



## Xoojiyayaasha loogu talagalay 16+ Xaqiiqooyin Degdeg ah

**Xarumaha loogu talagalay Xakameynta iyo Kahortagga Cudurrada (CDC) waxay ku talinayaan in qof kasta oo da'diisu tahay 16 ama kasi weyn uu helo garoojada xoojinta ee tallaalka COVID-19.**

Taariikhdu markii ay ahayd 29kii Nofeembar, CDC waxaa ay xoojisay tala bixinteedii ku saabsanayd garoojooyinka xoojiyaha. Hadda waxaa ay ku talinaysaa in qof kasta oo ka weyn da'da 16 amaba kasi weyn uu helo garoojo xoojiye ah markii uu u qalmo: waa lix bilood kadib garoojada labaad ee Pfizer ama Moderna, ama laba bilood kadib garoojo ah Johnson & Johnson Tan waxaa ka mid ah dadka difaaca jirkooda uu aad u hooseeyo oo laga yaabo inay heleen garoojada saddexaad ee Pfizer ama Moderna. Dadka jira 16–17 sano ayaa un u qalma inay qaataan tallaalka Pfizer.

**Xitaa dadka halista yar ugu jira xanuunka daran ee uu sababo COVID-19 waa inay qaataan garoojo xoojiye ah si ay naftooda iyo dadka kaleba u difaacaan.**

Tallaalka xoojintu wuxuu dib u dhisi antibodhiyada laga adkaaday taasi oo xoojin doonta awoodda jirku isku difaaci karo haddii qofku mar kale fayraska qaado. Xitaa haddii aadan halis sare ugu jirin cuduro daran, waxaa laga yaabaa inaad caabuqa qaado oo aad u gudbiso kuwa kale, sida carruurta aadka ugu da'da yar in la tallaalo, dadka da'da ah, ama dadka difaaca jirkooda uu aadka daciifka u yahay.

**Tallaalka xoojintu wuxuu ka caawiyaa dadka inay joogteeyaan difaac xooggan oo ay cudurka ugu jilib dhigi karaan muddo dheer.**

Taxanaha tallaalka ee koowaad wuxuu kiciyaa habdhiska difaaca si uu u sameeyo antibodhiyada loogu baahan yahay la dagaalanka cudurka. Muddo kadib, falcelinta difaaca jirka way daciiftaa. Garoojada xoojinta waxay kicisaa jawaabta hore ee bilowga ah waxayna u egtahay inay keento heerar sare oo kahortaga ah taas oo ka caawineysa dadka inay sii ilaaliyaan difaacooda muddo dheer.

## **Tallaalka xoojinta waxay ku qaadataa qiyaastii laba toddobaad inuu kiciyo difaaca jirka.**

Tani waxaa lagu sii wadaa in la daraasadeeyo, laakiin waxaan si kalsooni leh u dhihi karnaa in laba toddobaad kadib difaaca uu la egyahay ama uu ka fiicanyahay kii kadambeeyay taxanaha koowaad.

## **Kadib markii aad qaadato garoojada xoojinta ah, waa in lagu kormeeri doonaa 15–30 daqiiqo.**

Sida garoojooyinkaaga aasaasiga ah oo kale, waa in lagaa kormeeraa waxyeelooyinka degdega ah ilaa 15-30 daqiiqo tallaalka kadib.

## **Tallaalada xoojinta hadda si fudud ayaa loo heli karaa, laakiin waxa dhici karta inaad u baahan tahay inaad sugto.**

Garoojooyinka xoojinta ayaa si fudud looga heli karaa farmashiyada, xafiisyada dhakhaatiirta iyo rugaha caafimaadka, maadaama tallaalka COVID-19 loo baahan yahay maanta. Adeegso [khariiradda goobta tallaalka](#) si aad u hesho bixiye tallaalka ee adiga kuu dhow ama wac 211 ama 866-698-6155 si aad ugu hesho macluumaadka iyo caawimaada luuqad kasta. Cadaynta u-qalmitaanka looma baahna, maadaama ay bixiyeyaashu laga yaabo inay ku waydiiyaan xaqiijin qoraal ah ee tallaalkaagii u dambeeyey. Fadlan dulqaado. Tallaalka bixiyeyaasha waxay si adag ugu dadaalayaan sidii ay u buuxin lahaayeen baahida, sidii ay sameeyeen intii cudurka faafa uu socday oo dhan.

## **Oregon gudaheeda, dadka da'doodu ay tahay 15 jir iyo ka weyn waxay oggolaan karaan in la tallaalo.**

Siduu qabo sharciga Oregon, dadka jira 15 iyo ka weyn ayaa laga yaabaa inay bixiyaan oggolaanshaha ay ku helayaan daaweynta caafimaadka, oo ay ku jiraan tallaalada, marka uu bixinayo dhakhtarka, kaaliyaha dhakhtarka, dhakhtarka mudaawaadka, kalkaaliyaha caafimaad, dhakhtarka ilkaha ama dhakhtarka indhaha, ama xirfadlayaasha kale ee ku shaqeeya shatiga bixiyeyaashaan.

## **Bararidda murqaha wadnaha iyo bararidda dahaarka sare ee wadnuhu waxay noqon karaan waxyeello dhif iyo naadir ah oo tallaalku ku keeno dadka qaarkii.**

Bararka fadhiga wadnaha waa bararka muruqa wadnaha. Bararka dhinacyada wadnaha waa bararka leenka ku wareegsan wadnaha. Labadaba waa laga soo tebiyay bukaanada qaarkood kadib markii ay qaateen tallaalka COVID-19 mRNA (Moderna ama Pfizer). Kiisasku waxaa ay ku dhaceen badanaa ragga da'aadoodu tahay 12–39 marka loo barbardhigo dheddigga ama ragga da'aadaa ka weyn. Cilmi baarayaasha caafimaadka ee Xarumaha Xakameynta iyo Ka hortaga Cudurka (CDC) ayaa

daraasadeeyay kiisaskaan oo go'aansaday in halista jirada daran ee ka imaaneyso COVID-19 ay aad uga weyntahay oo aad uga darantahay halista ah inay yeeshaan mid ka mid ah xaaladahaan wadnaha ee dhif iyo naadirka ah tallaalka kadib. Bararka fadhiga wadnaha, bararka dhinacyada fadhiga ayay aad ugu dhowdahay inuu sababo caabuqa COVID-19 badelkii sababo tallaalka ah.

## **Tallaalka xoojintu waa ammaan, waa wax-ku-ool waana bilaash.**

**Helitaanka dukumiintiga:** Shakhsiyaadka naafada ah ama shakhsiyaadka ku hadla luuqad aan ka aheyn Ingiriis, OHA waxay ku bixin kartaa warbixinta qaabab kale oo dadban sida fasiraadaha, daabicida farta waaweyn, ama farta indhoolayaasha. Kala xiriir COVID-19 Communications Unit 1-971-673-2411, 711 TTY ama [COVID19.LanguageAccess@dhsosha.state.or.us](mailto:COVID19.LanguageAccess@dhsosha.state.or.us).