ma siin doonto difaac joogto ah. Ilmuhu waa inuu wali qaataa 2 qiyaasood oo tallaalka ah da'ha lagu taliyay si loo helo badbaadin muddada dheer jirta.

**Dadka qaana-gaarka ah** ayaa walibana laga yaabaa inay u baahdaan tallaalka MMR. Dadka qaangaarka ah ee da'doodu tahay 18 jir iyo ka wayn ayaa dhici karta inay u nugul yihiin jadeecada, qaamo-qashiirta, iyo rubellada iyaga oo aan ogayn.

Qiyaasta saddexaad ee MMR ayaa lagula talin karaa xaaladaha qaarkood ee dilaaca cudurka qaamo-qashiirta.

Ma jiraan wax halis ah oo la ogyahay oo ka yimaad isla marka lala qaato tallaalka MMR tallaallada kale.

**Waxaa jira tallaalka isku jir ah oo loo yaqaano **MMRV** oo ay jiraan tallaallada busbuska iyo MMR labadooduba. MMRV waa xulasho ikhtiyaari u ah carruurta qaarkood ee da'da 12 bilood ilaa 12 sano jir ah. Waxa jira Bayaan Macluumaad Tallaal gaar ah oo loogu talagalay MMRV. Daryeel caafimaad bixiyahaaga ayaa kaa siin kara macluumaad dheeraad ah.**

## 3 Dadka qaarkood ma aha inay qaataan tallaalkan

U sheeg bixiyahaaga tallaalka haddii qofka la siinayo tallaalku:

- Yeesho xasaasiyado kasta oo daran, oo nolasha halis galinaysa.** Qofka waligii ku yeeshay dareen-celin xasaasiyad oo nolasha halis galisay, kadib markii u qaatay qiyaas tallaalka MMR, ama xasaasiyad daran ku yeeshay



qayb kasta oo ka mid ah tallaalkan, ayaa laga yaabaa in lagula taliyo inayna is tallaalin. Weyddii bixiyahaaga daryeel caafimaad haddii aad rabto macluumaadka ku saabsan qaybaha tallaalka u ka kooban yahay.

- **Uur ay leedahay, ama ay u malaynayso inay uur leedahay.** Haweenka uurka lihi waa inay sugaan qaadashada tallaalka MMR illaa iyo intayna uur lahaanin. Haweenku waa inay iska ilaaliyaan inay uur qaadaan ugu yaraan 1 bil kadib markay qaataan tallaalka MMR.
- **Waxaa uu leeyahay difaaca jirka oo daciif ah** sabab cudur awgeed (sida kansarka ama HIV/AIDS) ama daawayno caafimaad (sida shucaaca, terabiga difaaca jirka, isteereydhis ama kemotherabi).
- **Waxuu u leeyahay waalid, walaalo leh taariikh dhibaatooyin nidaamka difaaca jirka ah.**
- **U waligiis yeeshay xaalad ka dhigaysa inay si fudud ay nabar u yeeshaan ama u dhiigaan.**
- **U dhawaan qaatay dhiig lagu shubay ama walxo kale dhiig kale oo dhiig ah u qaatay.** Waxaa dhici karta lagugula taliyo inaad dib u dhigato tallaalka MMR 3 bilood ama in ka badan.
- **U leeyahay qaaxo.**
- **U qaatay wax kasta oo tallaalka ah 4tii toddobaad ee la soo dhaafay.** Tallaallada nool ee la bixiyo marar aad iskugu dhow ayaa laga yaabaa in aanay u shaqaynin sidii la baahnaa.
- **Aanu si fiican fiican dareemeynin.** Haddii u ilmahaaga qaado jirro sahlan, sida durayga oo kale ah, isaga ama iyada ayaa qaadan kara tallaalka maantaba. Haddii se aad u bukto si dhexdhexaad ah ama si daran, waxaa habboon inaad sugto illaa intaad ka bogsanayso.

## 4 Halista falcelinta tallaalka

Dawo kasta, oo ay tallaalladu ka mid yihiin, waxa dhici karta inay jiraan saamayn dhinac ka soo raac ah. Kuwaas ayaa ah badiyaa kuwo sahlan ama iyaga ayaa iskood isaga taga, laakiin falcelinta darani inay dhacdaana waa suurtagal.

Qaadasha tallaalka MMR ayaa aad uga hortagaa cudurada Jadeecada, qaamo-qashiirta, ama rubellada. Dadka qaata tallaalka MMR badankoodu wax dhib ah kalama kulmaan.

Kadib marka tallaalka MMR, qofka ayaa dhici karta inuu la kulmo:

### Dhacdooyinka yaryar:

- Gacan damqasho duridda ka timid
- Qandho
- Guduudasho ama furuuruc ay yeelato barta duritaanku
- Qanjo bararitaan dhabanka ama qoorta ah

Haddii ay dhacdooyinkani dhacaan, waxay caadi ahaan bilaabmaan gudehooda 2 toddobaad kadib duritaanka. Waxay u dhacaan sidaa si ka yar kadib qiyaasta labaad.

### Dhacdooyin dhexdhexaad ah:

- Suuxdin (gundhin iyo indho dhegag leh) oo badanaa lala xiriiriyo qandhada
- Xanuun iyo qallafsanaan xubno oo kumeel-gaar ah, badanaa ku dhaca tobaneeyo-jirayaasha ama dumarka waaweyn
- Unugyada dhiig xinjirowga sameeya oo tiradoodu aad u yaraato si ku meelgaar ah, iyada sababi karta dhiigitaan ama nabar yeelasho aan caadi ahayn
- Furuuc ka soo abxa jirka oo dhan

### Dhacdooyin daran ayaa dhacaya marar aad u dhif ah:

- Dhago la'aan
- Suuxdinno muddo dheer, ama miyirka oo hoos u dhaca
- Waxyeello maskax

### Waxyaabaha kale ee dhici kara tallaalkan kadib:

- Dadka ayaa mararka qaarkood miyir beela kadib marka hawlgal-caafimaad lagu sameeyo, oo ay tallaalkuna ka mid tahay. Fadhiga ama jiifsadka ilaa 15 daqiiqo ayaa ka caawin karta qofka ka hortagga miyir-beelka iyo dhaawacyada ay keento dhicitaanku. U sheeg bixiyahaaga haddii aad dareento dawakhaad, ama araggaagu uisbeddelo ama dhaguhu ku guuxaan.
- Dadka qaarkood ayaa yeesha xanuun garab oo noqon kara mid ka daran oo muddo dheer soconaya marka loo eego damqashada caadiga ah ee ka dambaysa duridda tallaalka. Taas ayaa dhacda marar dhif ah.
- Dawo kasta ayaa sababi karta fcelin xasaasiyadeed daran. Falcelinnadan oo kale ee ka timaad tallaalka ayaa lagu qiyaasaa 1 milyankii qiyaasoodba, oo waxay dhici doontaa dhowr daqiiqo illaa dhowr saacadood gudahood tallaalka kadib.

Sida dawo kasta oo kale, ayay jirtaa calaf suurtagalkeedu aad u yar yahay oo tallaalku sababo dhaawac halis ah ama dhimashaba.

Waxa marwalba kormeer lagu hayaa badbaadada tallaallada. Macluumaad intaas dhaafsiisan si aad u hesho booqo: [www.cdc.gov/vaccinesafety/](http://www.cdc.gov/vaccinesafety/)

## 5 Ka warran haddii ay jirto dhibaato darani?

### Maxaa ila habboon inaan u fiirsado?

- U fiirso wixii kasta ee adiga kaa wewelsiiya, sida calaamadaha dareen-celinta xasaasiyadda daran, qandhada aadka u sarreysa, dabecad aan caadi ahayn.

Calaamadaha **dareen-celinta xasaasiyadda daran** ayay ka mid yihiin firriiric cuncun leh, waji iyo cuno barar, neefta oo ku qabata, wadnaha oo degdeg kuu garaaca, dawakhaad, tabcaanimu. Taasi waxay bilaabantaa sida caadiga ah dhowr daqiiqo illaa dhowr saacadood kaddib tallaalka.

## Maxaan sameeyaa?

- Haddii aad u maleyso inay tahay **dareen-celin xasaasiyad daran** ama xaalad kale oo degdeg ah oo aan la sugi karin, wac 9-1-1 ama tag isbitaalka kuugu dhow. Haddii kale, wac daryeel bixiyahaaga caafimaadka haddii.

Markaa wixii ka dambeeya, Fal-celinta waa in warbixin laga siiyaa Vaccine Adverse Event Reporting System (VAERS) oo ah (Hanaanka loo diyaariyey Falcelinta Dhacdada Daran ee Tallaalka). Dhakhtarkaaga ayaa ah inuu xereeyo warbixintan, ama adiga laftaada ayaa sidaas samayn kara adiga oo u mara websaytka VAERS ee ku taal [www.vaers.hhs.gov](http://www.vaers.hhs.gov), ama adiga oo waca **1-800-822-7967**.

VAERS ma bixiso talo caafimaad.

**6**

## Barnaamijka Magdhowga Dhaawaca Tallaalka Qaranka

Vaccine Injury Compensation Program (VICP) oo ah (Barnaamijka Qaranka ee Magdhowga Dhawaca Tallaalka) oo ah barnaamij federaal ah oo loo abuuray magdhowga dadka laga yaabo ay wax yeelleeyeen tallaallada qaarkood.

Dadka rumaysan inuu tallaal dhaawacay waxay wax ka ogaan karaan barnaamijka iyo sida loo xereysanayo cabasho iyag oo waca **1-800-338-2382** ama booqda websaaydka VICP ee [www.hrsa.gov/vaccinecompensation](http://www.hrsa.gov/vaccinecompensation). Waxa jira wakhti ay ku xadaysan in la sheegto magdhow.

**7**

## Sidee ayaan macluumaad dheeraad ah ku ogaan karaa?

- Weyddii daryeel bixiyahaaga caafimaadka. Isaga ama iyada ayaa ku siin kara warqadda baakada tallaalka lagu soo dhex riday ama kugula talin kara ilo kale oo aad macluumaad ka heli kartid.
- Wac waaxda caafimaadka deegaankaaga ama gobolkaaga.
- La xidhiidh Centers for Disease Control and Prevention (CDC) (Xarumaha Xakamaynta iyo Ka Hortagga Cudurrada:
  - Wac **1-800-232-4636 (1-800-CDC-INFO)** ama
  - Booqo websaydtki CDC ee ku taal [www.cdc.gov/vaccines](http://www.cdc.gov/vaccines)

---

## Vaccine Information Statement MMR Vaccine

2/12/2018

Somali

