Folkhälsomyndigheten

Ka ilaali naftaada iyo ilmahaaga caabuqyada inta aad uurka leedahay

Maadaama aad uurka leedahay waxaa lagula talinayaa tallaalka ka hortaga xiiq-dheerta, hargab/influenza iyo cudurka covid-19 taas oo dan u ah adiga iyo ilmahaaga. Tallaalada waxaa lagu bixiyaa lacag la'aan dhammaan gobollada. Waxa kale oo jirta dawo la siin karo ilmaha dhallaanka ka dib si looga ilaaliyo fayraska RS.

Kahortagga xiiqdheerta

Xiiqdheertu waxay u keeni kartaa jirro halis ah carruurta yaryar. Ku saabsan ilmaha, hal ama dhawr toddobaad kaddib, wuxuu qufaca noqda mid isdabajoog ah oo leh sanqar, macnaha ilmaha hawo ku filan ma helayaan markii ay qufacayaan. Cudurkan aad ayaa loo kala qaadaa wuxuuna noqon karaa mid halis ah oo xitaa dhimasho ku keenta carruurta yar. Dadka qaangaarka ah badanaa waxay dareemaan calaamado fudud, laakiin cudurku wuxuu keeni karaa qufac raagaya oo dhib badan wuxuuna keeni karaa halis ah inuu qaadsiiyo kuwa kale, oo ay ku jiraan dhallaanka. Bakteeriyada xiiq-dheertu waxay fidaa inta badan xagaaga dambe iyo deyrta laakiin waxay dhacdaa sanadka oo dhan.

Haddii aad uur leedahay waxaa lagugu talinayaa inaad iska talaasho ka hortagga xiiq dheerta si aad uga difaacdo naftaada iyo ta ilmaha dhallaanka ah in laga hortago cudurkan. Uurjiifka wuxuu unugyada difaaca jirka/lidjiryada ee xiiq-dheerta ka hortagta ka helayaa jirkaaga. Unugyada difaaca jirka ayaa ilmaha ka ilaaliya cudurka laga bilaabo dhalashada ilaa ilmaha la siiyo tallaalka xiiqdheerta markuu 3 bilood jiro xarunta caafimaadka carruurta, BVC.

Kahortagga hargabka

Hargabka xillilaha ah wuxuu haddii aad uur leedahay sababi karaa inuu caabuq halis ah kugu dhaco. Fayrasyada hargabka ayaa inta badan fidaya xilliga dayrta iyo jiilaalka, sidaas darteed waxaa lagula talinayaa haweenka uurka leh inay iska tallaalaan hargabka ka hor dayrta iyo xilliga jiilaalka. Tallaalku wuxuu kaloo hargabka xoogaa ka difaacayaa cunuga hadda dhashay. Tallaalka waxaa la bixiyaa toddobaadka 12 ee uurka ka dib, laakiin waxaa la bixin karaa inta uurka lagu jiro haddii loo baahdo.

Kahortagga COVID-19 ee kooxaha halista ah

Covid-19 wuxuu u keeni karaa jirro halis ah dadka ka tirsan kooxda halista ah, sida dadka qaba cudurada wadnaha ama sambabada. Cudurka wuxuu aad u faafaa xilliyada dayrta iyo jiilaalka. Sidaas darteed waa muhiim haddii aad uur leedahay in aad qaadataa tallaalka caabuqa covid-19 ka hor inta aan la gaarin xilliyada dayrta iyo jiilaalka. Tallaalku wuxuu kaloo caabuqa covid-19 xoogaa ka difaacayaa cunuga hadda dhashay. Tallaalka waxaa la siin karaa inta ay uurka leedahay haweenka uurka leh ee ku jira kooxda khatarta ah.

Ka ilaalinta fayraska RS

Fayraska RS-gu wuxuu keenaa caabuq neef-mareenka oo si gaar ah u dhibi kara carruurta yaryar. Si dhallaanka looga ilaaliyo fayraska RS, unugyada difaaca jirka ayaa isbitaalka lagu bixiyaa dhallaanka dhasha xilliga dayrta iyo jiilaalka. Unugyada difaaca jirka waxay leeyihiin difaac sare oo ka hortag ah oo ka dhan ah caabuqa RS-ga ee halista ah oo u baahan daryeel isbitaal. Waxa kale oo jira tallaalka RS-ga ee haweenka uurka leh kaas oo sidoo kale siiya ilaalinta dhallaanka dhallaanka ka dib oo u dhigma saamaynta ay bixiso daaweynta antibody-ga. Tallaalka RS ee haweenka uurka leh hadda laguma bixiyo bilaash Iswiidhan.

Daawada tallaalka waa daawo amnigeeda sugan yahay oo adiga iyo ubadkaaga ba isku tallaali kartaan

Dhammaan daawooyinka tallaalada ee dalka Iswiidan laga isticmaalo waa kuwo aad loo soo tijaabiyay, waxtar leh oona amnigooda sugan oona wax dhibaato u keeni doonin adiga iyo uurjiifkaaga. Waxyeelooyin daawada waa kuwa aad aan caadi u ahayn.

Ma jiro talaal 100% ka difaaca cudur. Ma jiro tallaal oo boqolkiiba boqol difaac laga helo, iyo sidaas tahay haddii cudurka lagu qaadsiiyo inkastoo aad iska tallaalshay, waxaa hubaal ah inaad aad ugu xannuunsan doonin.

Tallaalada iyo aqoonta loo leeyahay sida cudurrada u ku faafaan ka sokkoow, haddana waxaa muhim ah nadaafadda gacmaha oo heer sare. Ku dhaq gacmahaaga saabuun iyo biyo ama isticmaal gacmo nadiifiyaha (ama jeermiska gacmaha u dhigma). Sidaas ayaa si dheeraad hoos ugu dhigaysa in cudurka lagu qaadsiiyo.

Ummulisadaada ma shaqaalaha rugta caafimaadka la xiriir haddii xilliga aad uurka leedahay aad su´aallo ku saabsan tallaalada waydiin lahayd.

Skydda dig och ditt barn mot infektioner under din graviditet (Somaliska)
Folkhälsomyndigheten 2025. Artikel 25089-7
www.folkhalsomyndigheten.se