

## Xaashida Xaqiiqda COVID-19

### Waxay tahay in la ogaado kahor, inta lagu jiro iyo kadib qaadashada talaalka COVID-19

Hadda dhammaan dadka reer Ohio ee da'doodu tahay 12 ama kasii wayn waxay [u qalmaan inay helaan talaalka COVID-19](#). Isku diyaarintu waa muhiim. Halkaan waxaad ka helayaa sida loo qorsheeyo talaalka, waxa la rajeynaayo inay dhacaan inta lagu jiro balanta talaalkaaga, iyo waxa la rajeynaayo kadib talaalka.

#### **Kahor inta aanad qaaday talaalka COVID-19**

Haddii aad [doorato inaad qaadata talaalka](#), waxaa jira dhawr shay oo loo baahan yahay inaad diyaariso.

- **Talaalka u qaado si kalsooni ku jirto**. Cilmi baarista [talaalkaaga](#) ma isticmaalaysaa illo lagu kalsoon yahay, sida [Xarunta Kahortaga iyo Xakamaynta Xanuunka \(Centers for Disease Control and Prevention, CDC\)](#), daryeelka caafimaad bixiyahaaga, [waaxda caafimaadka deegaanka](#) ama [Waaxda Caafimaadka Ohio \(Ohio Department of Health, ODH\)](#) si aad u hesho [jawaabaha su'aalaha aad](#) qabto.
  - CDC waxay dadka ku dhiirgelinaysaa inay qaataan talaalka COVID-19 ee marka koowaad diyaar u ah. Dhammaan talaaladu waa kuwo [badqab iyo waxtar sare leh](#) si ay u yareeyaan halista in saaid ah loogu xanuunsado COVID-19, in qofka isbitaal la dhigo, iyo inuu keeno dhimasho. Xaaladaha qaar, qaybo kamid ah maadooyinka talaalka ayaa ku habboonaan kara dadka qaarkood sababo la xariira xaalada caafimaad ama xasaasiyaha. Hase yeeshee, waxaa lagu saleeyaa da'da qofka. Muddadaan aan hadda kujirto, keliya talaalka Pfizer ayaa loo oggolaaday dadka jira da'daha 12-17, Moderna iyo Johnson & Johnsons ladaba waxaa loo oggolaaday dadka jira 18 ama kasii wayn. Hadda, majiro talaal COVID-19 oo loo ansixiyay inay qaadan karaa carruurta kayar 12 sano.
  - Talaallada marka lagu daro tallaabooyinka kahortaga ee joogtada ah, oo ay kamid yihiin kala fogaanshaha bulshada iyo xirashada maaskarooyinka, waxay bixiyaan kahortaga ugu wanaagsan ee ka dhanka ah COVID-19. Talaal qaadashadaadu waxay qayb ka qaadanaysaa gaarista hab difaaceed guud ee bulshada, iyo yareynta in caabuqu gaaro dadka aan lahayn hab difaaceedka jirka.
- **Xaqiiji in talaalku badqab u yahay xaaladaada ama taariikhdaada caafimaad.** Horey ma u qabtay wax xasaasiyad ah oo aad ka qaado talaal? Hadda ma dareemaysaa astaamaha COVID-19 ama ma ku jirtaa karantiil? Xasaasiyad ma ku qabtaa wax kamid ah maadooyinka talaallada COVID-19 ama polysorbate? Labadii asbuuc ee lasoo dhaafay ma qaadatay wax talaal kale ah? Waxyaabaha [ay tahay inaad dhammaantood kala hadasho dhaqtarkaaga](#) kahor inta aadan qabsan balanta talaalka COVID-19. Haddii aad leedahay uur ama aad naasnuijiso, waad qaadan karraa talaalka, laakiin waa fikir wanaagsan inaad kala hadasho dhaqtarkaaga caafimaadka marka koowaad. Tilaamaha CDC ee ku aadan [Cida ay tahay INUUSAN qaadan talaalka COVID-19](#).
  - Talaalka [Johnson & Johnson](#) waxaa lalal xariiriyay cilado caafimaad dhif iyo naadir ah laakiin halis ah — dhiig xinjiroow leh unugyo dhiig xiran oo yaryar (dhiig xinjiroow wata thrombocytopenia syndrome, ama TTS). Kadib markii la eegay dhammaan xogta badqabka ee la helay intii lagu jiray 10-kii maalmood ee sida kumeel gaarka ah loo joojiyay, CDC iyo FDA waxay soo saareen in isticmaalida talaalkaan ay siiwadaan dadka jira 18 ama kasii wayn Maraykanka, ayadoo la tixgeliyaayo in faa'idada talaalka COVID-19 ee la garanaayo ay ka badan tahay halista uu talaalka keeni karo ee la garanaayo.
    - Xaaladaan caafimaad daro waa wax dhif iyo naadir ah, waxaana la kulma todobo kamid ah 1 kii malyan oo dumar oo la tallaalo da'dooduna u dhaxeyso 18 iyo 49 sanadood. Dumarka jira 50 ama kasii wayn ama dhammaan raga da' kasba ha jiraane xaaladaan caafimaad daro way ku yartahay.
    - Dumarka kayar 50 sanadood waa inay ka warqadaan xaaladaan caafimaad daro ee dhif iyo naadirka ah laakiin kor u qaadaysa halista dhiig xiranka Xinjiroowga dhiiga kuv sameynaaya (TTS). Talaalo kale oo badel u noqon kara ayaa la heli karaa; halistaan laguma arkin mid kamid ah talaalada Pfizer ama Moderna COVID-19.
    - Saddex asbuuc kadib marka ay qaataan talaalka, dadka waa inay iska eegaan suurtagalnimada astaamaha dhiig xinjiroowga oo wata unugyo dhiig xiran oo yaryar **raadso daryeel caafimaad isla markiiba haddii aad isku aragto mid ama wax ka badan oo kamid ah astaamahaan soosocda**. Bukaanada qaba mid kamid ah astaamahaan waa inay taariikhdaada talaalka usoo bandhigaan dhaqaatiirtooda caafimaadka si loo siiyo daryeel habboon.
      - Madax xanuun saaid ah ama joogto ah ama indhaha oo cayd yeesha.
      - Naaf yari.
      - Xabad xanuun.
      - Lugta oo bararta.
      - Xanuun uur kujirta ah oo joogto ah.
      - Nabaro fudud ama baro-baro yaryar oo dhiig ah oo kasoo baxa gudaha maqaarka gaar ahaan meel aan ahayn meesha cirbada lagu duray.
    - Dadku waa inaysan walaac ka muujin astaamaha fudud sida astaamaha madax wareerka iyo astaamaha sida hargabka ah dhowrka maalmood ee koowaad kadib talaalka. Kuwaasi waa waxyeellooyin aan dhibaato keeneen oo sabab u tahay

falcelinta nidaamka jirka ee uu ka falcelinaayo talaalka.

- **Ogoow inaad u qalanto qaadashada talaalka, raadi dhaqtar talaalka bixiya oo kuu dhaw.** Xalka [Maamulka Talaalka \(VMS\)](#) oo ay bixisay Waaxda Caafimaadka Ohio (ODH) oo ah hal il-oo laga helaayo dhammaan macluumaadka loogu talagalay dadka reer Ohio si ay u ogaadaan inay [u qalmaan talaalka COVID-19](#), u raadiyaan dhaqtar talaalka bixiya, u qabsadaan balamaha talaalka, iyo si ay u helaan fariimaha xasusnada iyo macluumaadka cusub. Webseedka waxaa laga heli karaa [gettheshot.coronavirus.ohio.gov](#). Akhri [su'aalaha badanaa la isweydiyo](#) kana [fiiri webseedka ilaha tababarka](#). Sidoo kale, fiiri khariirada [Goobaha Dhaqaatiirta Bixiya Talaalka COVID-19](#) ee kuyaala guud ahaan Ogio ee helay agabka talaallada COVID-19. Ku baar degmada ama koodhika baastada si aad u aragto liiska dhaqaatiirta iyo meelaha lagala xariiraayo.
- **Qabso balantaada.** Waa inaad balan ka qabsataa xarumo badan, iyadoo goobo kale ay oggolaanayaan imaanshaha xarunta ayadoon balan la haysan. Booqo [gettheshot.coronavirus.ohio.gov](#) si aad u qabsato balantaada. Gobalka Ohio waxa uu maalgelinayaa [xarumo iyo goobo talaalka lagu qaato oo badan](#) si uu u hubiyo in dhammaan dadka reer Ohio helaan talaalka COVID-19 maadaama helitaanka talaalku sii badanaayo. Goobaha kale waxaa laga yabaa inay talaalka ku bixiyaan sida loo soo kala horeeyay. Xarumahaas waxay noqon karaan kuwa kuyaala wadooyinka geesihisa ama xarumaha balan la'aanta la tago. Ka hubi talaal bixiyahaafa waxa ay tahay inaad usoo qaadato balanta talaalka. Haddii aad talaalka ka qaadaneyso xarun caafimaad oo aan balan lagaaga baahneyn, akhri ama wac si aad u hesho macluumaadka ku saabsan u qalmiitaanka, waxa lagaa rabo inaad soo qaadato, iyo sida xarunta caafimaadku u shaqeyn doonto si ay kaaga caawiso diyaar garoowga kahor inta aadan aadin. Haddii aad u baahan tahay turjumaan ama adeegyo gaar ah, fadlan la xariir xarunta talaalka aad ka qaadanayso si aad u ogaato caawimaad aad ka heli karto.
- **Balamaha loogu talagalay dhalinyarada ama kurayga.** Shaqsiyaadka jira da'aha 12 ama kasii wayn waxay u qalmaan inay qaataan talaalka Pfizer, oo ah talaalka keliya COVID-19 ee waqti xaadirkaan loo oggolaaday inay qaataan dadka da'doodu tahay 12-17. Waqti xaadirkaan, majiro talaalo COVID-19 oo loo ansixiyay inay qaadan karaan carruurta da'doodu ka yartahay 12 sano. Waxaa jira boqolaal goobood oo ay dhalintu ka qaadan karaan talaalka kuna yaala guud ahaan gobalka, ayna kujiraan xaafiisyada dhaqaatiirta ilmaha, xarumaha talaalka, waaxaha caafimaadka ee maxaliga ah, isbitaalada, xarumaha caafimaadka bulshada, iyo kuwo kale oo badan. Hase yeeshee, waalidiinta haysta ilmaha da'doodu ka yartahay 12 sano waa in lagula taliyo sababo la xariira sharciga gobalka ee hadda jira, carruurta jira 12 ama kasii yar waa inay haystaan qoraal dhaqtar si ay talaalka oga qaataan farmashiga; waxay talaalka ka qaadan karaan meel kasta oo aan ka ahayn farmashi. Dhallinta jira 13 sano ama kasii wayn uma baahna inay haystaan qoraal dhaqtar, waxayna talaalka COVID-19 ka heli karaan farmashiga ama goob kasta oo kale oo talaalka laga qaato kuna qoran [gettheshot.coronavirus.ohio.gov](#).

## Marka lagu talaalo

- **Haddii aad qabto COVID-19 ama astaamaha COVID-19 ama aad isleedahay waxaad qaaday COVID-19,** usoo sheeg dhaqtarka caafimaadka [kahor](#) inta aadan soo booqan raacna tilmaamaha. Waxaad u baahan kartaa inaad balanta dib ka qabsato kadib markay dhamaadaan maalmaha iskarantiilka ama isgo'doominta.
- **Kahor balantaada.** Cun oo cab biyo balan kahor inta aadan qaadan talaalka. Tani waxay si gaar ah muhiim ugu tahay carruurta iyo dhallinta sababtoo ah [miyir beelid kadib marka la qaato talaalka ayaa ah astaan inta badan lagu arko dhallinta](#) marka lala barbardhigo dadka waawayn, sida laga soo xigtay CDC. Qaado nasasho badan habbeenka ka horeeya balanta talaalkaaga haddii ay macquul tahay. Xiro shaati gacmo gagaaban ama mid aan gacmo lahayn si ay u banaanaato qaybta kore ee gacanta. Haddii ay tahay maalin qaboow, xiro funaanada dhaxanta ama jaakad si fudud loo furi karo.
- **Ilaali naftaada marka aad u socoto balantaada.** Waxaa laga yabaa inaad gasho layn sugitaan oo banaanka ama gudaha ah, ama aad ku sugto gaarigaaga. Isku diyaari inaad ugu yaraan dadka kale ka fogaato 6 fiit inta aad sugeyso balanta. Xiro maaskarada wajiga oo daboolaysa sankaaga iyo afkaaga sidoo kalena dadka kale ka fogaow 6 fiit markaad gudaha kujirto, layna kujirto, ama markaad meel kale joogto.
- **Soo qaado aqoonsigaaga:** Dhaqtarka talaalka ku siinaaya wuxuu u baahnaa doonaa aqoonsigaaga si uu u xaqiijiyiyo [qofkaad tahay, magacaaga, iyo da'daada](#). Uma baahnid inaad tusto caddeynta muwaadinimo ama xaalada deganaansho. Aqoonsigaaga wali waa la aqbali doonaa xataa haddii uu dhacay ama aad kasoo qaadatay gobal kale ama dal kale. Qaar kamid ah foomamka aqoonsiyada ee la aqbali ayaa hoos lagu qoray:
  - Liisanka gaadhiga ama aqoonsi sawir leh, iyada oo aan la eegeynin hadii uu dhacay iyo in kale ama meesha aad kasoo jeedo.
  - Aqoonsi ciidamada/askariga hawl gabay.
  - Warbixinta dhakhtar (oo ay ku jiraan duwaanka talaalka).
  - Duwaanka tirakoobka.
  - Duwaanka korsashada.
  - Shahaadada qaadashada dhalashada.
  - Shahaadada dhalashada: Diiwaanka dhalashada, midkood originaalka ama koobiga.
  - Aqoonsiga qunsuliyad ama duwaan gelinta qunsuliyada.
  - Baasboorka ama kaadhka baasboorka.
  - Shahaadada dhalashada.
  - Kaadhka degnaanshaha rasmiga ah.
  - Arjiga waraaqaha badalka qaadashada dhalashada/dhalashada.
  - Foomamka Waaxda Gobolka.
    - Duwaanka adeega ciidanka (DD-214)
    - Shahaadada Dhalashada ee Muwaadinta Maraykanka ee Dalka Dibadiisa Ku Dhashay (FS-545)
    - Shahaadada Warbixinta Dhalashada Muwaanka Maraykanka ee Dalka Dibadiisa Ku Dhashay (DS-1350)

- Warbixinta Qunsuliyada Dhalashada Muwaanka Maraykanka ee Dalka Dibadiisa Ku Dhashay (FS-240)
  - Waraaqaha Ogolaanshaha Shaqada (I-766/EAD)
  - Warqada gaadiidka (I-797F)
- **Oggolaanshaha loogu baahan yahay ilmaha yaryar:** marka laga imaado muujinta aqoonsiga, ilmaha kayar 18 sano oo wali kujira gacanta waalidkood ama masuulkooda sharciga ah waa inay haystaan oggolaansho si loo siiyo talaal kasta. Waalidka ama masuulka sharciga caadigan waa inay la socdaan ilmaha yar si uu u helo talaalka, illaa in qaadashada talaalku uu ka dhacaayo xaafiiska dhaqtarka, dugsiga, xarun caafimaad iskuulku leeyahay mahee ama goob kale oo lamid ah. Waalidiinta/masuulka sharciga ah waxaa la waydiin doonaa inay bixiyaan oggolaanshaha digitaalka ah haddii balanta laga qabanaayo VMS. Sidoo kale waxaa laga codsan doonaa inay saxiixaan foomka oggolaanshaha ee goobta.
  - **Waxa ay tahay inaad u sheegto dhaqtarka talaalka kusiinaaya kahor inta uusan ku talaalin:** Waxaa lagu waydiin doonaa su'aalo badan oo ku saabsan xasaasiyada iyo xaaladaha caafimaad ee kale si loo ogaado xaalad kasta oo caafimaad ama arrimaha halis keenaya oo aad dooneyso inaad kala hadasho. La wadaag taariikhdaada xasaasiyada, haddii aad qabto xanuun keena dhiig bax ama mid dhiiga khafiif ka dhiga, haddii nidaamka difaaca jirkaagu laciif yahay ama aad qaadata daawooyin waxyeelo u geysanaaya nidaamka difaaca ee jirka, haddii aad uur leedahay ama aad qorsheynayso inaad yeelato, haddii aad naasnuujinayso, haddii aad qaadatay talaal kale oo COVID-19 ah, ama haddii aad qaadatay wax talaal ah 14 kii maalmood ee lasoo dhaafay. Tani micnaheedu ma ahan inaad qaadan karin talaalka, laakiin waxaa lagugula talinayaa inaad marka koowaad kala hadasho dhaqtarkaaga daryeelka caafimmaadka kusiinaaya.
  - **Goobta Cirbada laga qaato:** Talaalka COVID-19 waxaa lagu qaadan doonaa cirbad ayadoo qofka looga duraayo muruqa kore ee gacanta. Talaalka waxaa qofka laga siinayaa meel qiyaas ahaan saddex farood ka hooseysa muruqa kore ee gacanta. Xiro dhar si fudud u oggolaanaya in muruqa kore ee gacanta cirbada lagu muddo.
  - **Haddii aad dooneyso walaac:** si degan oo hoose u qaado neef kahor inta aan lagugu durin cirbada kana fakar wax aad ku dageyso. Iska ilaali inaad fiiriso siliingaha, jilci gacanta aad ka qaadanayso cirbada. Waalidiintu waxay sameyn karaan tallaabooyin fudud si ay ilmahooda oga caawiyaan qaadashada talaalka iyo sidii ay u yareen lahaayeen walaaca. Waalidiinta waxay dejin karaan walaaca ilmahooda ayagoo xasuusinaaya inay qaataan neef qoto dheer ama mashquulinaaya inta ay qaadanayaan talaalka.
  - **Wax lacag ah lagaama rabo.** Dadka qaadanaaya talaalka laga qaadaayo kharaash ay jeebkooda ka bixinayaan. Hase yeeshee, haddii aad haysato caymiska caafimaadka, waa inaad u diyaargarowdaa inaad macluumaadkaas siiso dhaqtarkaaga ku siinaya talaalka.
  - **Kadib markaad qaadata talaalkaaga, waxaad lagaa eegi doonaa astaamaha xasaasiyada.** Dhammaan dadka qaata talaalka COVID-19 waxaa xaaladooda lagula socon doonaa xarunta ugu yaraan 15 daqiiqo si looga eego astaamaha xasaasiyada ee suurtagalka ah. Dadka horey lasoo kulmay falcelinta xasaasiyada ee aadka u daran ama talaal ama daaweynta cirbada ku qaba falcelinta xasaasiyada degdega ah waxaa xaaladooda lala socon doonaa 30 daqiiqo kadib markay qaataan talaalka.
  - **Hayso kaarka iyo xaashida Xaqiiqada talaalkaaga.** Waa inaad hesho kaarka talaalka ama xaashi ay ku qoran yihiin talaalka COVID-19 ee aad heshay, taariikhda aad qaadatay, iyo xarunta aad ka qaadatay. Dhig kaarka meel ammaan ah, soona qaado markaad dib ugu soo laabanayso kuuradaada labaad. Ha koobiyeyn kaarkaaga haddii ay dhacdo in loo baahdo kuurooyin dheeraad ah mustaqbalka. Waxaan kugula talinaynaa inaad sawir ka qaadata aadna ku kaydsato taleefankaaga. Waa inaad hesho xaashida xaqiiqada oo ay ku qoran yihiin nooca talaalka COVID-19 ee aad qaadatay. webseedka FDA waxaa sidoo kale kujira ilo ku qoran luuqado badan. Haddii aad dhumiso kaarkaaga talaalkaaga:
    - Haddii Balantaadaada koowaad aadan ku helin kaarkaaga talaalka ee COVID-19, la xariir xaruntaada talaalka ee aad ka qaadatay kuuradaada koowaad.
    - Haddii aad dhumiso kaarkaaga talaalka ama aadan haysan koobi, si toos ah ula xariir xaruntaada talaalka si aad u hesho kaarkaaga diiwaanka talaalka. Haddii, sababo jira oowgood, aadan si toos ah ula xariiri karin xaruntaada talaalka, fadlan la xariir waaxdaada caafimaadka deegaanka, oo laga heli karo <https://odh.ohio.gov/wps/portal/gov/odh/find-local-health-districts>, si ay kaaga caawiyaan helida diiwaanka talaalka.
    - Haddii aad iska diiwaangelisay v-safe ama VaxText, waxaad heli kartaa macluumaadka talaalkaaga adoo isticmaalaya qalabkaan.
    - Sidoo kale diiwaanada talaalkaaga waxaad ka codsan kartaa Waaxda Caafimaadka Ohio adoo raacaya tilmaamahaan: <https://coronavirus.ohio.gov/static/vaccine/public-instructions-to-access-impactsis-record.pdf>.
      - Haddii aad sameyso dadaal kasta si aad u hesho macluumaadka talaalkaaga, aadna awoodi wayso inaad hesho nuqul ama badelka kaarka talaalkaaga, la hadal xarunta aad talaalkaaga ka qaadatay. \_\_\_\_\_

## **Kadib marka lagu talaalo**

- **Astaamaha fudud waa wax badanaa la arko.** Dad badan oo qaatay tallaalka waxay soo gudbiyeen inay dareemeen astaamo fudud oo ay ka qaadeen talaalka. [Waxyellooyin inta ugu badan laga dhaxlo talaallada COVID-19](#) waxay lamid ah yihiin waxyellooyin laga dhaxlo inta badan talaallada kale, sida nabaro casaan ah, xanuun ama barar ka dhasha meesha qofka laga talaalay, xanuun kalagoosyada ama murqaha ah, qandho, qaboow, daal, iyo madax xanuun. Waxyellooyinkaas laga dhaxlo talaalka waxay u ekaan karaan kuwa hargabka waxayna sidoo kale saameyn ku yeelan karaan hawlahaaga nolal maalmeedka, laakiin waa inay baaba'aan dhowr maalmood kadib. **Kuwaasi waa astaamo iska caadi ah oo muujinaaya in jirkaaga dhisaayo nidaam difaac.**
  - **Miyir beelida kadib marka la qaato talaalka:** Miyir beelida kadib marka la qaato talaal kasta waxaa inta badan lagu arkaa dhallinta marka ee loo dadka waawayn, waxaana inta badan lala xariiriyaa walaaca ay laga qabo qaadashada talaalka, sida laga soo xigtay CDC. si aad iskaga ilaaliso miyir beelida fariiso ama seexo marka aad qaadaneysa talaalka siina fadhi muddo dhan 15 daqiiqo kadib markaad qaadato talaalka. Haddii adiga ama dhallintaadu dareemaysaan laciifnimo, dawakhsanaan, madax dilaan ama aad dhidido kadib markaad qaadato talaalka laguna jiro kormeerka, u sheeg shaqaalaha goobta kadib seexo dhowr daqiiqo. Cab xoogaa biyo ah ama wax cun si aad tamar u hesho sonkorta dhiigaagana u ahaato mid nidaamsan.
  - **Iska daawee waxyellooyinka laga dhaxlo talaalka.** Haddii aad dareemayso xanuun ama raaxo la'aan, kala hadal dhaqtarkaaga inaad qaadan karto daawooyinka dukaamada lagu gado, sida ibuprofen ama acetaminophen. Si aad u yareysa xanuunka iyo raaxo la'aanta meesha lagaa duray, meesha lagaa duray saar maro qoyan, oo qaboow, ahna nadiif. Xaqiiji inaad gacantaada dhaqdhaqaaqiso sameena jimicsi. Si aad u yareysa waxyeelada madax wareerka, cab cabitaan badan gashana dhar fudud.
  - **Goorta aad la hadlayso dhakhtarka ama aad doonanayso daryeelka xaalada degdeg ah:**
    - Haddii waxyeelada talaalka aad ka qaaday aysan baabi'in dhowr maalmood kadib ama ayba sii waynaadaan, la xariir dhaqtarkaaga daryeelka ku siiya. Qaar kamid ah waxyellooyinka talaalka waxay lamid ah yihiin astaamaha COVID-19.
    - Kadib kormeerka iyo kadib marka aad ka tagto goobta talaalka, hadii aad u aragto inaad yeelatay xasaasiyad yar, oo ay ku jiraan cuncun ama barar, waxa aad u sheegtaa bixiyaha talaalka.
    - **Falcelinta xasaasiyada ee aadka u daran,** sida xasaasiyada cuntada iyo daawooyinka laga qaado (anaphylaxis), waa dhiif iyo naadir. Dhammaan falcelinada xasaasiyada waxaa loo arkaa inay yihiin kuwo daran marka ay u baahan yihiin lagu daaweeyo epinephrine ama ay keenaan in qofka isbitaal la dhigo. CDC waxay oggaatay tiro yar oo dadka kamid ah oo la kulmay [xaalahaas aadka u daran](#) kadib markay qaateen talaalka COVID-19 waxayna sii wadaysaa inay la [socoto badqabka](#) talaallada.
      - Haddii aad u malaynayso inay ku hayso xasaasiyad aad u daran kadib marka aad ka tagto goobta talaalka oo aad muujiso calaamado anaphylaxis, oo ay ku jiraan neefsiga oo adkaada, jawakhaad, suuxdin, wadne aad isku garaaca, finan ama barar dabhaha ah, wajiga ama cunaha ah doono daryeelka caafimaadka xaalada degdeg ah isla markaba.
      - Haddii, kadib markaad joogto todoba illaa 14 maalmood, aad dareento neef yari, xabad xanuun, lug barar, xanuun gumaarka ah oo joogto ah, astaamaha neerfaha (oo ay kamid yihiin madax xanuun daran ama mid joogto ah ama shooqaac indhaha kaa fuula), ama nabaro yaryar oo casaan ah (nabaro gaduud ah) oo kasoo baxa meel ahaan ahayn meesha lagaaga duray talaalka, isla markiiba raadso daryeel caafimaad.
  - **Soo sheeg waxyellooyinka/falcelinada aad ka dhaxasho talaalka:** CDC iyo Maamulka Cuntada iyo Daawooyinka Maraykanka (FDA) waxay dadka qaatay talaalka iyo dhaqaatiirta bixiya ku dhiirgelinayaan inay soo gudbiyaan falcelinada talaalka ee suurtagalka ah (ama xaaladaha daran ee laga dhaxlo talaalka) ayna usoo gudbiyaan [Nidaamka Warbixinta Xaaladaha Daran ee Talaalka \(Vaccine Adverse Event Reporting System \(VAERS\)\)](#). CDC waxay sidoo kale hirgelisay aalad cusub oo lagu isticmaalo taleefanada casriga ah looguna talagalay dadka qaata talaalka oo loo yaqaan [v-safe](#). Dadka iska diiwaangeliya waxay heli doonaan baaritaan caafimaad oo shaqsi ayadoo la adeegsanaayo fariimo qoraal ah iyo xog aruurinta webka. Aaladu sidoo waxay dadka qaatay talaalka u oggolaanaysaa inay CDC la wadaagaan waxyellooyinka ay ka dhaxleen talaalka COVID-19. V-safe waxay sidoo kale dadka u dirtaa fariimo xasuusinaaya kuurada labaad.
- **Qabso balanta kuuradaada labaad.** Talaalka Pfizer iyo talaalka Moderna waxaa laga qaataa labo kuuro. Talaalka Johnson & Johnson waxaa laga qaataa hal kuuro. Dadka reer Ohio ee qaatay talaalada labada kuuro leh waa qasab inay qaataan kuurada labaad ee talaalka ayna ka qaataan isla shirkada soo saartay sababtoo ah lama badeli karo. Haddii balanta kuuradaada labaad aan la qaban markaad qaadanaysay kuuradaada koowaad, fariin xasuusin ah ku qoro kalaandarkaaga si aad balanta u qabsato marka ay ku habboon tahay.
  - Haddii aad qaadatay talaalka [Pfizer](#), kuurada labaad waxa aad usoo noqonaysaa 21 maalmood kadib markii aad talaalka koowaad qaadatay.
  - Haddii aad qaadatay talaalka [Moderna](#), kuurada labaad waxa aad usoo noqonaysaa 28 maalmood kadib markii aad talaalka koowaad qaadatay.
  - Kuurada labaad ee la qaato muddo afar maalmood gudahood ah marka la gaaro waqtigii loogu talagalay waxaa loo arkaa mid sax ah. Kuurooyinka sida degdeg ah loogu qaato muddo kaso keysa waqtigii loogu talagalay waa inaan lagu celin.
  - Hase yeeshee, hadii ayna macquul ahayn in loo hogaansamo mudada lagu taliyay, xadiga labaad ee talaalada Moderna ee COVID-19 ayaa la qaban karaa balantiisa in la bixiyo ilaa lix todobaad (42 maalmood) kadib marka kii kowaad la qaatay. Haddii kuurada labaad la qaato waqti ka danbeeya muddadii loogu talagalay, looma baahna in dib loo bilaabo taxanaha kuurada.

- **Nidaamka difaaca jirka isla markiiba la dhismaayo.** Jirkaagu waxa uu qaadanayaa muddo inuu dhiso nidaam difaac kadib markaad qaadato talaal kasta. Shaqsiyaadka waxaa loo arkaa inay si buuxda u talaalan yihiin labo asbuuc kadib marka ay qaataan talaalka COVID-19.

**Goorma ayay tahay badqab in lasii wado hawlaha nolal maalmeedka gaar ahaan dadka sida buuxda u qaatay talaalka:** Labo asbuuc kadib qaadashada kuurada ugu danbeysa, shaqsiyaadka sida buuxda u talaalan waxay qaadan karaan daawooyin qandhada xaaladaha qaarkood. CDC waxay bixisaa tallooyin ku saabsan booqashada badqabka ah ee dadka iidin isku guriga ku noolayn, waxa la sameeyo kadib markaad isku imaataan qof qaba COVID-19, kahortaga ay sameynayaan dadka qaatay talaalka iyo kuwa aan qaadan oo ka qayb gelaayo [hawlaha gaarka ah ee banaanka ama gudaha guriga](#).

- Dadka sida buuxda u qaatay talaalka waxay xarumaha gudahooda kula kulmi karaan dadka kale ee sida buuxda u qaatay talaalka ayagoon qabin maaskarooyin ama aan kala fogaan 6 fiit.
  - Dadka sida buuxda u qaatay talaalka waxay gudaha xarumaha kula kulmi karaan dadka aan qaadan talaalka ee jira da'a kasta kana socda qoyska kale (tusaale, booqashada qaraabo isla nool) ayagoon xiran maaskarooyin ama aan kala fogaan 6 fiit, illaa in qof dadkaas kamid ah ama qof ayaga la nool uu halis saaid ah ugu jiro inuu si daran ugu xanuunsado COVID-19 mahee.
  - Dadka sida buuxda isku talaalay waxay isku imaan karaan ama u sameyn karaan hawlaha banaanka ayagoon xiran maaskaro marka laga reebo meel ama goob ay dadku aad ugu badan yihiin, sida baroomada, xalfadaha, ama dhacdooyinka dadka badan isku imaadaan.
  - Dadka sida buuxda loo talaalay way iska joojin karaan karantiilka iyo baaritaanka haddii aysan dareemeyn astaamaha COVID-19 kadib markay la kulmaan qof qaba COVID-19. Dadka sida buuxda u qaatay talaalka oo si koox ah iskula nool (sida xarumaha dhaqancelinta ama xaruun xabsi ama koox guri iskula nool) haddii uu u dhaw yahay qof qaba COVID-19 waa inay wali dadka kale 14 maalmood ka dheeraadaan ayna isbaaraan, xataa haddii aysan dareemeyn astaamaha.
  - Dadka sida buuxda talaalka u qaatay oo u socdaalay Maraykanka uma baahna inay isbaaraan kahor ama kadib socdaalka ama inay iskarantiil is galiyaan kadib socdaalka.
- **Goorta tallaabooyinka kahortaga lasii wadaayo:** CDC waxay ku talinaysaa in dadka sida buuxda talaalka u qaatay ay sii wadaan tallaabooyinka kahortaga COVID-19 marka ay joogaan meelaha dadka badan, marka ay booqanayaan dad aan talaal qaadan oo kamid ah qoysas badan oo kale, iyo marka ay u dhaw yihiin dada aan qaadan talaalka oo halis saaid ah ugu jira inay si daran ula xanuunsadaan COVID-19.
    - Xiro maaskaro si fiican kuu le'eg oo daboolaysa afka iyo sanko marka aad joogto xarumaha dad waynaha, marka aad xarumaha gudahooda la joogto dad aan qaadan talaal, oo ay kamid yihiin carruurta, ka kala socda wax ka badan hal qoys ama marka aad la fadhido qof aan qaadan talaalka oo halis saaid ah ugu jira inuu la xanuunsado COVID-19 ama la nool qof halis saaid ah ugu jira xanuunka.
    - Iska ilaali imaanshaha xarumaha gudaha ee ay dadka badan joogaan.
    - Haddii aad socdaasho, waa inaad wali sameyso tallaabooyinka aad isku ilaalinayso aadna ku ilaalinayso dadka kale. Wali waxaa lagaa doonayaa inaad maaskarada ku dhex xirato diyaarada, basaska, tareenada, iyo gaadiidka kale ee socdaalada oo ka socda ama ku socda, Maraykanka, iyo xarumaha gaadiidka Maraykanka sida garoomada diyaaradaha iyo saldhigyada.
    - Dadka sida buuxda u qaatay talaalka oo u socdaalaya dibada waxay u baahnaan doonaan inay u hogaansamaan shuruudaha dalka ay u socdaalayaan. Shaqsiyaadkaas uma baahna inay isbaaraan kahor inta aysan Maraykanka ka bixin illaa iyo in meesha ay u socdaalka ay qasab oga dhigayso mahee.
      - Shaqsiyaadkaas waa inay muujiyaan naatiijada oo muujinaysa inuusan xanuunka qabin ama dukumiintiyo muujinaaya inay kasoo kabsadeen COVID-19 kahor inta aysan soo fuulin socdaalka caalamiga ah ee ay ku imaanayaan Maraykanka.
      - Shaqsiyaadkaas waa in wali lagu sameeyo baaritaan 3-5 maalmood kadib socdaalka dibada.
      - Shaqsiyaadkaas uma baahnaan doonaan inay iskarantiilaan kadib marka ay dib ugu soo laabtaan Maraykanka.
    - Isbaar haddii aad dareento astaamaha COVID-19.
    - Dadka qaba xaalad ama qaadanaaya daawooyin laciifnaaya nidaamka difaaca ee jirka waa inay la hadlaan dhaqtarkooda caafimaadka si ay oga wada hadlaana arrimahaas. Waxay u baahnaan karaan inay soo wadaan qaadashada dhammaan kahortagyada si ay iskaga ilaaliyaan COVID-19.
    - Raac tilmaamaha ay soo saartay sharkada aad u shaqeeyso/badroonigaaga.
    - Raac tilmaamaha iyo shuruudaha socdaalka ee ay soo saareen CDC iyo waaxda caafimaadka.

Marka la is raaciyo, talaalka iyo kahortaga joogtada ah waxaa laga helaa badbaadada ugu wanaagsan ee ka dhanka ah COVID-19.

*Waxaa la cusbooneysiinyay Maayo 12, 2021.*

Macluumaad dheeraad ah, booqo [coronavirus.ohio.gov](https://coronavirus.ohio.gov). Haddaad u baahan tahay jawaabaha su'aalahaaga ku aadan COVID-19, wac 1-833-4-ASK-ODH (1-833-427-5634).

**Caafimaadkaaga dhimirku wuxuu muhiim u yahay si lamid ah caafimaadkaaga jirka. Haddii adiga ama qof qaraabadaada ah aad kujirtaan xaalad walaac oo la xariirta aafada korona fayraska, caawimaada waxaa la heli karaa 24 ta saacba maalintii, todobada bari asbuucii. Wac laynka Daryeelka COVID-19 oo ah 1-800-720-9616.**