TALAALKA COVID-19

# HEL XAQIIQOOYINKA.

HADDA LOO HELI KARO DADKA WAAWEYN, CARRUURTA IYO DHALLAANTA

ILAALI ILMAHAAGA. ILAALI BULSHADAADA.

## Carruurta iyo dhalinyarada waxay ahaan doonaan kuwa ugu badbaadsan marka ay dhammeystirtaan tallaaladooda caabuqa COVID-19.

Tallaalku wuxuu ka ilaaliyaa qof walba, oo ay ku jiraan carruur iyo dhallinyaro, inay qaadaan COVID-19. Tallaalku wuxuu kaloo ka horjoogsadaa carruurta iyo dhallinyarada inay si xun u xanuunsadaan haddii ay xanuunsadaan.

Waxaa jira noocyo kala duwan oo COVID-19 ah, kuwaas oo si sahlan u faafa oo sababi kara astaamo aad u daran. Tallaaladu waxay kaa difaacan noocyada kala duwan ee caabuqa.

## Tallaalka carruurta iyo dhallinyarada wuxuu ilaaliyaa bulshada oo dhan.

Dadka uu talaalka COVID-19 u dhammaystiran yahay uma muuqadaan kuwo ku faafinaya fayraska dadka kale. Marka carruurta u -qalanta la tallaalo waxay ilaalinaysaa:

- Asxaabtooda iyo qoyskooda oo aan weli la tallaalin
- Dadka waayeelka ah iyo dadka qaba xaalado caafimaad qaarkood oo halis weyn ugu jira inay si daran ugu xanuunsadaan COVID-19.

Dadka waayeelka ah iyo dadka qaba xaalado caafimaad oo caafimaad oo halis weyn ugu jira inay si daran ugu xanuunsadaan COVID-19.

## BADBAADO IYO WAX -KU OOL

- Ma jiro tallaal kale oo la tijaabiyay inta uu le'eg yahay ammaankiisa taariikhda Mareykanka.
- Tallaalka ayaa la xaqiijiyay inuu badbaado u yahay carruurta, dhallinyarada iyo dadka waaweyn, oo ay ku jiraan kuwa kala jinsiyado, qowmiyado iyo da 'kala duwan ah.
- Ang mga bakuna sa COVID ay hindi makakaepekto sa pagbibinata, pagdadalaga, o sa kakayahan na magkaroon ng anak. Tallaaladu kama hor istaagi doonaan canuggaaga in uu maalin maalmaha kamid ah caruur dhalo.

## BILAASH U AH QOF WALBA

- Adiga iyo ilmahaagu waxaad heli kartaan tallaal bilaash ah iyadoon loo eegin **xaaladda socdaalka.**
- Adiga iyo ilmahaagu midna uma baahnid **inaad tustaan aqoonsi** ama caymis **caafimaad** si aad u qaadataan tallaal lacag la'aan ah.

NRC-RIM
National Resource Center for Refugees, Immigrants, and Migrants

*21 Jul 2022*

**Wixii macluumaad dheeri ah: cdc.gov/coronavirus**

# Waxa laga filayo

Marka uu canuggaagu dhammaystirto tallaaladiisa COVID-19, wuxuu noqon doonaa mid badqaba marka uu dugsiga tago, marka uu cayaarayo, iyo marka uu bookhanayo saaxiibada iyo qoyska. In tallaalku dhammaystiran yahay macnaheedu waa qaadashada labada irbadood ee talaalka, kaddibna qaadashada tallaalada xoojiya difaaca jirka kuwa ay uqalmaan.

**Ballanka:**

- Ka hor inta kalkaalisada ama dhakhtarku siinin ilmahaaga tallaalka, way kuu sheegi doonaan arrintaas, waxay eegi doonaan taariikhda caafimaad ee ilmahaaga waxayna ku weydiin doonaan haddii aad wax su'aalo ah qabtid.
- Ilmahaagu wuxuu u baahan doonaa inuu joogo 15-30 daqiiqo si loo hubiyo inaysan xasaasiyad lahayn.

## Waxyeellooyinka fudud ayaa caadi ah

Dhibaatooyinka soo raaca micnaheedu MAAHA in ilmahaagu qabo COVID-19.

Dhibaatooyinka kale waxay ka dhigan yihiin tallaalku wuxuu barayaa jirka ilmahaaga sida loola dagaallamo COVID-19.

Waxyeellooyinka fudud waxa ku jiri kara:

- ☐ Xanuun ama barar gacanta oo ah meesha tallaalka laga bixiyo
- ☐ Daal
- ☐ Madax xanuun
- ☐ Murqo xanuun
- ☐ Qarqaryo
- ☐ Qandho
- ☐ Lalabbo

## Waxyeellooyinka halista ah aad bay dhif u yihiin

**Tallaalladu waa badbaadsanyihiin. Waxay aad ugu dhowdahay in ilmahaagu si daran ugu xanuunsan doono caabuqa COVID-19 marka loo eego tallaalka.**

Tiro yar oo dhallinyaro ah ayaa la kulmay waxyeellooyin sida caabuqa wadnaha (oo loo yaqaanno myocarditis ama pericarditis) ama xinjiro dhiig.

- Waxyeellooyinka halista ah **aad bay dhif u yihiin**
- Saameynada ee daran waa kuwo **la daaweyn karo** oo dadka inta badan ay qabaan way ka ladnaadaan
- **Faa'iidada** tallaalku waxay aad uga culus tahay khatar kasta oo ka timaadda.

## WEYDII AGAASIMAHAAGA MACLUUMAADKA DHAKHTARKA

TLa hadal dhakhtarka ilmahaaga ama kalkaalisada si aad wax badan uga ogaato tallaalada COVID-19 iyo tallaalada kale ee laga yaabo in ilmahaagu u baahdo.

NRC-RIM
National Resource Center for Refugees, Immigrants, and Migrants

**Wixii macluumaad dheeraad ah: cdc.gov/coronavirus**