

# Ka ilaali ilmahaaga cudurka KOFID-19

Dabcan waxaad doonaysaa in ilmahaagu caafimaad qabo sidoo kalana uu badqabo. In aad ilmahaaga tallaashid waa mid ka mid ah hababka aad ooga ilaalin kartid KOFID-19. Tallaalka KOFID-19 ayaa hadda lagula taliyey caruurta jira 6 bilood iyo wixii ka wayn. Tallaalka ilmaha wuxuu ka caawinayaa in ay iskuulka u dhigtaan si badqab leh, sida xanaanaynta caruurta iyo hawlaha kale.

- Tallaalka KOFID-19 waa mid ammaan ah. Ammaanka tallaalka waa muhiim. Tallaalka si taxadar leh ayaa loo darsay waxayna daraasaddu sheegtay in tallaalka ilmaha iyo kurayada la siiyo uu yahay mid ammaan ah.
- Caruurta waxaa ku dhici kara jiro uu sababy KOFID-19. Tallaalka wuxuu ilmaha ka caawin karaa in uu ka difaaco xanuunka KOFID-19 iyo in ay isbitaal u galaan cudurkaan.
- Ilmahaaga tallaalka kadib waxaa laga yaabaa in ay soo gaaraan waxyeelooyin, waana astaamo caadi ah taas oo muujinaysa in jir difaacooda uu dhismayo si uu isaga caabiyo fayraska. Sidoo kale waa caadi haddii aysan isku arag waxyeelooyin uu tallaalka sababy. Xaqiiqdii caruuta da'da yar waxay la kulmi karaan waxyoolooyin aan badnayn tallaalka KOFID-19 kadib marka la bar-bar dhigo kurayada iyo dhalinyarada.
- Waa muhiin inaad ilmahaaga tallaashid haddii ay qaadeen cudurka KOFID-19 sababtuna waxaa weeye tallaalka wuxuu siiyaa difaac badan.
- Tallaalka KOFID-19 waa lacag la'aan mana u baahnid caymis si lagu tallaalo.
- Tallaalka KOFID-19 ma keeno dhalmo la'aan.

## Sida ilmahaaga loo tallaalo

- Ballamaha ka hubi dhaqtarka caruurta ama kan qoyska ee jooga rugta caafimaadka.
- Booqo [mn.gov/vaxforkids](https://mn.gov/vaxforkids) si aad u heshid ulana xiriirtid daryeel bixiyayaasha ama farmashiistayaasha kuu dhow, oo ay ku jiraan:
  - ◊ Rugaha caafimaadka ee dhaqtarka cauurta iyo kan qoyska, daryeel bixiyayaasha asaasiga ah, xaruma caafimaad ee federaalka aqoonsan yahay, wakaaladaha caafimaadka ee maxalig ah, wakaaladaha caafimaadka ee qabiilka, wakaaladaha caafimaadka ee gobolka iyo rugaha caafimaad, iyo xarumaha bixiya adeegyada caafimaad ee Hindida.
- La soco tallalada ay bixiyaan rugaha caafimaad ee ku dhex yaal iskuulada iyo xarumaha caafimaad ee aagaaga.

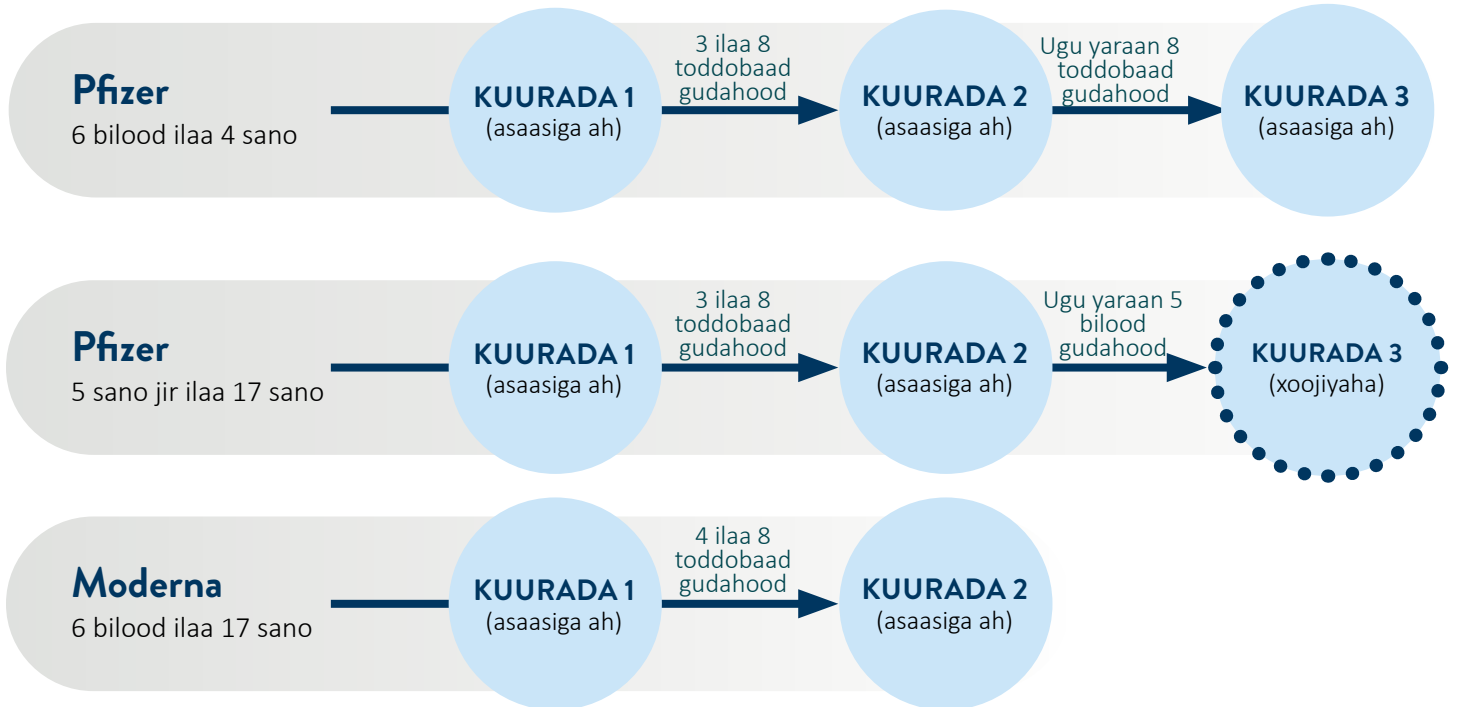
## Tallaalka La heli karo

Waxaa jira laba tallaalka oo KOFID-19 ah oo la heli karo: Pfizer iyo Moderna. Xarunta ka hortagga cudurada ee CDC kuma talinayso in midkood midka kale ka fiican yahay. Tallaalka kasta wuxuu ka difaacaa caruurta da'da yar in ay aad ula xanuunsadaan cudurka KOFID-19. Xarun kasta ee dadka lagu tallaalo lagama heli karo tallaalka walba. Muhiimadu waxaa weeye in ballamaha caruurta aysan ku dhaafin si aad ilmahaaga u tallaashid.



# Kuurooyinka Tallalka KOFID-19 iyo waqtiga u dhaxeeya kuurooyinka

- Kuurada tallaalka iyo inta xabo uu qaadanayo ilmahaaga waxay ku xirantahay da'diisa.
- Tallaalka caruurta da'doodu ay ka bilaabto 6 bilood ilaa 11 sano waa kuurooyin yar marka loo firsho tallaalka dadka waa wayn iyo caruurta da'doodu wayntahay ay qaataan. Tirada kuurooyinka tallaalka waxay ku salaysan tahay da'da ilmaha, kuma salaysna miisaankooda iyo cabirkooda.
- Caruurta waa in ay qaataan kuurooyin tallaalka oo isku nooc ah dhammaan tallaalkada asaasiga ah ee taxanaha ah. Tallaalka asaasiga ah waxaa loola jeedaa lambarka kuurooyinka ee tallaalka gaarka ah ee uu qofka u baahan yahay. Kuma jiraan tallaalka xoojiyaha.
- Waa muhiim in la qaato dhammaan kuurooyinka tallaalkada lagu taliyey si aad u hesho difaac fiican. Caruuta 5 jirka ah iyo kuwa wayn kuwaas oo qaatay tallaalka Pfizer waa in ay qaataan kuurada xoojiyaha. Ilmaha qaata tallaalka Moderna laguma talinayo in ay xoojiyaha qaataan xiligaan.



Daryeel bixiyahaaga caafimaad ee ilmahaaga ayaad ka helaysaa xog dheeri ah wuxuuna kaa caawin karaa in aad samaysatid jadwal ku saabsan dhamaan kuurooyinka lagu taliyey kolka aad qaadanayso kuurada koowaad.

Caruurta jir difaacooda uu liito (difaaca jirka oo daciifa) waxaa la siinayaa tallooyin kala duwan. Waalidka iyo masuuliyiinta waa in ay la hadlaan daryeel bixiyaha caafimaadka ee ilmahooda.

Wixii faah faahin dheeri ah ee la xiriira kuurooyinka, dib u fiiri [CDC: At-A-Glance COVID-19 Vaccination Schedules \(www.cdc.gov/vaccines/covid-19/downloads/covid-19-vacc-schedule-at-a-glance-508.pdf\)](https://www.cdc.gov/vaccines/covid-19/downloads/covid-19-vacc-schedule-at-a-glance-508.pdf) si aad u ogaato kuurooyinka tallaalka KOFID-19 ee lagu taliyey iyada oo ku salaysan nooca tallaalka iyo da'da.

