

Talaalka fayrasta koroonada

– Comirnaty (BioNTech og Pfizer)

Macluumaad ku socda qofka fursad loo siiyey inuu qaato talaalkan

Fayrasta cusub ee koroonadu waxay keenta xanuun ku dhaca hawo-mareennada. Dad badan waxba ma dareemaan ama calaamado khafiif ah ayey isku arkaan, laakiin dadka qaar ayaa aad u xanuunsada. Dadka gaboobay iyo dadka hore u qabay xanuunada qaarkood ayaa qaba khatarta ugu weyn ee ku saabsan inay xanuunsadaan ama geeriyoodaan. Ujeedada talaalka fayrasta koroonadu waa in la badbaadiyo naf iyo caafimaad. Talaalka fayrasta koroonadu wuxu ka hortagayaa cudurka koroonada. Hadafku waa badbaadinta naf iyo caafimaad.

La heli kara talaalka fayrasta koroonada?

- Dadka lagula talinayo inay talaalkan ka qaataan barmaamijka talaalka ee qaran ayaa la siin doonaa talaalka marka safka kala horumarinta ah laga soo gaadho markoodii.
- Fursadda waxa la siinayaa dadka jooga Noorway. Qaadashada talaalku waa bilaash, waana ikhtiyaar.

Halkee ayaan ku qaadan karaa talaalka?

Eeg macluumaadka ku jira bogga internetka degmadaada si aad u ogaato dadka la siinayo talaalka, qaabka loo bixinayo talaalka iyo xilliyada.

Qaabkan ayey u dhacaysaa talaalistu

Talaalka waxa lagu mudayaa cududda (gacanta qaybta kore). Waxaad helaysaa labo qaadasho oo talaal ah oo ay u kala dhaxayso ugu yaraan 21 maalmood. Waa muhiim inaad qaadashada labaad qaadato wakhtiga lagu qabtay. Intaan lagu talaalin waxa lagu weydiin doonaa inaad caafimaad qabto, iyo in falcelin (dhibaato) kaaga timi talaallo hore oo aad qaadatay. Xasuuso inaad sheegtid haddii aad leedahay uur, aad qabto xasaasiyad, isticmaasho dawooyin ama aad qabto dhibaatooyin caafimaad oo kale. Waa wax caadi ah in talaalka dib loo dhigo haddii xanuun degdeg ah ku yimaado qofka ama uu qabo qandho ka badan 38 digirii. Talaalka kadib waxa lagaa codsan doonaa inaad goobta talaalka joogto ugu yaraan 20 daqiiqo.

Sidee u shaqeeyaa talaalkani?

Talaalku wuxu ka koobanyahay tilmaanta habka loo sameeyo (farriin-side-RNA) qodxaha caadiga ah ee ku yaala fayrasta koroonada. Taasi waxay keenaysaa in jidhku samaynayo qodxo koobi ah oo aan khatar ahayn oo markaana difaaca jidhku ku tabobaran karo. Qaabkaas ayuu jidhku ku baranayaa aqoonsiga iyo iska difaacista fayrasta koroonada ee runta ah haddii uu qaado fayrasta. Farriin-sidaha-RNA ee la socda talaalku waxa uu si degdeg ah u burburayaa isagoo wax saamayn ah ku yeelan hido-sidaha.

Talaalku ma wato fayrus nool mana keeni karo infekshanka koroonada. Talaalka koroonadu wuxu samaynayaa ka hortag. Ma daweyn karo xanuun koroona ah oo qofku qabo.

Qaabkan loo sameeyey talaalkani maaha mid hore loogu isticmaalay cudurrada dadku is qaadsiyaan, laakiin teknooloojiyadu waa mid la yaqaano oo loo isticmaalo daaweynta kansarka.

Intee leeg yahay waxtarka talaalku?

Talaalku waxa uu difaac ka yahay xanuunka ka imanaya fayrasta koroonada cusub. Durba hal usbuuc kadib qaadashada labaad, ayey ku dhawaad 95 % dadkii talaalka qaatay xilligii daraasaduhu heleen difaac. Weli lama hayo xog badan oo ku saabsan dadka waaweyn. Daraasaduhu waxay sheegayaan in talaalka isla markaana laga helayo difaaca cudurka koroonada noociisa daran ee keenaya in qofka la dhigo cisbitaal. Ilaa hadda lama oga inta difaacu jiri doono. Haddii difaacu yaraado muddo kadib, waxa dhici karta in qofka la siiyo qaadashooyin talaal oo cusboonaysiin ah. Isla markaana ma ogin ilaa heerka talaalku ka hortagayo faafitaanka. Taas darteed waxa weli muhiim ah in lagu dhaqmo talooyinka ka hortagga faafitaanka.

Cilladaha talaalka

Daraasadaha la sameeyey waxa lagu ogaaday cillado caadi ah iyo kuwo naadir ah (dhif ah) oo ku yimi dadkii la talaalay. Meesha lagama saari karo cilladaha naadirka ah ama cillado la ogaanayo muddo dheer kadib markii la qaatay talaalka. Inta badan cilladuhu waxay yimaadeen maalmihii u horeeyey ee ku xigay talaalka, oo meesha ka baxay labo maalmo gudahood:

- Dadka qaata talaalka waxa intooda badan xanuunta meesha laga muday.
- Cilladaha kale ee caadiga ah waa daal, madax-xanuun, muruq-xanuun, qabow dareen, kalagoys-xanuun iyo qandho. Cilladahan waxa inta badan la arkaa qaadasho labaad kadib.
- Cilladuhu waxay ku yaryihiin dadka waaweyn marka la barbardhigo dadka yaryar.

Inta badan cilladuhu waxay ahaayeen kuwo khafiif ama dhexdhexaad ah. In ka yar 5 % waxa ku dhacay cillado dhib badnaa oo aan lahayn khatar, laakiin saamayn ku yeeshay noloshooda maalmihii yaraa ee cilladuhu waareen. Kuwan waxa inta badan la arkayey qaadashada labaad kadib, waxaana lagu arkayey dadka da'doodu yartahay.

Maxaan sameeyaa haddii cillado igu yimaadaan?

Haddii aad isku aragto calaamad dhibaato oo aanad filayn, xoog weyn ama wakhti badan soconaya oo aad is leedahay waxa u sabab ah talaalka, waxa wacan inaad la xiriirto dhakhtar ama shaqaale caafimaad kale si loo qiimeeyo xaaladaada una heshid talooyin. Shaqaalaha caafimaadka waxa ku waajib ah inay soo sheegaan cilladaha waaweyn ama falcelinnada aan hore loo arkin ee ay ka shakisanyihiin in sababtoodu tahay talaalka. Adiguna farriin ayaad soo diri kartaa adoo isticmaalaya [helsenorge.no](https://www.helsenorge.no)

Ogolaansho shuruudaysan

Talaalkan fayrasta koroonada waxa lagu tijaabiyey daraasado waaweyn oo kumanaan qof la siiyey talaalka. Daraasadaha waxa loo sameeyey si lamid ah habka talaallada kale, laakiin muddada fiirsashada ayaa la soo gaabiyey. Hay'adaha dawooyinka ayaa talaalka siiyey ogolaansho shuruudaysan. Taas oo macnaheedu yahay in hadda la hayo xog lagu ogaan karo in faa'idada talaalku ka badan tahay halista talaalka, laakiin weli soo-saaraha talaalka looga baahanyahay sii wadida daraasadaha isla markaana hay'adaha dawladda ee dawooyinka si joogto ah loo siiyo xogta cusub ee la helo.

Talaaladee ayaan qaatay?

Markaad qaadato talaalka koroonada waxa laga diiwaangelinayaa Diiwaanka Talaallada Qaranka ee SYSVAK. Macluumaadka waxaad ka helaysaa [helsenorge.no](https://www.helsenorge.no)

Ma rabtaa faahfaahin kale?

Weydii dhakhtarkaaga, kuwa ku talaalay ama shaqaalaha caafimaadka. Isla markaana eeg bogga Machadka Caafimaadka Dadweynaha: <https://www.fhi.no/kvp>