BAYAANKA MACLUUMAADKA TALLAALKA

# Tallaalka MMRV (Jadeecada, Qaamo-qashiirta, Rubella iyo Varicella): *Waxaad u Baahan Tahay Inaad Ogaato*

Many Vaccine Information Statements are available in Somali and other languages. See www.immunize.org/vis

Bayaanno Macluumaad Tallaal oo badan ayaa lagu heli karaa Af-Soomaaliga iyo luqado kaleba. Booqo www.immunize.org/vis

## 1 Maxay tahay sababta la isku tallaalayo?

**Jadeecada**, **qaamo-qashiir**, **rubella**, iyo **varicella** waa cudurro fayras oo yeelan karai kara cawaaqib xun. Kahor tallaallada, cudurradani waxay aad ugu badnaayeen gudaha Maraykanka, gaar haan 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 d'a, oo caadi ahaan ay soo raacaan furuurc 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-qashiirtta 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 ugxan-yarta, iyo, aad u dhif ah, dhimasho.

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

- Fayraska Rubellah wuxuu keenaa qandho, dhuun xanuun, finaan 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.

### **Varicella** (waliban loo yaqaan **Busbus (Hablobaas)**)

- Busbuska ayaa keenaa firiiric cuncun leh oo si caadiga ah jira qiyaastii hal toddobaad, iyada oo ay u weheliyaan qandho, daal, cunto xumo, iyo madax xanuun.
- Busbusku wuxuu u horseedi karaa maqaarka, infekshinnada sanbabbada (oof-wareen), caabuqa xididdada dhiigga, bararka maskaxda iyo/ama xangullada laf-dhabarta ku dahaaran (encephalitis ama meningitis) iyo caabuqyada dhiigga, lafaha, ama xubnaha. Aad aya dhif u tahay, inuu busbusku (varcellaa) dhimasho u horseedo.
- Qaar ka mid ah dadka qaada busbusta ayaa yeesha firiiric xanuun badan lagu magacaabo shingles (oo loo yaqaan herpes zoster) sannado kadib.

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

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

## 2 Tallaalka MMRV

**Tallaalka MMRV** ayaa la siin karaa carruurta da'da 12ka bilood ilaa 12ka sano jirta. Laba qiyaas daawo ayaa sida caadiga ah lagu taliyaa:

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

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 mar marka lala qaato tallaalka MMRV tallaallada kale.

**Halkii ay ka qaadan lahaayeen MMRV, carruurta qaarkood ee d'ada 12ka bilood ilaa 12 sano jira ayaa laga yaabaa inay qaataan 2 tallaal oo kala gaar ah: MMR (jadeecada, qaamo-qashiirta iyo rubella) iyo bus-buska (varicella). MMRV looma fasixin dadka da'doodu tahay 13 sano ama kuwa ka wayn. Waxa jira Bayaanno Macluumaad Tallaal gaar ah oo loogu talagalay MMR iyo talllada busbuska. Daryeel caafimaad bixiyahaaga ayaa kaa siin kara macluumaad dheeraad ah.**

## 3 Dadka qaarkood ma aha inay qaataan tallaalkan

U sheeg qofka siinaya tallaalka ilmahaaga haddii u ilmahaagu:

- **Yeesho xasaasiyado kasta oo daran, oo nolasha halis galinaysa**. Qofka waligii ku yeeshay dareen-celin xasaasiyad oo nolosha halis galisay kadib markii u qaatay qiyaas tallaal MMRV, 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 tallaalku u ka kooban yahay.
- **U leeyahay difaaca jirka oo daciif ah** sabab cudur awgeed (sida kansarka ama HIV/AIDS) ama daawayno caafimaad (sida shucaaca, terabiga difaaca jirka, isteereydhs ama kemotherabi).



U.S. Department of Health and Human Services
Centers for Disease Control and Prevention

- **U leeyahay ama ay leedahay suuxdino**, ama **waalid, walaalo leh taariikh suuxdino**.
- **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**.
- **Ay uur leedahay ama laga yaabo uur leedahay**. Tallaalka MMRV waa in aan la bixin muddada uurka.
- **Qaadashada salicylates (sida asbiriinta)**. Dadku waa inay iska ilaaliyaan isticmaalka salicylates ilaa 6 toddobaad kadib marka la qaato tallaalka leh varicella.
- **U dhawaan qaatay dhiig lagu shubay ama walxo kale dhiig kale oo dhiig ah u qaatay**. Waxaa dhici karta in lagugula taliyo inaad dib u dhigto tallaalka ilmahaaga ee MMRV ugu yaraan 3 bilood.
- **U leeyahay qaaxo.**
- **U qaatay wax kasta oo tallaal 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 dareemeynin**. Hadii u ilmahaaga qaado jirro sahlan, sida durayga oo kale ah, isaga ama iyada ayaa qaadan kara tallaalka maantaba. Hadii se aad u bukto si dhexdhexaad ah ama si daran, waxaa habboon inaad sugto illaa intaad ka bogsanayso. Dhakhtarkaaga ayaa talo ku siin kara.

## 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 MMRV ayaa aad uga badbaado badan ku dhicitaanka jadeecada, qaamo-qashiirta, rubellada ama bus-buska (hablo-baasta). Inta ugu badan carruurta qaata tallaalka MMRV ayaan ku lahayn wax dhibaato ah.

Tallaalka MMRV kadib, ilamaha ayaa la kulmi karaa:

### 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
  - *Halista suuxdinnadan ay ka sarreeya kadib qaadahsada MMRV marka loo eego tallaalka MMR iyo tallaalka busbuska kala gaarka ah marka loo siiyo ahaan qiyaasta kowaad ee taxanaha. Dhakhtarkaaga ayaa kugula talin kara adiga tallaallada ugu habboon ilmahaaga.*
- Unugyada dhiig xinjirowga sameeya oo tiradoodu aad u yaraato si ku meelgaar ah, iyada sababi karta dhiigitaan ama nabar yeelasho aan caadi ahayn.
- Caabuqa sambabbada (oof-wareenka) ama maskaxda iyo xangullada laf-dhabarka dahaarkeeda (encephalitis, meningitis).
- Firiiric ka soo baxa jirka oo idil.

Haddii ay ilmahaaga ka soo yaacaan furuuruc kadib tallaalka, waxa laga yaabaa inay la xiriirto qaybta talaalka varicella. Ilmaha yeesha firiiraca kadib tallaalka MMRV ayaa laga yaaba inauu kartideeda yeesho inuu ku faafiyo fayraska tallaalka varicella qof aan difaacnayn. In kasta oo ay taasi aad ay u dhif tahay, carruurta yeesha firiirica ayaa ah inay ka finan fogaadaan dadka difaaca jirkoodu diciifay iyo ilmaha aan tallaalnayn illaa iyo inta ay firiiricu baaba'yaan. Kala hadal bixiyahaaga daryeel-caafimaad si wax inta u dheer aad u ogaato.

**Dhacdooyin daran** ayaa si aad u dhif ah laga soo waramay kadib tallaalka MMR marka la qaatay, waxa laga yaabaa inay sidaas oo kale tahay tallaalka MMRV. Astaamaha waxaa ka mid ah:

- Dhago la'aan
- Suuxdinno muddo dheer, kooma, 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 bixiyhaaga 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 ah qiyaastii 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/**

## 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, dabeecad aan caadi ahayn.

  Calaamadaha **dareen-celinta xasaasiyadda daran** ayay ka mid yihiin firiiric cuncun leh, waji iyo cuno barar, neefta oo ku qabata, wadnaha oo degdeg kuu garaaca, dawakhaad, tabcaanimo. 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 xaaalad 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, dareen-celinta waa in warbixin laga siiyaa Vaccine Adverse Event Reporting Systme (VAERS) oo ah (Nidaamka Falcelinta loo warinayo). 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**, ama adiga oo waca **1-800-822-7967**.

*VAERS ma bixiso talo caafimaad.*

## 6 Barnaamijka Magdhawga Dhaawaca Tallaalka Qaranka

The National Vaccine Injury Compensation Program (VICP) oo ah waa 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**. 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 websaydtka CDC ee ku taal **www.cdc.gov/vaccines**