

Warbixin loogu talagalay qofka adigoo kale ah oo la xaqiijiyay in uu cudurka [Covid-19] ku dhacay

Warbixintaan dadwaynaha Gobolka Västmanland ayay khuseeyaan

Markii natiijada shaybaarka laga qaaday lagu xaqiijiyo, in infeekshan aad imminka la xannuunsan tahay u sabab yahay cudurka [Covid-19], waa in sidii dad kale aad cudurka u qaadsiinin awgeed aad gurigaaga iska joogto, taasoo muhim ah. Tan kale, waa inaad tixgelisa qodobada ku xusan Sharciga amniga cudurrada faafa [smittskyddslagen]. Halkaan ka aqriso sidii aad u dhaqmi lahayd.

Muddo intee la'eeg ayaan cudurka qof kale qaadsiin karaa?

Waxaad qof kale cudurka qaadsiin kartaa ugu yaraan 7 maalmood gudahooda, tiriskaas oo laga soo bilaabo maalinta calaamadaha cudurka ay bilaabadeen. Markii 7 maalmood ay ka soo wareegato tan iyo maalintii aad xannuunsatay, **oona** labadii maalmood ee ka bogsashada ku xigtay aad qandho la'aan ahayd, **oona** caafimaadkaaga guud wanaagsan yahay, ayaa waxaa lagugu biirin karaa dadka aan qof kale cudurka qaadsiin karin. Isla nidaamkaas ayaa hirgalayo xitaa haddii 7 maalmood ay ka soo wareegato tan iyo maalintii aad xannuunsatay, oona laakin weli aad dareemayso calaamadaha cudurka, sida qufaca aan xaakada lahayn iyo dareenka dhadhanka iyo urta oo hoos u dhacay.

Haddii markii shaybaarka laga qaadayay aadan lahayn calaamadaha cudurka, oona toddobaadka ku xigo aadan dareemin calaamadaha cudurka, waxaa kaddib markii 7 maalmood ay ka soo wareegato la oran karaa in cudurka aadan faafi karin.

Haddii cudurka [Covid-19] awgiis berri hore lagugu daryeelay isbtibaal, ama aad degan tahay guryaha waayeellada, dhakhtarkaaga ayaa qiimayn doono kuna wargelin doono muddada cudurka aad qof kale qaadsiin karto. Haddii heerka difaaca jirkaaga u aad u hooseeyo, taasoo tusaale u sabab ah daaweynta kiimikada (chemotherapy), xaaladdaas muddo dheer ayaa cudurka faafin kartaa. Xaaladdaas waxaa lagugu tirinayaa dadka ugu yaraan 3 toddobaad cudurka faafin karo, tiriskaas oo laga soo bilaabo maalinta calaamadaha ay bilaabadeen. Dhakhtarkaaga la xiriir haddii aadan hubin.

Haddii aadan fahmin qiimaynta cudur-faafinta, waxaad talo-siin awgeed wici kartaa 021-173126, kaddib xulo badhanka 1-aad.

Haddii aad ku talo jirto inaad shaybaar cusub iska qaado, sida aad ku habsato inaad fayruuska faafi karin, fadlan **ha iska qaadin** shaybaar cusub. Sababto ah fayruusku ilaa 6 bilood ayuu dhiigga ka muuqan kara.

Xilliga aad qof kale cudurka qaadsiin karto waa inaad tixgelisaa qodobada hoos ku xusan:

- Ha tegin goobta shaqada ama iskuulka

- Dadka la nooshahay ka sokow iska ilaali inaad dad kale la kulanto. Isku day inaad xajiso kala fogaanshada adiga iyo dadka la nooshahay (ugu yaraan 1 mitir, ka sii fiican 2 mitir). Nidaamka waxaa ka reeban ilmaha aad waalid ahaan mas'uul ka tahay – baahida ilmaha ay u qabaan u dhowaashada waalidiintooda waxay ka muhimsan tahay xajinta kala fogaanshada.
 - Qol adiga ku gaar ah waa inaad ku sugnata.
 - Dadka kale ha la cuntayn.
 - Isticmaal musqul adiga ku gaar ah, waa haddii ay suurtagal tahay.
- Tixgeli hab-raac joogto ah oo nadaafad gaar ah xiriir la leh.
 - Badso oona hab aad u taxadarsan gacmaha isaga dhaq.
 - Isticmaal shukumaan adiga ku gaar ah.
 - Sagxadda/dusha/baaxadaha nadiifi/jeermitirtir, sida tusaale gacmaha tuubooyinka biyaha iyo albaabada, kuwaasoo badi ahaan la taabto markii guriga lagu sugan yahay.
 - Isla bakeeriga ama qaado/fargeetiga qof kale wax ha ku cunin /cabbin.
 - Waa in mar kasta aad ku qufacda/ku hindhista kilkishaada ama fasaleeti.
- Dukaamada ha ka soo adeegan, socdaal ahaan ha isticmaalin gaadiidka guud.
- Markii aad booqanayso xarumaha daryeel-caafimaadeedka waa inaad shaqaalaha wargelisa in uu kugu dhacay cudurka [Covid-19].
- Aqriso nidaamka hab-dhaqanka ee ku xusan Sharciga amniga cudurrada faafa [ururka dhakhtarrada, cudurka \[Covid-19\], xiriiryada goysaska.pdf](#)

Raad-raaca cudur-faafinta - tallaabadaan waa inaad sida ugu dhaqsida badan qaado

Dhammaan dadka la xaqiijiyay in uu cudurka [Covid-19] ku dhacay, waxaa sida hadba waafaqsan Sharciga amniga cudurrada faafa [smittskyddslagen], waajib ku ah in ay kaalin ka geystaan raad-raaca cudur-faafinta. Sidii hoos loogu dhigi lahaa faafinta cudurka [Covid-19] awgeed waxaa muhim ah in sida ugu dhaqsida badan in qof kasta oo cudurka la qaadsiiyay la wargeliyo.

1. Isku day inaad xilligii aad qof kale cudurka qaadisiin kartay xusuusato dadkii aad xiriir la yeelatay. Haddii aad cudur-qaadsiye ahayd 24 saacadood kahor inta aad dareemin xannunka iyo calaamadaha cudurka. Xiriir dhow waxaa loola jeeda qof oo aad la kulantay oo aad la sheekaysatay ugu yaraan 15 daqiiqo kuna jiray musaafu 2 mitir, xitaa haddii gobta kulanka ay ku taalay dibadda.

Fayruuska waad faafin kartay 48 saacadood ee ugu dambeeyeen, tiriskaas oo laga soo bilaabo kahor inta aad xannuunka ama calaamadaha cudurka dareemin. Haddii calaamadaha cudurka aadan dareemin, waxaa lagugu tiriya inaad fayruuska faafin kartay 48 saacadood ee ugu dambeeyeen kahor inta shaybaarka aan laga qaadin.

Xiriirka dhow waxaad kaloo la yeelan kartaa dadyowga ku booqday ama aad adiga booqatay xilliga cudur-qaadsiinta. Waxay kaloo noqon karaan saaxiibo oo aad kula kulanto goobo kale iyo saaxiibada shaqada oo aad xiriir dhow la yeelatay, sida tusaale

aad ag fadhiisatay. Haddii saaxiibada shaqada ka sokow oo aad dadyow kale qaadsiiisay (sida tusaale ardayda, bukaan-socodyada ama macaamiisha) waa inaad marka hore wargelisaa qofka madaxa ah/horseedaha shaqaalaha kaddib ka codso qofkaas in uu aqristo [Kordhinta raad-raaca faafinta cudurka \[Covid-19\] ee goobaha iskuullada, shaqada iyo ganacsiga](#)

Haddii aad arday tahay waa in waalidkaaga u agaasimaha iskuulka wargeliyaa in la xaqiijiyay in cudurka [Covid-19] u kugu dhacay.

2. Dadyowga aad xiriirka dhow la yeelatay u dir taleefan, farinta sms ama email. Kaddib wargeli in ay dhici karto in cudurka la qaadsiiyay. Halka ugu hooseeyso ka aqriso tusaale sida aad u qori karto farimaha. Haddii aadan doonayn inaad arrintaan awgeed la xiriirto dadka aad xiriirka la yeelatay, waxaa arrinta ka caawin karo Kooxda Raad-raaca cudur-faafinta cudurka [Covid-19].
3. Dadyowga aad xiriirka dhow la yeelatay ka codso in ay aqristaan warbixinta halkaan laga heli karo [Warbixin loogu talagalay qofka xiriir dhow la yeeshay qof u cudurka \[Covid-19\] ku dhacay](#)
4. Dhammaan dadyowga aad xiriirka dhow la yeelatay, ku boori in sida ugu dhaqsida badan ay ballan qabsadaan oo shaybaar looga qaado haddii ay dareemaan calaamadaha cudurka (xita kuwa fudud).
5. Markii cudurka aad qof kale qaadsiiin kartay, haddii dad daqiiqado ka badan 15 daqiiqo aad weji ka weji isku jirteen musaaf 2 miitir ah, waxaa lagula talinayaa in ballanka shaybaarka aad qabsato, xita haddii wax calaamado ah aad dareemayn. Sidoo kale, dadka aad la nooshahay waa in shan maalmood kaddib markii shaybaarka laga qaaday, ay iyaguna iska qaadaan shaybaarka cudurka [Covid-19]. Tan kale, dadka aad la nooshahay waa in 7 maalmood aynan tegin goobaha iskuulka/shaqada oo ay sugaan natiijada shaybaarka. Xiriiryada dhow ee kale way tegi karaan goobaha iskuulka/shaqada waa haddii gebi ahaan aynan dareemayn calaamadaha cudurka, laakinse haddii suurtagal ay noqon karto waxaa habboon in hawlaha shaqada/waxbarashada ku qabsadaan iyagoo guryahooda ku sugan.

Dadkii berri hore cudurka [Covid-19] ku dhacay ama tallaalka koowaad ugu yaraan saddex toddobaad kahor lagu tallaalay, guud ahaan ma khuseeyo nidaamyada hab-dhaqamada iyo dardaraanada shaybaar iska qaadka xiriir la leh (Warbixin dheeraad ka aqriso oo ku saabsan qoraalka qofka xiriir dhow la yeeshay qof u cudurka [Covid-19] ku dhacay).

6. Xiriiryada dhow wargeli in 14 maalmood ee ku xigta tan iyo markii xiriirkii ugu dambeeye aad yeelateen in hoos u dhigaan tirada dadka ay la kulmaan. Waa in sidaasi ay u dhaqmaan xita haddii shaybaar laga qaaday, oona natiijada lagu xaqiijiyay in usan ku dhicin cudurka [Covid-19].
7. Xaqiiji inaad fulisay tallaabooyinka kor ku xusan adigoo ka jawaabo su'aallaha ku qoran foomka kugu jiro sanduuqa adiga ku qaarka ah, markii aad guda gasho [loggat in](#). Haddii Gobolka Västmanland shaybaar lagaga qaaday oona aad guda-geli karin barta internetka 1177.se waxaa kula soo xiriiri doonto Kooxda Raad-raaca cudur-faafinta cudurka [Covid-19].

Talo soo jeedin ku saabsan sida qoraal loogu qoro dadka aad xiriir dhow la yeelatay.

Waa salaaman tahay! Waxaa goor dhow lay wargeliyay in uu cudurka [Covid-19] igu dhacay. Raad-raacida cudur-faafinta awgeed ayaan kula soo xiriiray maadaama aan wada xiriirnay markii aan cudur-qaadsiiye ahaa, laakinse goortaas ma aanan ogayn. Maamulka amniga cudurrada faafa ee Gobolka Västmanland wuxuu kugu boorinayaa inaad aqrisato [Warbixin loogu talagalay qofka xiriir dhow la yeeshay qof u cudurka \[Covid-19\] ku dhacay barta_internetka1177.se/Västmanland](http://barta_internetka1177.se/Västmanland).

Sida loo jebiyo silsiladda fayruus-faafinta awgeed, waxaa muhim ah xitaa haddii calaamadaha cudurka aadan dareemayn inaad qabsato ballanka shaybaar iska qaadista cudurka [Covid-19]. Barta internetka 1177.se [haddii cudurka \[Covid-19\]u kugu dhacay](http://haddii_cudurka[Covid-19]u_kugu_dhacay) ka aqriso warbixin dheeraad oo ku saabsan nidaamka u degsan ama haddii lagu tallaalay.

Xitaa haddii jawaabta shaybaarka aan lagu xaqiijinin in uu kugu dhacay cudurka [Covid-19] haddana waxaa muhim ah aad u yarayso tirada dadka aad la kulanto 14 maalmood ee ku xiga. Haddii suurtagal ay noqon karto hawlaha waxbarashada iyo shaqada ku qabso adigoo gurigaaga ku sugan.

Madaxa shaqada/horseedaha shaqada, maamulka iskuulka ama horseedaha kooxda ma wargeliyaa?

Haddii goobta aad ka shaqayso ama dhaqdhaqaaq kale aad ka hawlgasho (sida tusaale iskuul, goob tababar ama goobaha wakhtilummiska) la kulantay dadyow laga yaabo inaad cudurka qaadsiiyay, laakin ku suurtagal noqon karin inaad wargeliso dhacdada, waxaad caawinaad waydiisan kartaa madaxa shaqada/horseedaha shaqada, horseedaha kooxda, agaasimaha dugsiga iwm. Waxaa muhim ah in dhammaan dadka cudurka la qaadsiiyay la wargeliyo, taasoo muhim ah, laakin iyaga xaq kuma laha in ay ogaadaan in adiga u cudurka [Covid-19] kugu dhacay.

Madaxa shaqada/horseedaha shaqada, horseedaha kooxda iwm waxay ka caawini karaan raad-raacida cudur-faafinta, iyagoo warbixin sii gudbiyo.

Warbixin dheeraad ka aqriso halkaan: [Kordhinta raad-raaca faafinta cudurka \[Covid-19\] ee goobaha iskuullada, shaqada iyo ganacsiga](http://Kordhinta raad-raaca faafinta cudurka [Covid-19] ee goobaha iskuullada, shaqada iyo ganacsiga)

Halkee baa warbixin ka helaa?

- Warbixin ku saabsan cudurka [Covid-19] marka hore aqriso warbixinta ku qoran bogyada *natiijada shaybaarka ee adiga ku gaarka ah* [ku saabsan shaybaarka laga qaaday](#) ama wac 113 13
- Haddii aad su'aallo ku saabsan caafimaadkaaga waydiin lahayd, la xiriir rugta daryeel-caafimaadeedka ee aad ka tirsan tahay ama *1177 Vårdguiden* khadka taleefanka.
- Haddii aad su'aallo ku saabsan raad-raaca cudur-faafinta la xiriir Kooxda raad-raaca cudur-faafinta cudurka [Covid-19] ee gobolka khadka taleefanka, waa [021-175589](#).
- Wixii su'aallo ah oo ku saabsan fayruus-faafinta garac/wac 021-17 30 00, kaddib badhanka 1-aad xulo.

Is-daryeelid iyo baxnaanis

[Talo soo jeedin iyo naseexooyin ku saabsan is-daryeelid oo loogu talagalay qofka ku dhacay ama berri hore ku dhacay cudurka \[Covid-19\].](#)

Haddii aad uur leedahay ama goor dhow aad ummushay (aan ka badnayn 6 toddobaad kahor)

Talo-siin xiriir la leh daryeelidda ku salaysan kahorteggidda xinjirowga dhiigga awgeed la xiriir ummulisadaada.

Haddii xaaladdaada ay darsato

Haddii xaaladdaada ay darsato waa inaad la xiriirta rugta daryeel-caafimaadeedka ee aad ka tirsan tahay ama *1177 Vårdguiden* khadka taleefanka. Haddii xaalad halis ah ay jirto wac 112. U sheeg in uu cudurka [Covid-19] kugu dhacay.