

Ur ma Leedahay? Adiga iyo Ilmahaagaba Ka Badbaadi Xiiq-Dheerta (Qixida)

Xiiq-Dheerta (“Qixida”): Ayaa ah cudur u daran ilmaha sabiga ah

- Xiiq-dheerta dhawaan ka dillaacay gobolka Washington iyo qarankaba ayaa u horseeday seexin isbitaal iyo dhimashaba carruurta aadka u yar.
- Ilmaha ka yar halka sano ayaa halis sare u leh in isbitaal loo dhigo ama u ku geeriyoodo xiiq-dheerta; ilmaha 2 da bilood ah iyo kuwa ka sii yar halista ugu sarreysa leh.
- Xiiq-dheerta ayaa ah cudur ugu faafa si fudud qufaca iyo hindhisada.
- Ilmaha sabiga ah, xiiq-dheertu waxay u horseedda oof-wareen, suuxdin, waxyeello maskaxeed, iyo dhimasho. Waxay u keeni kartaa qufac aan kala joogsan caaruurta waaweyn iyo dadka qaangaarka ah, laakiin *ilmaha sabiga ah* ee leh xiiq-deheertu badiyaa ma qufici karaan, oo dhibaato ay ku noqotaa inay quudaan, waxa laga yaabaana inay neefsashadu ku joojado oo midabkood buluug isku beddelo.



Qaado tallaalka xiiq-dheerta (Tdap) markaad uurka leedahay si aad adiga iyo ilmahaaga dhasha ah u badbaadiso

- **Guddiga la-talinta ee Xarumaha Kantaroolka iyo Ka Hortagga Cudurka ayaa ku talinaya inay haweenka uurka lehi qaataan tallaalka Tdap muddo kasta oo uur, iyada oo la doorbidayo inta u dhexeysa 27-36 usbuuc uurku jiro. Markani waa marka u tallaalku sida ugu fiican u uga ilaalinyo adiga iyo ilmaha kuu dhashay xiiq-dheerta.**
- Tallaalka Tdap ayaa badbaado u ah muddadka uurka la leeyahay. Haddii aad qaadato Tdap markaad uurka leedahay, adiga iyo ilmahaaga dhasha ah aya u badan inaad ka badbaaddaan xiiq-dheerta wakhtigaad ummusho.
- Unugyada –difaaca ee la dagaallima infekshinka ee aad ka hesho tallaalka ayaa u gudbaya ilmahaaga si u helo ilaalin dheeraad ah.
- Haddii aadan kahor qaadan tallaalka Tdap ama markaad uurka lahayd, badbaado ayay waliba leedahay in tallaalka la qaato isla markaad ummusho iyo haddii aad naas-nuujineysaba.

Adiga, qoyskaaga, iyo daryeel-bixiyaha ilmahaaga ayaa u baahan tallaalka xiiq-dheerta

- Saddexdii ilmood marka la eego afar ee u xiiq-dheertu ku dhacdo ayaa ka qaada waalidiinta, xubnaha kale ee qoyska, ama daryeel-bixiyeyaasha kale ee leh cudurka laakiin aan ogayn.
- Ilmaha dhasha ahi ma qaadan karo qiyaasta tallaalka xiiq-dheerta (DTaP) illaa ay ugu yaraan yihiin lix usbuuc jir. Illaa u ilmahaagu yaraan saddex qiyaasood oo DtaP ah illaa da'da 6 bilood, iyada ayay ku yar tahay badbaadadu.
- Habka ugu wanaagsan ee looga hortago xiiq-dheerta ilmahaaga dhasha ah kahor intuuna isagu qaadan ugu yaraan saddex qiyaasood DtaP waa in la hubiyo in adiga iyo qof kasta oo kale ee xiriir dhow la leh ilmuhu waa inay qaateen tallaalkada xiiq-dheerta, taas oo ay ku jirto dhallinta/qaan-gaarka tallaalkooda xiiq-dheerta (**Tdap**).

Kala hadal dhakhtarkaaga, kalkaaliyahaaga ama rugtaaada caafimaad

- Weydiiso dhakhtarkaaga ama kalkaalisku inay ku siiyaan tallaalka qiix-dheerta markaad uurka leedahay, haddii aadan horayba u helin. Haddii uuna dhakhtarkaagu, kalkaalisku, ama rugta caafimaad aysan kuu fidin tallaalka, ka raadso farmasiyeyaasha agagaaraha.
- Si badbaado dheeraad ah aad u hesho, weydiiso dhakhtarkaaga ama kalkaaliskaada inay tallaalaan xubnaha qoyskaaga kahor intuuna ilmuhu dhalan.

Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan xiiq-dheerta:

- <http://www.kingcounty.gov/healthservices/health/communicable/diseases/whoopingcough.aspx>
- <http://www.doh.wa.gov/YouandYourFamily/IllnessandDisease/WhoopingCough.aspx>
- <http://www.cdc.gov/features/pertussis/>
- **Caafimaadka Dadweynaha – Seattle iyo King County, 206-296-4774**

Qaabab ka duwan ayaa macluumaadka lagu heli karaa
Gudbinta TTY (TTY Relay): 711
206-296-4774 (Codka)

Public Health
Seattle & King County
Somali 12/12

