[Somali translation of the [measles warn and informed letter for settings](https://www.gov.uk/government/publications/national-measles-guidelines) – edit highlighted text and remove highlighting before use]

00 month 20XX

Mudane/Marwo [Name of recipient],

**Ku saabsan: Macluumaad khuseeya cudurka jadeecada**

Adiga ama ilmahaaga ayaa waxaa laga yaabaa in aad xiriir la yeelateen qof jadeeco ku dhacay oo ku sugnaa (NAME OF PLACE). Taasi waxay ka dhigan tahay haddii adiga ama ilmahaaga aan si buuxda looga tallaalin cudurka jadeecada oo aadan qaadan 2 kuuro oo tallaalka jadeecada, qaamo-qashiirka iyo rubeella ah (MMR), adiga ama ilmahaaga waxaad halis ugu jirtaan in ay jadeeco idinku dhacdo. Warqaddan waxay ku siinaysaa macluumaad ku saabsan waxa ay tahay in aad sameyso si aad u ilaaliso caafimaadkaaga iyo caafimaadka dadka kale ee kugu xeeran.

Jadeecadu waa caabuq si fudud u faafa. Jadeecady waxay ku imaan kartaa si lama filaan ah, oo dadku si dhaqso ah ayay ula xanuunsan karaan. Warqaddan dhammaadkeeda, waxaa ku qoran macluumaad dheeraad ah oo jadeecada ku saabsan – fadlan macluumaadkan akhri si aad u oggaato wax badan oo ku saabsan astaamaha jadeecada, sida ay u faafto iyo tallaalka jadeecada. Waxaa sidoo kale jira macluumaad ku saabsan jadeecada oo laga heli karo bartan internet-ka [www.nhs.uk/conditions/measles](http://www.nhs.uk/conditions/measles).

**Goorta aad la hadlayso dhakhtarkaaga guud (GP)**

Dadka qaarkood waxay u baahan yihiin in ay sida ugu dhakhsiyaha badan ee suuragalka ah dhakhtarkooda talo u weydiistaan:

**Dadka hab-dhiska difaaca jirkooda uu daciifka yahay**

Haddii aad leedahay hab-dhiska difaaca jirka oo daciif ah, waa in aad la xiriirtaa dhakhtarkaaga guud una sheegtaa in laga yaabo in aad xiriir la yeelatay qof jadeeco qaba. Dhakhtarkaaga wuxuu u baahan karaa in uu baaris sameeyo si uu u oggaado in aad jadeecada ka difaacan tahay, ama wuxuu ku siin karaa daawo lagu yareyn karo halista aad ugu jirto in aad xanuunsato.

**Haweenka uurka leh**

Haddii aad uur leedahay oo aad u maleynayso in aad seegtay kuurada (qiyaasta) tallaalka MMR, ama aadan hubin in aad tallaalka qaadatay, la xiriir dhakhtarkaaga ama umulisada una sheeg in aad xiriir dhow la yeelatay qof jadeeco qaba.

**Carruurta ay da'doodu ka yar tahay 12 bilood**

Haddii ilmahaaga ay da'diisu ka yar tahay 12 bilood uu tagey (NAME OF PLACE) xilli uu meesha joogay qof jadeeco qaba, fadlan la xiriir dhakhtarkaaga guud si uu talo kuu siiyo.

**Dadka xanuunsada**

Waa in aad la hadashaa dhakhtarkaaga guud ama NHS 111 haddii adiga ama ilmahaaga aad yeelataan heerkulka jirka oo sarreeya oo la socda qufac, sanka oo duuf ka socda, indho guduudan/cas oo xanuunaya (danqanaya) ama finan 3-da toddobaad ee ku xigay tagista (NAME OF PLACE) gudahooda iyadoo xilligaasi uu meesha joogay qof jadeeco qaba. Waa in aad isku-daydaa in aad wacdo dhakhtarkaaga guud ama NHS 111 ka hor inta aadan qof ahaan u booqan. Arrintan ayaa looga fogaanayaa in jadeecada lagu faafiyo dadka kale.

Dhakhtarkaaga u sheeg in adiga ama ilmahaaga aad hesheen warqaddan iyo in laga yaabo in aad xiriir la yeelateen qof jadeeco qaba. Way adkaan kartaa in la oggaado goorta caawimo la raadsanayo haddii ilmahaaga uu xanuunsan yahay. Haddii aad ilmahaaga ka welwelsan tahay, gaar ahaan haddii ay da'doodu ka yar tahay 2 sano, markaa waa in aad gargaar caafimaad raadsataa.

**Dadka aanan qaadan 2 kuuro oo tallaalka MMR ah**

Haddii aadan hubin adiga ama ilmahaaga in aad qaadateen 2 kuuro oo tallaalka MMR ah, kuwaas oo kaa ilaalin doonno jadeecada, la xiriir dhakhtarkaaga guud si uu kuugu qabanqaabiyo tallaalka. Haddii aad kuuro seegtay ayaa waxaa weli lagu tallaali karaa adiga oo jira da' kasta. Fadlan ka eeg macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan tallaalka MMR xaashida xaqiiqda.

**Goorta aad dib ugu noqon karto hawlaha caadiga ah haddii aad jadeeco qabto.**

Qofka jadeecada qaba wuxuu caabuqa ku faafin karaa 4-ta maalmood ee ka horreeya inta aanay finanka ku soo bixin. Marka qofku uu finanka yeesho, wuxuu weli sii faafin karaa caabuqa 4 maalmood oo kale.

Haddii qof loo maleeyo in uu jadeeco qabo, waa in uu ka fogaadaa goobaha waxbarashada ama daryeelka carruurta, ama shaqada, ugu yaraan 4 maalmood laga soo bilaabo marka ugu horreysa ee uu finanka isku arko. Waa in uu sidoo kale ka fogaadaa xiriirka dhow ee uu la yeelanayo carruurta ay da’doodu ka yar tahay 12 bilood, haweenka uurka leh iyo dadka hab-dhiskooda difaaca jirka uu liito.

Mahadsanid,

Author’s name

Position or title

**Xaashida xaqiiqda jadeecada**

**Waxa ay jadeecadu tahay**

Caabuqa jadeecada waxaa keena fayras, waxaanna si fudud ku kala qaada dadka. Marka ay astaamuhu bilowdaan, dadku si dhaqso ah ayay u xanuunsan karaan. Jadeecadu da' kasta ayaad ku qaadi kartaa, laakiinse waxay badanaa ku dhacdaa carruurta yaryar.

**Sida ay jadeecadu u faafto**

Waxaad jadeecadu ka qaadi kartaa xiriirka dhow oo aad la yeelato qof jadeecada qaba. Waxaad ka qaadi kartaa hawada markay qufacaan ama ay hindhisoodaan, ama taabashada waxyaabo uu ku qufacay ama ku hindhisooday qof jadeeco qaba. Jadeecada waxay si fudud ugu faahta qoysaska dhexdooda iyo meelaha kale ee ay dadku si dhow isugu darsamaan.

Waxaa lagaa difaaci karaa in aad jadeeco qaado haddii aad qaadatay 2 kuuro oo ah tallaalka jadeecada, qaamo-qashiir, iyo rubeella (MMR), ama haddii uu caabuqa horey kuugu dhacay.

Qofka jadeecada qaba wuxuu caabuqa faafin karaa 4-ta maalmood ee ka horreeya inta aaney finanka ka soo bixin ilaa iyo 4 maalmood ka-dib marka ay finanka ka soo baxaan.

**Astaamaha jadeecada**

Astaamaha cudurka jadeecada waxay caadi ahaan bilowdaan inta u dhaxeysa 10 iyo 12 maalmood ka-dib qaadista caabuq. Mararka qaarkood waxay qaadan kartaa ilaa 21 maalmood in ay wax astaamo ah soo muuqdaan.

Jadeecadu caadi ahaan waxay ku bilaabataa astaamo sida kuwa hargabka oo kale ah. Astaamaha ugu horreeya ee lagu garto jadeecada waxaa ka mid ah:

* heerkulka jirka oo sarreeya
* san xiran ama uu diif ka qulqulayo
* hindhiso
* qufac
* indho guduudan, bararsan, oo biyo ka socda

Baro cad oo yaryar ayaa ka soo muuqan kara dhabannada gudahooda iyo xagga dambe ee faruuraha dhowr maalmood ka-dib. Barahan caadi ahaan waxay jiraan dhowr maalmood.

Finanka ayaa caadi ahaan soo muuqda 2 ilaa 4 maalmood ka-dib astaamaha hargabka oo kale ah. Finanka ayaa marka hore ka soo baxa wejiga iyo dhegaha gadaashooda ka hor inta aysan ku faafin jirka intiisa kale.

Baraha jadeecada ayaa mararka qaarkood bararsanaan kara. Waxaa laga yaabaa in ay isku darsamaan oo ay noqdaan qaybo jaamo (dahaar) saaran oo midab rogan rogan leh. Caadi ahaan wax cuncun ah ma lahan.

Finanka ayaa u muuqda buni ama guduud markay ka soo baxaan maqaarka cas. Waxaa adkaan karta in laga arko maqaarka bunniga ama madowga ah.

**Intee in le'eg ayay jadeecadu halis tahay?**

Ku dhowaan 1 qof oo ka mid ah 15kii qof ee qaba cudurka jadeecada ayaa si xun u xanuunsan kara. Carruurta yaryar, haweenka uurka leh iyo dadka hab-dhiskooda difaaca jirka uu daciifka yahay ayay u badan tahay in ay si xun u xanuunsadaan.

Xaaladaha soo raaca jadeecada ee aadka u daran waxaa ka mid noqon kara:

* caabuqyada ku dhaca dhegaha
* caabuqa ku dhaca sambabada (oofwareen)
* shuban
* fuuqbax
* qallal (oo aad u yar)

Caabuqa jadeecada ee xilliga uurka wuxuu keeni karaa dhimashada ama dhalashada hore ee cunugga.

**Ka hortagga jadeecada**

Qaadashada tallaalka MMR waa habka ugu wanaagsan ee looga hortaggo jadeecada.

Caadi ahaan tallaalka oo laba kuuro ah ayaa carruurta la siiyaa. Kuurada koowaad waxaa la siiyaa carruurta ay da'doodu tahay 12 bilood jir, kuurada labaadna waxaa la siiyaa ka-dib markay gaaraan da'da 3 sano iyo 4 bilood jir.

Haddii cunugaaga la aqoonsaday in uu xiriir dhow la sameeyay qof jadeeco qaba, mararka qaarkood dhakhtarkaaga ayaa ku talin kara in tallaalka MMR la siiyo waqti ka horreeya kuurooyinkan jadwaleysan. Haddii kuurada la siiyo ilmo yar oo ay da'diisu ka yar tahay 12 bilood markaa kuurooyinka caadiga ah ee tallaalka MMR ayaa weli loo baahan yahay in la siiyo waqtiyada caadiga ah (iyadoo ugu yaraan 1 bil ay u dhaxeyso kuurooyin kasta).

Haddii qofku uu kuuro tallaalka ah seegay ama uusan hubin in uu wax tallaalo ah qaatay, tallaalka ayaa lagu siin karaa da' kasta. Waalidiinta iyo mas'uuliyiinta waxay buugga guduudan ee ilmahooda ka eegi karaan diiwaannada tallaalkooda.

Haweenka uurka leh ama dadka hab-dhiskooda difaaca jirka uu daciifka yahay waa in aysan tallaalka qaadan. Haddii ay u maleynayaan in ay xiriir la sameeyeen qof jadeeco qaba waa in ay la hadlaan dhakhtarkaaga guud ama ummuliso si ay talo dheeraad ah uga qaataan.

Haddii aad rabto macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan tallaalada MMR booqo:

<http://www.nhs.uk/conditions/vaccinations/mmr-vaccine>

Ama iskaan-garee koodhka QR:

****

**Ka fogaanshaha dadka kale haddii aad jadeeco la xanuunsan tahay**

Qofka jadeecada qaba wuxuu caabuqa ku faafin karaa 4 maalmood gudahooda ka hor inta aaney finanka ku soo bixin. Marka uu qofku finanka yeesho, wuxuu weli sii faafin karaa caabuqa 4 maalmood oo kale.

Haddii uu xirfadle daryeel caafimaad uu kuu sheego in ay dhici karto in aad jadeeco qabto, waa in aad ka fogaataa xarumaha daryeelka carruurta, iskuulka ama shaqada ugu yaraan 4 maalmood laga bilaabo markii ugu horreysay ee ay finanku kugu soo baxeen. Waxaad hawlahaaga caadiga ah ku noqon kartaa 4 maalmood ka-dib mar haddii aad ficnaan dareemto oo aadan qandho/xumad lahayn.

**Daaweynta dadka jadeecada qaba**

Jadeecadu waxay caadi ahaan bilowdaa in ay ku bogsato ku dhowaad toddobaad.

Waxaa gacan ka geysan karta nasashada iyo cabbitaanka dareere badan, sida biyaha, si fuuqbax looga fogaado.

Jadeecadu waxay mararka qaarkood keeni kartaa jirooyin kale. Waxaa lagu siin karaa antibayootig lagu daaweeyo.

Haddii xirfadle bixiya daryeel caafimaad uu kuu sheego in aad jadeeco qabto oo uu maleeyo in adiga ama ilmahaagaba ay idinku yeelanayso saameyn caafimaad oo aad u xun, waa in aad dakhtarkaaga guud la xiriirtaa.

**Macluumaad dheeraad ah oo jadeecada ku saabsan waxaad ka heli kartaa:**

<http://www.nhs.uk/conditions/measles>

Ama iskaan-garee koodhka QR:

