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: