

Tilmaamaha af-xirka ee caruurta ka yar 12



Deganayaasha si buuxda loo talaalay looma baahna inay qaataan af-xir inta badan goobaha gudaha iyo banaanka ka dib talooyinka CDC iyo gobolka Washington. Degmada King waxay Meesha ka saartay awaamiirta af-xirka si maxalli ah hadda maadaama 70% dadka deegaanka King ee da'doodu tahay 16 iyo wixii ka weyn ay dhammaystireen taxanaha tallaalka oo si buuxda loo tallaalay. Heerkan tallaal waa guul aad u fiican. Isla mar ahaantaana, carruurta da'doodu ka yar tahay 12 sano weli ma awoodaan inay is tallaalaan. Tani waxay ka dhigan tahay inay jiraan in ka badan 300,000 oo carruur ah oo ku nool degmada King oo aan laga ilaalin karin caabuqa COVID-19.

Af-xirku weli waa hab muhiim ah oo lagu ilaaliyo carruurta. Maaddaama carruurta aan la tallaalin ay wali ku faafin karaan fayraska kuwa kale, sidoo kale qaadashada af-xirka waxay ilaalisaa dadka kale. Waxaan sii wadeynaa in aan isku tiirsanaano midba midka kale ilaalinta bulshadeena. Dhammaan dadka waaweyn waa inay sii wadaan qaadashada af-xirka marka ay joogaan iskuulada iyo goobaha daryeelka carruurta oo ay ka fekeraan inay ku qaataan af xirka meelaha kale ee dadweynaha, goobaha gudaha marka carruur tiro badan ay joogaan .

Waalidiinta, daryeeleyaasha, iyo qoysaska halkan jooga, waa qaababka aad ku sii wadi karto inaad carruurta ka yar 12 sano ka dhigto kuwo ammaan ah

QAADO TALAALKACOVID-19 HADII AAD XAQ U LEEDAHAY

SII WAD QAADASHADA AF_XIRKA

Xitaa haddii adiga iyo xubnaha kale ee qoyska aad si buuxda isu tallaasheen waxaad taageero u muujin kartaa Carruurtaada markii aad dhammaantiina wada joogtaan.



SHARAX SABABTA AY WELI MUHIIM U TAHAY

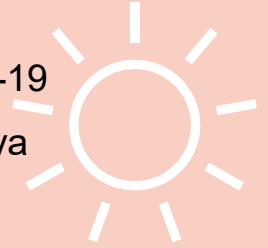
Carruurta yaryari waxaa laga yaabaa inay ku jahwareeraan sababta ay weli ugu baahan yihiin inay xirtaan af-xir marka carruurta waaweyn iyo dadka waaweyn ee ku hareeraysan aysan u baahnayn. La wadaag in arrimuhu si fiican u soo fiicnaanayaan, laakiin af-xirka ayaa wadi doona ilaalinta Badqabkooda Ilaa laga helo Talaalada qof walba.

QIIMEE KHATARTA KU SALEYSAN NOOCA HOWLAHA IYO DEJINTA

U dulqaadashada khatarta ee qof walba way kala duwan tahay. Kuwa haysta carruurta ka yar 12 sano waa in ay ka taxadaraan halista u gudbinta bulshada iyo saameynta aadista goobaha markaad gudaha ku jirto, dadka aan la tallaalin ama dadka ka baxsan gurigaaga, iyo suurtagalnimada ama awooda kala-fogaanshaha iyo isticmaalka af-xirka joogtada ah.

Dooro banaanka mar kasta oo suurta gal tahay

Halista faafida COVID-19 aad ayuu ugu hooseeya banaanka marka loo eego gudaha.



SAMEE QORSHE QOYS

Maaddaama qoyskaaga iyo carruurta yar yar ay waqti badan ku qaataan hareeraha kooxo dad ah kuwaasoo xidhan ama aan xidhnayn af-xirka, in aad yeelato qorshe la xiriira marka la aadaayo kulanno ama goobo kala duwan ayaa ka caawin kara carruurta inay ogaadaan waxa ay filan karan.

- Si furan ugala hadal heerarka qanacsanaanta ee ku saleysan qiimeynta halista iyo taariikhda caafimaadka qoyska iyo qaraabada dhow.
- Noqo mid joogteeyo si ay caruurta u ogaadaan waxa laga filan karo xaaladaha kala duwan isla markaana ay awood u yeelan karaan inay iskaashi ku yeeshaan nidaamka caadiga ah.
- Tusaale ahaan, qorshahaagu wuxuu dhaqan galin karaa:
 - Looma baahna in aad qaadatid af-xir meelaha gudaha marka aad la joogtid qoys tallaalan, laakiin carruurta iyo dadka waaweyn waxay qaadan doonaan af-xirka marka ay adeeg u aadan dukaamada cuntada, iwm. (iyo wixii la mid ah).
 - Looma baahna in lagu qaato af-xir meelaha banaanka ee xiliyada ciyaaraha ee aad la joogtid saaxiibbadaa, laakiin af-xirka ayaa wali looga baahan yahay goobaha mashquulka badan, garoomada caamka ah ee gudaha xiliyada ciyaaraha.
 - Looma baahna in la qaato af-xir meelaha gudaha ama dibaddaba gaar ahaan marka aad la jooqtid koox yar. Xulo koox asxaab ah, oo ay ku jiraan carruurta aan la tallaalin (oo badanaa loo arko meel xiran).

Wixi Macluumad dheerad ah Booqo:

[KINGCOUNTY.GOV/VACCINE/YOUTH](https://www.kingcounty.gov/vaccine/youth)