COVID-19 VACCINE
Public Health Advice

Tallaalka COVID-19

Macluumaad muhiim ah oo ku saabsan Pfizer/BioNTech talaal, Comirnaty

Nooca 4aad

Janaayo 14 keeda

HSE

Rialtas na hÉireann
Government of Ireland

Waxku saabsan warqadan yar

Warqadan yar waxay kuu sheegaysaa wax ku saabsan COVID-19 (coronavirus) talaalka.

Waxay ku sheegaysaa wax ku saabsan:

- wuxuu yahay COVID-19
- wuxuu yahay talaalka COVID-19
- ruuxa loogu horsiinayo, sababta iyo meesha laga helayo
- sababta ay muhiim tahay inad hesho talaalka
- ruuxa aan helaynin iyo ruuxa dib udhigaya qaadashadeeda
- badqabka talaalka iyo waxyeeladiisa
- meesha aad ka helayso macluumaad badan

Fadlan aqri warqadan yar si taxadar leh. Waxaad kalood kala hadli kartaa xirfadle caafimaad, sida GP gada ama faramasiistahaga wax ku saabsan talaalka.

Waa maxay COVID-19?

COVID-19 waa xanuun kaasoo saameeya sanbabadaada iyo marinada hawada, iyo mararka qaarkood qaybaha kale ee jidhkaada. Waxaa sababa fayras la dhaho coronavirus. COVID-19 waa mid aad ufaafa.

Wuxuu ku faafaa hawada iyadoo dhibicyo lasoo saaro marku dadku qufaco ama hindhiso, ama markay taabtaan meelaha ay dhibicyado yaaliin iyo kabacdi taabashada indhahooda, sankooda ama afkooda.

COVID-19 wuxuu sababi karaa xanuuno halis ah, isbitaal dhigid iyo xitaa dhimasho.

Calaamadaha guud ee COVID-19 waxa kamid ah:

- qandho (heerkuul sareeya oo ah 38 degrees Celsius ama ka badan)
- qufac cusub – kan wuxuu noqon karaa qofac noockasta ah ku qalalan maahan
- neeftoo ku qabata ama neefsashada oo adkaata
- waayida ama isbadalka ku yimaada ursashadaada ama dhadhanka – tani waxay ka dhigantahay inaad ogaatay inaadan waxna uruninayn ama dhadhaminayn waxna, ama waxay uriyaan ama dhadhamiyaan wax ka duwan

Waxaad yeelin Karin calaamadahanoo dhan ama waxad dareemi kartaa si aan ka yara fiicnayn sida caadiga ah. Waxay kugu qaadan kartaa inaad calaamadaha muujiso 14 beri. Waxay lamidyihiin calaamadaha dhaxanta ama hargabka.

Haddi aad leedahay calaamado guud uun ee COVID-19, isgaar yeel(jog qolkaada) iyo wac GP Waxay ku habayn karaa baadhitaanka COVID-19. Macluumaad badan ee ku saabsan COVID-19, fadlan booqo **www.HSE.ie/coronavirus** ama wacl HSELive **1850 24 1850**.

Yuu khatar badan ku yahay COVID-19?

Dadka jira 65 iyo kuwa ka koreeya iyo dadka leh xaalado caafimaad oo cayiman ayaa leh khatar badan markay si adag u xanuunsadan hadday qaadaan COVID-19.

Dadka waaweyn ee kunool tasiilaadka mudada dheer ayaa sidoo kale khatar oogu jira inay si xun u xanuunsadaan hadday qaadaan COVID-19, asago fayraskan si dhaqso ah ugu faafayo dadka wada noo dhexdooda.

Shaqaalaha caafimaadka ayaa ooga khatar badan bandhignaantooda COVID-19 dadka kale.

Waa maxay talaalka COVID-19?

Talaalku waa walax kaa hagaajinaysaa difaaca(ilaalinta) cudur gaar ah. Talaalka COVID-19 wuxuu ku siinaya ilaalinta ka dhan ah COVID-19.

Haddii dadka la talaalo, waa inay yareysaa tirada dadka aad u xanuunsanaya ama u dhimanaya COVID-19 ee bulshadeena. Talaalka wuxuu barayaa habka difaacaa sida la isaga ilaaliyaa cudurada.

Way ka ammaan badan tahay habka difaacaada inuu barto sida uu kugu difaaco talaalka adigo qaadaya COVID-19.

Kuwee baan siinaynaa talaalka marka hore?

Anagu (the Health Service Executive) waxan siinayna talaalka marka hore dadka khatarta ugu badan ku jira ee COVID-19. Waxaan siinaynaa:

- dadka jira 65 sano iyo kuwa ka koreeya ee ku nool tasiilaadka baxnaanada mudada dheer
- shaqaalaha daryeelka caafimad ee safka hore

Waxaad arki kartaa liis buuxa kooxaha mudnaanta leh ee boga: **www.gov.ie/covid19vaccine**

Inkastoo adiga kugu xidhantahay inaad goaansato inaad qaadato talaalka, HSE si adag ugu talinaysaa inad sameyso islamarka aan kuusoo bandhigno. HSE waxay ku bixinaysaa talaalka si bilaash ah.

Waxaad ubaahnaani inaad aqriso warqadan yar iyo warqada yaree macluumadka bukaanka kahor intaadan qaadan talaalka. Waxaad ka heli kartaa warqada yar macluumaadka bukaanka **www.hse.ie/covid19vaccinePIL.**

Waxaad kalood lahadli kartaa xirfadle cafimaad ka hor. Haddii aad goaansato inaad qaadato talaalka, waxaad bixini ogolaanshahaaga kaasoo la duubi doono.

Waa kuma talaalyahayga?

Talaalyahaagu waa qofka ku siinaya talaalkaada.

Wa xirfadlayaal caafimaad oo la tababaray lana shaqeynayaa HSE, sida kaalkaliso, dhaqtar ama farmasiiste.

Maxay umuhiim utahay inan qaato talaalka COVID-19?

Qaadashada tallaalka COVID-19 waa inay ka ilaalisaa dhibaatooyinka halista leh ee COVID-19. Ujeedka aan ugu bandhigayno talaalka dadka waa inan ilaalino dadka iyo yareynta xanuunada iyo dhimashada uu sababay fayraskan.

Waxaan horey qaaday COVID-19, miyaan u baahnahay inaan qaato talaalka?

Haa. Xittaa haddi aad horey uqaaday COVID-19, waad qaadi kartaa markale.

Talaalku wuxuu yareeyaa khatarta qaadida COVID-19, markale. Xittaa haddi aad horey uqaaday COVID-19, talaalku wuxuu yareyn karaa khatarnimada calaamadahaaga

Waxaan leeyahay COVID-19 hadda, talaalka ma qaadan karaa? Maya.waa inaad dib udhigtaa istalaalida ilaa aad kasoo kabanayso COVID-19.

Samey sidan:

- ugu yaraan afar isbuuc kadib markaad ogaato calaamadaha ama
- afar isbuuc markii lagubaadhay lagaana helay COVID-19

Qaadashada talaalka

Xagaan ka helaa talaalka?

Hadaad kunooshahay tasiilaadka baxnaanada mudo dheer, waxaa lagugu siini talaalka kana heli kartaa halkaa.

Haddii aad shaqaalaha caafimaadka ee safka hore, waxaa lagugu siini talaalka meesha aad ka shaqeyso ama udhow meesha aad ka shaqeyso.

Waan usheegi dooonaa dadka ku jira kooxda muhiimada gaarka leh meesha iyo goorta ay heli karaan talaalka isla marka uu helidiisa weynaato.

Waan kugusoo ogaysiin doonaa xayaysiis ama sooryo toos goorta ay tahay inaad qaadato talaalka COVID-19. Waxaa muhiim ah inaadan la xidhiidhin HSE talaalka intaa wixi ka horeeya.

Talaal maxay ah ayaa la helaya?

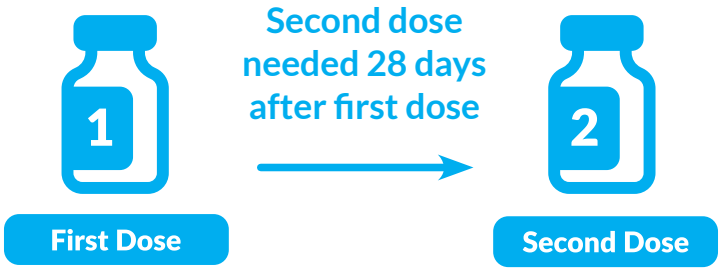
Talaalka aan ku siinayno waxaa la dhahaa Comirnaty waxaana sameeyay Pfizer/ BioNTech.

Talaalkan mRNA wuxuu barayaa jidhkaada sida loo sameeyo protein taasoo sababaysa jawaab difaac ah, isticmaal la'aanta fayras nool kaasoo sababa COVID-19.

Jidhkaagu markaa wuxuu sameyni antibodies kuwaaso kaa caawinaya la dagaalanka caabuqa haddii uu fayraska saxda ahi soo galo jidhkaada mustaqbalka.

Side loo bixiyaa talaalka COVID-19?

Talaalka COVID-19 waxaa loo bixiyaaa cirabad lagu mudayo gacanta xaga kore. Waxay qaadani daqiiqado yar.



Immisa qiyasood oo talaalka COVID-19 ah ayaan ubaahanahay?

Waxaad ubaahantahay labo qiyaas oo talaalka COVID-19 ah si aad uhesho ilaalinta ugu wanagsan. Adiga Waxaad ubaahantahay inaad qaadato qiyaasta labaad 28 beri (afar isbuuc oo dhameystiran) qiyaasta kowaad kadib.

Talaalku ma badqabaa?

HSE kaliya waxay isticmaashaa talaalo markay la kulmaan heerka llogu talagalay ee badbaadada iyo waxtarka.

Iyadoo shaqada soo saarida talaalka COVID-19 ay si dhaqso ah u dhaqaaqday sida caadiga ahayd, talaalka aan ku siinayno waxay soo martay heerarkii caadiga ahayd ee loo baahnaa si loo hormariyo iyo ansixinta talaal badbaado iyo waxtar leh.

Si loogu ansixiyo isticmaal, talaalka COVID-19 wuxuu maray tijaabooyinka kiliniga ah iyo hubinta badqabka dhamaan daawooyinka kale ee shatiga haystana way maraan iyagoo raacaya heerka caalamiga ee badqabka.

Talaalka aan ku siinayno waxaa la yidhaa Comirnaty wxaana soo saaray Pfizer / BioNTech. Waxaa leedahay:

- ✔ Tijaaboyin lagu mariyay kumanaan qof ah oo qayb ka ah tijaaboyinka kiliniga
- ✔ Wuxuuna la kulmeen heerarka badqabka, tayada, iyo waxtarka, iyado ansixiyeen shati siiyeena ilaaliyaasha. Ireland, ilaaliyaashu waa the European Medicines Agency (EMA) – booqo www.ema.europa.eu macluumaad badan.

Maxay tahay waxyeelada talaalku?

Sida daawoyin kale oo dhan, talaalku wuxuu sababa waxyeelo. Badana kuwan waa khafiif ama dhexdhexaad, muddo gaaban iyo qofkastana ma helo iyaga.

Inkabadan hal 10 kii qof ba ayaa hela:

- dareen daal
- danqasho, barar iyo/ama guduudasho gacanta aad ka qaadatay talaalk
- madax xanuun
- muruq xanuun
- laalabatooyin xanuun
- lalabo
- qandho (heerkul 38 degrees Celsius am aka sareeya)

Marar dhif ah, dadku waxay yeeshaan cuncun meesha laga siiyay talaalka, barar qanjidhada dheecaanka,

ama hurdo la'aan. Waxyeelooyinkan waxaa lagu arkaa waxka badan 1 qof 1, 000 qofba. Daciifka murqaha wajiga waa waxyeelada dhifka ah ee lagu arko 1 qof 10, 000 ee qofood. Waxyeelada qatarta ah ee talaalku, sida falcelinta xasaasiyada, waa kuwa aad u dhif ah, laguna arko qiyaastii 1 qof milyankii qofoodba talaalka dhan.

Talaalsiiyahaagu waxaa loo tababaray inuu daaweeyo falcelinta xasaasiyada qatarta dhifka ah. Talaalka COVID-19 wuxuu maray tijaaboyin kilinikeed oo isku mid ah iyo hubinta badbaadooyin islamarkaana talaalka shatiyaysan, sikastaba ha ahaatee talaalka wuu cusubyahay iyo macluumaadka waxyeelada fog way kooban tahay.

Sida dadka badan Ireland iyo agagaarka aduunka ee helaya talaalkan, macluumaadka, macluumaadka badan ee waxyeelada ayaa la heli karaa.

HSE ayaa kusoo wargelinaysaa macluumaadkan si joogto ah bogeena, iyo haddii ay muhiim tahay, waan kugu soo wargelin warqada yare ee xogta ee la siiyay dadka marka ugu horreysa ama qiyaasta labaad ee talaalka

Qandhada kabacdi talaalka

Waa wax caadi ah in la yeesho qandho kadib talaalka. Badanaa, waxay dhacdaa tani labo maalmood gudahood (48 saacadood) qaadahsada talaalka, iyo tegitaankeeda labo maalmood gudahood.

Waxay ubadantahay inaad qandhato kabacdi qiyaasta labaad talaalka. Hadaad dareento raaxo la'aan, qaado paracetamol ama ibuprofen sida uu kucad baakada ama warqada.

Haddii aad welwesho, fadlan raadso talo caafimaad.

Miyuuu talaalka COVID-19 ku siin karaa COVID-19?

Maya. talaaalka COVID-19 kuma siinayo COVID-19.

Waa macquul inad qaado COVID-19 intaadan helin talaalka iyo ogaan la'aanta inad leedahay calaamadaha illa kadib balanta talaalka.

Haddii aad leedahay calaamadaha guud ee COVID-19, waa muhiim inay isgaaryeesho (jog qolkaada) iyo habeyso baadhitaan bilaash ah si aad u ogaato inaad leedahay COVID-19.

Haddii aad leedahay qandho taaso bilaabatay waxkabadan labo maalin kadib qaadashadaada talaalka, ama sii jooogta waxkabadan labo malmood, waa inaad isgaaryeeshaa weydiina GP sii laguugu habeeyo baadhitaan COVID-19.

Haddi aad leedahay calaamado kadib qiyaasta kowaad, waxaad weli ubaahantahay inaad qaadato midka labaad.

Adigoo helikarayaa ilaashamo qiyaasta hore, qaadashada qiyaasta labaad waxay ku siini ilaashamada ugu wanaagsan xagga fayras.

Ma jiraan dad aan helaynin talaalka COVID-19?

Haa. Waa inaadan qaadan talaalka COVID-19 vaccine haddii:

- ✗ Haddii aad ku leedahay falcelinta xasaasiyad daran maadooyinka talaalka(ay kamid tahay polyethylene glycol). Aqri warqada macluumaadka bukaanka si aad u aragto liiska maadooyinka.
- ✗ Haddii aad ku leedahay falcelinta xasaasiyad daran qiyaaso hore oo talaal.

Haddii aad kulahayd falcelin xasaasiyadeed oo degdeg ah talaalo kale uun ama daawada cirbadaha ah, waa inaad la hadashaa dhaqtarkaada qaadashada talaalka COVID-19.

Badanaa dadka ayuu badqaba ayay helaan talaalka. Qof ka kusiinaya talaalka wuu ku faraxsanaan doonaa inuu kaaga jawaabo suaal kasta aad qabto balantaada talaalka.

Waxay kaloo ku siinayaan warqada yare e talada baxnaanada kadib, iyo kaarka diwaanka caafimaadka tusaya magacaaga iyo tirade dufcada talaalka ee lagu siiyay.

Miyaan qaaataa talaalka COVID-19 haddii aan leeyahay Heerkul sare?

Maya. Waa inaad dib udhigtaa qaadashada talaalka haddii aad leedahayqandho (heerkul 38degrees Celsius ama ka sareeya), illaa aad ka caafimaadayso.

Ma badqabaa haddaan qaato talaalka anigoo uur ah ama nuujinaya?

Ma jirto wax cadeyn ah intalaalka COVID-19 badqabin hadaad uurtahay.

Talaalku laguma wada tijaabin dumarka uurka leh sidaa darteed caydahmaha hadda jiraaye way koobanyihiin.

Haddii aad shaqaale caafimaad tahay ama aad ku jirto kooxda qatarta ku sugun, uurna tahay, waa inaad la hadashaa dhaqtarkada uurleeyda ama GP qaadashada talaalka COVID-19. Waad qaadan kartaa talaalka COVID-19 haddi aad nuujinayso.

Immisa ayay qaadanaysaa talaalku inuu shaqeeeyo?

Kadib qaadashada labada qiyaasood ee talaalka COVID-19, badanaa dadku waxay yeelanayaan awood difaac. Tani waxay ka dhigantahay inay laga difaaci doono COVID-19.

Waxay qaadanaysaa 7 beri kadib qaadashada qiyaasta labaad inuu shaqeeyo.

Waxay jira fursad yar aad weli ku qaadi karto COVID-19 xittaa hadii aad qaadatay talaalka.

Talaalku miyuu ku shaqeyni qofkastaba?

Talaalku waxaa lagu tijaabiyay dadka da'doodu tahay 16 iyo inta kaweyn. Cadaynta hadda jiraayi waa talaalku inuu ilaalini 95% dadka qaata.

Haddii habka difaaca jidhkaadu wawood yaryahay, ma jirto Qatar said ah qaadashada talaalka laakiin waxaa macquul inay si fiican kuugu shaqeynin.

Siden kusoo gudbiyaa waxyeelada?

Sidaa talaalyada kale oo dhan, waad usoo gudbin kartaa waxyeelada laga shakinsanyahay Health Products Regulatory Authority (HPRA).

HPRA waa hay'adda sharciyada ee jamhuuriyada Ireland ee caafimaadka, qalabka caafimaadka iyo waxsoorada kale ee caafimaad.

Iyadoo qayb kamid ah kaalinteeda kormeerka amniga dsaawada, HPRA waxay ku hawl gashaa nidaam ay khuburada daryeel caafimaadka ama xubnaha dadweynaha way soo gudbin karaa waxkasta oo laga shikiyo falgalka waxyeelka(waxyeelada) la xidhiidha daawada iyo talaalka kaaso ka dhacay Ireland.

HPRA siweyn u dhiirigelinaysaa soo gudbinta falgalka waxyeelka(waxyeelada) la xidhiidha talaalka COVID-19 si aay utaageerto dabagalka socda ee badqabka iyo istcimaaal tayada leh.

Si aad usoo gudbiso shakiga falgalada waxyeelada leh ee talaalka COVID-19, fadlan

booqo **www.hpra.ie/report.** Waxaad kaloo weydiin kartaa dhaqtarkaada ama xubnaha qoys inuu kaasoo gudbiyo. Macluumaad aad ubadan oo la ogyahay in la bixiyio weeye, iyo meesha ay macquul tahay, talaalka tirade dufcadiisa lagu daraa weeye.

HPRA kama gudbin karto talo kiliinic keesaska shaqsiga ah. Xubnaha dadweynaha way ina kala xidhiidhaan khuburada daryeelka caafimaadka (dhaqtarkaada ama farmasiiste) wax ala wixii la xidhiidha caafimad ah haystaa.

Intee In le eg difaaca jidhku kahadhayaa talaalka?

Ma ogin weli inta uu hadhi doono difaaca jidhku. Tijaabiyiinka kiliniika way socdaa weli si ay u ogaadan.

Markaan helo talaalku, maxay ka dhigantahay inan dadka ku faafinayn COVID-19?

Weli ma ogin weli in qaadashada talaalka kaa joojinayso ku faafitaanka fayraskan COVID-19 dadka kale. Taasi waa waxay muhiim u tahay inan sii wadno dhamaanteen raacida talooyinka caafimaadka sida loo joojiyo talaalka. Qaas ahaan, weli waxaad ubaahantahay:

- raac hagaha kala fogaanshaha (ka fogow dadka kale labo metre intay macquul tahay)
- xidho afdaab
- dhaq gacmahaaga si joogto ah

HSE, waaxda caafimaadka iyo Hay'ada Caafimaadka Adduunka waxay kutalinaysaa in dadku qaataan talaalka COVID-19 markii loosoo bandhigo iyaga.

Wad ku mahdsantahay inad is ilaalisay naftdaada iyo kuwo kaleba.

Macluumaad badan

Macluumaad badan, aqri warqada macluumadka bukaanka. Tani waa Lagu soo daabici doona maalinkaad qaadato talaalkaada ama waxaad kaheli kartaa Warqada macluumaadka bukaanka **www.hse.ie/covid19vaccinePIL**

Waxaad kalood lahadli kartaa khuburada caafimaadka, sida GP, farmasiistaha ama Kooxda baxnaanada caafimaadka.

Waxaad kalood booqan kartaa boga HSE w**ww.hse.ie/covid19vaccine,** Ama kawac HSElive **1850 24 1850.**

Macluumaad badan ku saabsan talaalka COVID-19 kujirtana
Qalabka qaababka kale iyo taageerada turjumaan, booqo
HSE.ie/covid19vaccinematerials

Macluumaadka shaqsiga ah

Si aad usiiso talaal badqaba iyo duubida macluumaadka muhiimka ah si loo kormeero iyo maamulka talaalka, HSE waxay ka shaqeynaysaa macluumaadkaada shaqsiga ah.

Macluumaadka dhan waxaa ka shaqeynaya HSE waxay raacayaan sharciga guud gaar ahaan General Data Protection Regulation (GDPR) kaasoo dhaqangalay 2018.

Ka shaqeynta xogtaada waxay noqonaysaa sharci iyo mid xaq ah. Waxaa looga shaqeynayaa kaliya dano gaar si loo maamulo talaalka.

Mabda' yareynta xogta ayaa la istcimaalay. Tani waxay kadhigantahay in kaliya xogta muhiimka ah ee lagugu garanayo, qabsashada balantaada, diwaangelinta talaalkaada iyo kormeerida saameyntiisa in la diwaangeliyay.

Waxaasd leedahay xaqahan soo socda sida xaqlaha xogta sida kuxusan iyadoo latixgelinayo xogtaada shaqsiyadeed ee laga shaqeeyay.

- codso macluumaadka iyo helitaanka xogta shaqsiyadeed (sida guud loo yaqaano ' data subject access request'). Tani waxay kuu ogolaanaysaa inaad hesho koobi xogta shaqsi ee aan kaa hayno iyo hubinta inaan ooga shaqeynayso si sharci ah.
- codso sixitaan xogta shaqsiyadeed een kaa hayno. Tani waxay kuu ogolaanaysaa inay wixii aan buuxin ama qaldan ee macluumadka kaa hayno la saxo.
- codso tirtirida xogtaada shaqsi. Tani waxay kuu ogolaanaysaa inay na waydiisato tirtirida ama masaxida xogta shaqsi iyadoon jirin sabaab fiican aan usii wadno ka shaqeynteedda. Waxaad kalood xaq uleedahay inaad na weydiisato tirtirida ama masaxida xogtaada shaqsi iyadoo aad haysto xaq ahaanshaha kasoo horjeedka ka shaqeynteeda.
- kasoo horjeedka shaqeynta xogtaada shaqsi.

Macluumad badan ayaad jira **www.HSE.ie/eng/gdpr**

COVID-19
VACCINE
Public Health
Advice

Waxaa daabacay HSE
Janaayo 14 keeda 2021

Rialtas na hÉireann
Government of Ireland