

# Talaalka caruurnimada

Qof kasta oo England jooga waa inuu iska diiwaan geliyo GP. Waxaad ku arki kartaa bilaash umana baahnid caddayn ciwaanka. Waxaad ka heli kartaa faahfaahin ku saabsan sida aad GP-ga isaga diiwaan geliso halkan:

<https://www.nhs.uk/nhs-services/gps/how-to-register-with-a-gp-surgery/>. Haddii ay dhibaato kaa haysato helitaanka daryeelka caafimaadka wac 111.

Waxaa laga yaabaa inaad bixiso kharashka daawaynta ee NHS-ta, laakiin talaalka caadiga ah waa bilaash. Tallaalka waxaa la siiyaa dhallaanka dhashay, carruurta yaryar, dhallinyarada, haweenka uurka leh iyo dadka waaweyn. Waxaad ka heli kartaa wax badan oo ku saabsan jadwalka tallaalka halkan [www.nhs.uk/conditions/vaccinations](http://www.nhs.uk/conditions/vaccinations). Haddii aad seegtay mid ka mid ah tallaalka jadwalka UK, waxaa laga yaabaa inaad weli u baahato difaac, xitaa markaad da' weyn tahay. Weydii GP-gaaga ama kalkaalisadaada inay kuu hubiyaan haddii aad u baahan tahay qiyaas la-qabsasho ah.

## Waa maxay tallaalkadu?

Tallaalkadu waa habka ugu badbaadsan ee adiga iyo qoyskaagaba looga ilaalin karo caabuqyada halista ah. Ingriiska, inta badan tallaalkada waxaa lagu bixiyaa bilaash NHS-ta. Tallaalkadu waxay ku ilaalin karaan inta aad nooshahay. Si loo ilaaliyo carruurta sida ugu dhaqsaha badan tallaalko badan ayaa la siiyaa dhallaanka iyo socod baradka ka hor intaysan bilaabin dugsiga. Maaddaama tallaalkada si wanaagsan looga aqbalay Ingriiska, qasab maaha.

Tallaalkada waxaa badanaa bixiya kalkaaliyayaasha caafimaadka ee jooga rugta GP-gaaga. Kalkaaliyayaasha shaqada ayaa si gaar ah loogu tababaray inay talo bixiyaan oo ay bixiyaan tallaalko. Kalkaalisku waxay si taxadar leh u eegi doontaa taariikhda caafimaadka laakiin, inta adiga ama ilmahaagu aad wanaagsan tihiin, baaritaan dhakhtar looma baahna. Carruurta waaweyn waxaa lagu bixiyaa xoogaa talaal ah dugsiga.

## Halka laga tallaalo

Talaalka dadka waaweyn waxaa sida caadiga ah laga bixiyaa rugta GP-gaaga ama farmashiyahaaga. Haddii aadan hubin in adiga ama ilmahaaga aad qaadatay dhammaan tallaalkada lagu taliyey gudaha England, ka hubi xarunta GP-gaaga. Marna aad uma daahdo in aad la qabsato tallaalkada lagu taliyay Ingriiska.

## Dhallaanka iyo socod baradka

Dhallaanka iyo socod-baradka waxay u baahan yihiin tallaalko si looga ilaaliyo cudurrada caruurnimada oo ay ku jiraan jadeecada, qaamo-qashiirta, jadeecada (MMR), rotavirus, gawracatada, xiiq-dheerta, qoorgooyaha, dabaysha, teetanada, cagaarshow B, TB iyo qaar kale.

## Dugsiga ka hor

Carruurta aan dugsi gaarin waxay u baahan yihiin tallaallo xoojinaya qaar ka mid ah cudurrada kor ku xusan. Tani waxay kaa caawinaysaa in ay si fiican oo dheer u ilaaliso carruurta. Carruurta dugsi hoose waxaa la siiyaa tallaalka hargabka sannad kasta.

## Dhalinyaro

Dhalinyaradu waxay u baahan yihiin tallaalka kale oo kor u kaca (xoojinta) qaar ka mid ah caabuqyadan, oo ay ku jiraan qoorgooyaha, si loo siiyo difaac waara ilaa qaangaarnimada. Waxa kale oo la siiyaa tallaalka HPV kaas oo ka hortagi kara kansarka qaarkood.

## Uurka

Haddii aad qorsheyneyso inaad ilmo dhasho, waa inaad hubisaa inaad heshay dhammaan tallaalladaadii - gaar ahaan laba qiyaasood oo MMR ah - ka hor intaadan uur qaadin.

## Dadka Da'da ah

Dadka da'da ah waxay u baahan yihiin tallaallo si looga ilaaliyo hargabka, oof wareenka iyo shingles.

## Dadka qaar ayaa laga yaabaa inay u baahdaan tallaalo dheeraad ah

Dadka qaarkood waxay aad ugu dhowdahay inay ku dhacaan jirro halis ah caabuqyada waana in la siiyaa talaal dheeraad ah si ay uga badbaadiyaan. Tan waxaa ku jira dadka la nool jirro daba-dheeraaday oo saameeya xubnahooda waaweyn ama habdhiska difaaca:

- Cagaarshowga A - Tallaalka waxaa loogu baahan yahay dadka khatarta sare ugu jira cagaarshowga A, oo ay ku jiraan kuwa beerka ka jira iyo qoysaska kiis laga soo sheegay.
- Cagaarshowga B - Tallaalka cagaarshowga B ee dheeraadka ah ayaa sidoo kale loo heli karaa dadka qaba cudurka beerka ama kuwa leh fursad sare oo ay ku qaadaan caabuqa (tusaale ilmaha ay dhaleen haweenka qaba cagaarshowga B ama dadka leh lammaane ama xubin qoys oo qaba caabuqa). Waydii dhakhtarkaaga GP-ga haddii adiga ama ilmahaaga aad qaadanaysaan tallaalka cagaarshow B.
- Qaaxada - Tallaalka BCG waxaa u baahan carruurta iyo dadka waaweyn ee ku nool meelaha heerka sare ee Qaaxada. Dadka leh xubnaha qoyska dhow ee qaba tiibayda sidoo kale waxay u baahan yihiin tallaalka BCG.

## Tixraacyo

- <https://www.gov.uk/government/publications/immunisation-information-for-migrants>