



MiMi

**Das Gesundheitsprojekt
Mit Migranten für Migranten
in Bayern**

somali



Macluumaadka korona ee luqadaha kala duwan ee Bayern

Warbixin Afaf kala duwan
Multilingual information

**Ethno-
Medizinisches
Zentrum e.V.**



Maalgeliyay:

Bayerisches Staatsministerium für
Gesundheit und Pflege



Taageerida:



Tusmo

Doorka macluumaadka la isku halayn karo xiliga Korona-ha	2
Caabuqa SARS-CoV-2	3
Isu gudbinta iyo talaabooyinka ka hortaga	4
Af-xirada iyo isticmaalkooda	5
Astaamaha caabuqa SARS-CoV-2	5
Baaritaanka Koroonaha	6
Baaritaanka suuragalka ah	7
Fursadaha dawaynta	7
Tallaalka COVID-19 (talaalada aasaasiga ah)	8
Tallaalka xoojinta COVID-19	10
Macluumaadka gelitaanka Jamhuuriyadda Federaalka ee Jarmalka	11
Ilaha kale ee macluumaadka	12
Daabacay	13

Doorka macluumaadka la isku halayn karo xiliga Korona-ha

Faafida Koronuhu wuxuu si joogta ah u beddelay nolol maalmeedkeenu, welina saamayn ayuu ku hayaa. Hadaba si aanu u ilaalino nafteena, qoysaskeena iyo dhammaan muwaadiniinta kale, waxaan u baahanahay xog caafimaad oo isku halayn iyo fahamba leh.

Marxaladda masiibadan ayaa ah mid si joogto ah isu beddelaysa. Maamulka u xilsaaran, machadyada cilmi-baarista, hay'adaha caafimaadka, warbaahinta iyo siyaasadda ayaa dadaal ugu jira, sidii ay bulshada u wargelin lahaayeen, balse, waxaa adkaan kara, in la helo macluumaadka markaa loo baahan yahay. Xiliyada noocan ee xasaasiga ah, waxaa dadka ku dhaca kalsooni darro, waxayna isku dayaan, sidii ay siyaabo kala duwan ugu helilahaayeen xogo dheeri ah. Nasiib darro, inta badan waxay warbixino khaldan kala kulmaan baraha bulshada, kuwaasi oo hubanti la'aan geliya.

Maadaama aan macluumaadka lagu heli karin dhammaan luqadaha loo baahan yahay, waxaanu ururinay xogta muhiimada u leh dadka muhaajiriinta ah ee ku nool gobolka Bayern. Xogihii u dambayay iyo tafaasiil dheeri ah, waxaanu ku lifaaqay mareegaha ilo-wareedyo lagu kalsoon yahay ee ku xusan qormooyinka soo socda.

Caabuqa SARS-CoV-2

SARS-CoV-2 waa caabuq Korona nooc cusub oo tan iyo horaantii 2020-kii ku faafay adduunka oo dhan. loona aqoonsaday inuu yahay sababta cudurka COVID-19. Caabuqyo la mid ah 'coronaviruses' ayaa hore u sababay cudurrada culus oo ku dhaca neef-mareenka bini'aadamka, kuwaas oo si degdeg ah u faafa (MERS/Middle East Respiratory Syndrome, SARS/Severe Acute Respiratory Syndrome). Natiijooyin cilmi-baaris ayaa sheegaya in caabuqyadi ay mar uun ka soo gudbeen xayawaanka duurjoogta ah – "martigalyayashoodii" hore – una soo talaabeen dadka.

Hadba ka sii darida faafitaanka caabuqa ayaa inta badan sabab u ah, is dhalan-roga hidde-raaciisii oo kordha, taas oo keenta noocyo cusub. Noocyada SARS-CoV-2, ayaa lagu suntay xarfo afka Giriiga ah.

Dadka da'da ah iyo kuwa hore cudurrada u qabay ayaa halis dheeraad ah kala kulmi kara cudurkan, balse dadka da'da yar ayaa sidoo kale waxa ku dhici kara oof-wareen sababa neefta oo qabata, taas oo ay lagama maarmaan ka dhigaysa, in isbitaal lagu dabiibo. Inkasta oo qayb ka mid bukaanadan helaan dawayn degdeg ah, hadana qaybtood ayaa u dhinta COVID-19. Tani maaha mid murugo ku reebta dadka uu saameeyay iyo eheladooda. Balse mar kasta oo uu caabuqu sii faafo, waxaa culays la kulmaya hanaanka caafimaadka amaba gaara xaaladda ugu qalafsan: bukaannada kale ayaan markaa heli karin daryeelkii ay mudnaayeen. Xaaladahan ayaa loogu talagalay in lagu xakameeyo – tallaabooyinka kala duwan – sida af-xirka waajibka ah, tallaalada ilaa iyo xayiraad „Lockdown“.

Iyadoo aan loo eegayn culayska uu cudurka COVID-19 leeyahay wuxuu horseedi kara cawaaqib xun ee mustaqbalka fog iyo mid sii daba dheeraada (kaasi oo loogu magacdaray ereyga Long-COVID ama Post-COVID): tusaale ahaan, xubnaha jirka oo uu khalkhaliyo, dareen guud oo jirro, daal, khalkhal ku yimaada xusuusta ama daal joogto ah. Bukaaniifka qaarkood ayay ku adakaataa amaba la qabsan waaya nolol maalmeedkooda.

Haddii aad weli la il daran tahay caafimaad xumo sii jiidanta, ka dib infekshanka, la xiriir dhakhtarkaaga gaarka ah. Waxaa jira talooyin kala duwan oo loogu talagalay dadka qaba Long -ama Post-COVID. Xog intaasi dheer waxaa tusaale ahaan laga heli karaa, mareegahan:

<https://www.infektionsschutz.de/coronavirus/basisinformationen/long-covid-langzeitfolgen-von-covid-19/#c16099>

<https://www.stmgp.bayern.de/coronavirus/post-covid/>

Wixii faahfaahin intaasi dheer iyo marxaladaha u dambeeyay oo ku qoran luqado kala duwan, waxaa laga heli karaa mareegaha soo socda:

integrationsbeauftragte.bayern.de/downloads/

mimi.bayern/index.php/muenchen-corona-alltag

integrationsbeauftragte.de/ib-de/staatsministerin/corona

zusammengegencorona.de

Isu gudbinta iyo talaabooyinka ka hortaga

Caabuqa Karoona-ha SARS-CoV-2 waxaa lagu kala qaadaa neefsasho (gaar ahaan hadalka ama heesta) neefta qoyan (Aerosole) iyo dhibcaha yaryar (tusaale hindhisada ama qufaca). Maadaama neefta qoyan ee qol ku jirta ay saacado dhowr ah gudahood sii faafin karto caabuqa, waxay dadka kale caabuqa ku qaadi karaan, marka ay qaataan neeftii qoyanayd. Caabuqyada ayaa sidoo kale lagu kala qaadaa oogada oo gacmuhu ay gaarsiinayaan wejigana sidaana u gudbinayaan.

Xeerarka nadaafadda guud (**AHA+L+A**) ayaa lagu hakin karaa qaabka is qaabsiinta:

(**Abstand**) Fogaanta: Suurtagalnimada isu gudbinta ayaa yaraysaa, marka dadku kala fogaadaan ugu yaraan 1.5 mitir.

(**Hygiene**) Nadaafadda: Gacmo dhiqid joogto ah ee saabuuntu waxay dishaa fayruska maqaarka.

(**Maske im Alltag**) Afxirka joogtada ah: daboolida quman ee afka iyo sanko ee af-xirka caafimaadka/ Af-xirka aan shaandhayaha lahayn, waxay ka hortagtaa sii daynta ama qaadashada neefta qoyan iyo dhibcaha

(**Lüften**) Hawo u furida: Hawo u furida joogtada ah ee qolalka xiran waxay yaraysaa ururida neefta iyo dhibcaha faafaya.

App-ka: Isticmaalka app-ka digniinta Koronaha ee taleefannada casriga ahi waxay bulshada ka caawiyaan jebinta silsilada caabuqa. Waxaana si bilaash ah looga la degi karaa App Store-ka iyo Google Play-ga.

Xeerarkan aasaasiga ah ka sokow, Xeerar dheeraad ah ayay gobollada dalka ee federaalku leeyihiin.

Xeerarka hadda jira ee Xeerka Tallaabooyinka Ilaalinta Caabuqa ee Bayern ayaa lagu heli karaa luqado kala duwan.

stmgp.bayern.de/coronavirus/rechtsgrundlagen

Af-xirada iyo isticmaalkooda

Daboolida quman ee afka iyo sanko, ee afxirka caafimaadka/Af-xirka aan shaandhayaha lahayn, waxay ilaalinaysaa gudbinta caabuqa Karoonaha ee la isugu gudbiyo neefta iyo dhibcaha. Meelo badan oo goobaha dadweynuhu isugu yimaado ayaa waxa ka dhaqangalay xeerka hadda jira ee waajibka ka dhigaya af-xirka. Af-xir maalmoodka ka samaysan dharka ayaan hadda lagu talinayn, waxa kaliya hadda la oggol yahay waa af-xiro gaar ah.

Af-xirka caafimaadka ("af-xir qalliin"): Af-xiradan ayaa ugu horreyntii ilaalinaya dhibcaha caabuqa ee qofka kaa soo horjeeda, marka uu af-xirku si wacan wejiga ugu xiranyahay, wuxuu si xadidan u ilaaliyaa qofka xiran. Af-xirka caafimaadka waa shay hal mar la isticmaalo oo buuxiyay shuruudaha sharciga ah, waa haddi ay sitaan calaamada CE. Isla marka ay qooyaana, waxay lumiyaan saameyntooda ilaalinta waana in la beddelaa.



Af-xirka walxaha sifeeya (af-xirada heerarka FFP2, FFP3 iyo KN95/N95): Af-xiradani waxay ka ilaalinayaan walxaha, dhibcaha iyo sidoo kale neefaha. Waxaa la heli karaa iyaga oo dhuun leh ama aan lahayn. Kuwa dhuun la'aanta ah, marka si sax ah loo xirto (wejiga ku dhow), waxay ilaalinayaan qofka xiran iyo dadka agagaarka jooga labadaba. Dhuuntu waxay ogolaataa in hawadu ka baxdo iyada oo aan sifaysan. Af-xirka leh dhuunta ayaa ilaaliyaa qofka xiran, laakiin wuxuu halis geliyaa kuwa kale: Tani waa sababta kuwa xirta af-xirka ay u buuxin waayaan shuruudaha looga baahan yahay af-xirashada.

Dhammaan af-xiradu waa inay u dhow yihiin wejiga. Waxaad u baahan tahay inaad daboosho sanko iyo afka, si ay, si ku filan u xafidaan. Haddii xaalado caafimaad ay kugu adkeeyaan inaad isticmaasho af-xirka, waxa fiican inaad raadsato talo caafimaad.

Astaamaha caabuqa SARS-CoV-2

Qaadida caabuqa iyo soo ifbixidda astaamaha cudurka nooca hada socda ee omicron, waxaa mudo celcelis ahaan u dhexeeya saddex cisho. Ugu badnaan waa 14 maalmood. Balse dadka cudurku ku dhaco ayaa hore u qaabsiin kara, inta aanu soo ifbixin astaamaha cudurku. Dhamaan dadka uu SARS-CoV-2 ku dhaco, ma wada bukoodaan.

Calaamadaha ugu caansani waa qufac, duuf, qandho, luminta urta iyo dhadhanka. Madax xanuun iyo jir xanuun, daal, cune xanuun, calool xanuun, lallabbo, matag iyo shuban ayaa sidoo kale iman kara.

Haddii aad aqoonsato calaamadaha cudurka COVID-19 ama aad xiriir la yeelatay qof cudurka qaba, iska ilaali inaad la xiriirto dadka kale ee guriga kugu la nool (**karantiil**). Fadlan ha tagin rugaha caafimaadka adigoon ballan hore u qabsan. Wac dhakhtarkaaga guud ama adeegga wacitaanka ee caafimaadka. Waxa la gala xiriiri karaa meel kasta oo Jarmalka ah wakhti kasta 116 117. Xaalad degdeg ah, wac 112.

Baaritaanka Koroonaha

Waxaa jira habab kala duwan oo lagu ogaado in qofka uu ku dhacay SARS-CoV 2 iyo in kale. Warbixintan ayaa kuu soo bandhigaysa labada hab ee inta badan la isticmaalo.

Baaritaanka **antigen-ka ee degdega ah** waxaa lagu ogaadaa, in qaybo ka mid ah (barotiinnada) fayraska jirka laga heli karo. Waxaana xub-axaleedka sanku gudahiisa la mariyaa ul suuf leh, ka dibna walxahaas ayaa laga baaraa SARS-CoV-2-antigen. Baaritaanka Antigen-ka ayaa degdeg ah, waxaana lagu samayn karaa shaybaar la'aan, balse natiijadu ma aha mid boqolkiiba boqol ah. Waxa kale oo jira kala duwanaansho tayada baaritaanka, taasi oo ku xiran hadba soo saaraha. Machadka Paul Ehrlich ayaa si joogto ah u cusbooneysiisay liiskiisa baaritaanka antigen-ka

https://www.pei.de/DE/newsroom/dossier/coronavirus/coronavirus-inhalt.html;jsessionid=588CBB6CF0B0E096A1D596D1788FA8AC.intranet231?nn=169730&cms_pos=8

Sarraynta (ugu badnaan 100%) qiimaha Cq ee halkaas lagu qiimeeyay, ayaa kor u qaadaysa tayada baaritaanka. Cq \leq 25 waa in uu ahaado 100% Cq 25 – 30 waa inuu ahaadaa mid aad u sarreeya.

Natiijada taban "negative" ah, kaliya waxay xaqiijinaysaa, sida aqlabiga ah, in qofku aanu wakhtiga baarista faafinayn cudurka, markaa waxa yar khatarta ah in qof kale uu qaadsiiyo saacadaha soo socda. Si kastaba ha ahaatee, khatartu ma aha mid eber ah. Waxa kale oo suurogal ah in qofku uu hore u qaaday, balse aanay weli fayrisyo badan soo saarin, kuwaas oo baaritaanka degdega ah lagu ogaan karo ama inuu hore uga gudubay caabuqu. Sidaa darteed, tillaabooyinka is ilaalinta (Xeerarka-AHA+L+ A) ayaa ah, in wali lagu dhaqmo xitaa haddii natiijada baaritaanka antigen-ka ay boosatiif noqoto. Marka natiijada baaritaanka antigen-ku ay noqoto "positive", xaqiijinta baaritaanka PCR-ka ayaa lagama maarmaan ah.



Baaritaanka PCR (Polymerase Chain Reaction/ Polymerase Chain Reaction) waxay muujinaysaa, inuu jiro hidde-sideyaasha fayrasku. Wuu ka xoog badan yahay, waana loogana kalsoon yahay baaritaanka antigen-ka, sidaa awgeed ayaa loogu isticmaalaa baaritaankan qaab xaqiijin ah. Baaritaanka – PCR iyo –baarista deg dega ah – ayaa qaab masaxid laga soo qaadaa sanku ama cunaha ka dibna waxaa lagu baaraa shaybaar. Helitaanka natiijada ayaa sida caadiga ah maalin ama laba qaadata. Baaritaankani waa mid aad loogu kalsoonaan karo oo heerkiisu ugu sarreeyo.

Waxaa muhiim ah in la ogaado: Guud ahaan, natiijada baaritaanka togan "positive" ah, macnaheedu maaha in qofku eed ku leeyahay caabuqa: Inkasta oo tallaabooyinka taxadarku ay xaddidi karaan faafitaanka fayraska, ayna yareeyaan khatarta caabuqa, balse si buuxda uga ma hortegi karaan.

Baaritaanka suuragalka ah

Dhammaan muwaadiniintu waxay xiligan heli karaan ugu yaraan hal baaritaan oo nooca antigen degdeg oo bilaash ah, todobaadkii hal mar.

Baaritaanka ayaa sidoo kale laga heli karaa xarumaha baarista iyo farmashiyayaasha. Baaritaanka waxaa qaadaya shaqaale u tababaran, wuxuuna soo saaraa shahaado natiijo qoraal ama dhijitaal ah. Natiijada baaritaanka antigen-ka taban "negative", waxay jiraysaa ugu badnaan 24 saacadood iyada oo leh ujeedo rasmi ah oo kaliya.

Baaritaanka antigen-ka degdega ah ayaa sidoo kale laga heli karaa is-baarid ahaan farmashiyada, dukaamada daawada iyo dukaamada tafaariiqda. Si kastaba, natiijada is-baarida ayaan badanaa si rasmi ah loo aqoonsanayn. Is-baarida ayaa ku siin karta kalsooni dheeri ah xiliga booqashooyinka gaarka ah, kolka qof walba oo booqashada ku lug lehi, wax yar ka hor uu is baaro.

Si looga hortago caabuqa goobta shaqada, shaqo-bixiyayaashu ayaa qeexaya tillaabooyinka ka hortagga caabuqa ee goobta shaqada. Tallaabooyinka aasaasiga ah waxaa ka mid ah, ilaalinta masaafada ugu yar, hawo-qaadista gudaha qolalka, xirashada af-xidhka iyo joogtaynta bixinta baaritaanada (Baaritaanka degdega ah ama iskaa-isu baarista) ee shaqaalaha aan guriga oo keliya ku shaqayn. Tillaabooyinka ku haboon ee looga hirgelinayo goobta shaqada ayaa waxaa go'aamiya shaqo-bixiyaha.

Heerarka natiijooyinka baaritaanka khaldama ee baaritaannada antigen-ka iyo baaritaanada degdega ah ayaa badan. Sidaa awgeed, waa in had

iyo jeer la sameeyaa baaritaanka PCR, ka dib markii laga helo antigen-ka togan "positive", ee degdega ah ama natiijada is-baarida.

Baaritaanada PCR waxaa qaada shaqaalaha xirfadlayaasha ah ee xarumaha caafimaadka iyo kuwa baaritaanka. Halkan, waxaad sidoo kale, laga heli karaa shahaado qoraal ah ama mid dhijitaal ah ee natiijada, kuwaas oo ansax ku noqonaya ujeedooyinka rasmi ah.

Dhammaan natiijooyinka baaritaanka togan "positive" (marka laga reebo is-isbaaritaanka) waxaa la wargelinayaa waaxda caafimaadka ee u xilsaaran, si ay u qaadata tallaabooyinka ilaalinta caabuqa ee lagama maarmaanka ah. Si loo ilaaliyo dadka kale, waa muhiim inaad geliso natiijada togan barnaamijka digniinta Korona-ha ee taleefankaaga casriga ah. Markaa ayaa dadka aad u dhowaatay ay helayaan talobixin is baarid.

Dhammaan dadka natiijada togan "positive" ka hela is-baarista fayriska Koroona, waxaa waajib ku ah: Inay isla markaaba gooni isu taagtaan oo ay iska ilaaliyaan xiriirka dadka kale, sida ugu macquulsan, sababtoo ah waxaa jira tuhun ah inuu dadka qaadiin karo. Haddii aadan gurigaaga ku samayn baaritaanka, toos u aad gurigaaga. Sidoo kale, dhawr fogaanta iyo xeerarka nadaafadda. Samayso balan baaritaanka PCR adiga oo u maraya dhakhtarkaaga, adeegga wacitaanka ee Ururka Caymiska Dhakhaatiirta Caafimaadka ee 116 117 ama waaxda caafimaadka, si loo xaqiijiyo natiijada baaritaanka. Waxa kale oo aad halkaa ka heli doontaa dhammaan macluumaadka ku saabsan tillaabooyinka xiga.

Fursadaha dawaynta

Dadka khatarta ugu jira saamaynta culus ee COVID-19, waxay dalka Jarmalka ka helikaraan dawooyin loogu talagalay la taacaalida xili hore ee COVID-19, kuwaas oo ka hortegaya kor u kaca fayraska ee jirka. Waxa loogu yeero unugyada difaaca jirka ee monoclonal, kuwaas oo lagu siiyo xarumaha caafimaadka ama isbitaalada faleebo ama duritaan

ahaan, iyo dawaynta fayraska ee ka dhanka ah COVID-19 ee afka, gurigana lagu qaadan karo. Waxaa muhiim ah, in dawaynta la bilaabo sida ugu dhakhsaha badan ee suurtoogalka ah, baaritaanka ka dib, badanaa 5 maalmood ee ugu horreeya ka dib bilawga astaamaha.

Tallaalka COVID-19 (talaalada aasaasiga ah)

Xadidaada noloshu guud iyo tan gaarka ah, sida xannibaadaha xiriirka iyo xayiraadda isu socodka ayaa ah tallaabooyin muddo gaaban ku siman. Waxayna waxtar u yihiin xadidaada faafida fayraska, ka ilaalinta hanaanka caafimaadka culeys xad-dhaafka ah iyo ka hortagga geerida. Hadafka fog, wuxuu yahay, in SARS-CoV-2 aanu u faafin si xakameyn la'aan ah iyo in COVID-19 aanu markaa yeelan cawaaqib xumo. Waxaana taa lagu hanan karaa tallaalada.

Tallaalada ka dhanka ah COVID-19 ee la sameeyay ilaa hadda, waxaa si gaar ah loogu talagalay in looga hortago cudurrada halista ah ee dilaaga ah. Waxay sidoo kale yareeyaan male ahaan u gudbinta caabuqa ee dadka kale, balse ma baajin karaan. Afarta tallaal ee COVID-19 ayaa xiligan laga oqoonsanyahay dalka Jarmalka, kuwaas oo loogu magacdaray soo saarayaashooda:

- Comirnaty® (BioNTech/Pfizer, Tallaalka aasaasiga ah laba qasac oo tallaal ah, mudo u dhaxaysa 3 ilaa 6 toddobaad, laga bilaabo 12 sano jir); carruurta laga bilaabo 5 sano jirka ah ee hore cudurro u qabay ama xiriira leh, dadka khatarta ugu jira, ama, haddii la rabo talobixin dhakhtar ka dib, laba qasac oo tallaal da'ahaan ku habboon, ayay qaadanayaan mudo u dhaxaysa 3 ilaa 6 toddobaad: carruurta caafimaadka qabta ee da'doodu u dhaxayso 5 iyo 11 sano hal qiyaas oo tallaalka da'da ku habboon)
- Spikevax® (Moderna, Tallaalka aasaasiga ah: laba qasac oo tallaal ah, mudo u dhaxaysa 4 ilaa 6 toddobaad, waxaa lagu taliyaa da'da 30 jir iyo ka weyn)
- Vaxzevria® (AstraZeneca, waxaa la ogolaaday laba qasac oo tallaal ah mudo u dhaxaysa 4 ilaa 12 toddobaad, waxaa lagu taliyaa da'da 60 jir iyo ka weyn; tallaalka labaad ayaa halkii Vaxzevria® mRNA ayaa hadda lagu talinayaa talaalka-mRNA.



- Jcovden® (Johnson & Johnson, hal qasac oo tallaal ah ayaa lagu talinayaa, laga bilaabo da'da 60 jir iyo ka weyn; dadka si fudud looga tallaalay Jcovden®, si loo adkeeyo talaalka aasaasiga ah, waxaa lagu la talinayaa tallaallada mRNA 4 toddobaad kadib tallaalka)
- Nuvaxovid®-ka shirkadda dawooyinka ee Maraykanka (Tallaalka aasaasiga ah: laba qiyaasood oo tallaal ah ugu yaraan 3 toddobaad ayaa u dhexeeya; waxaa lagu la talinayaa laga bilaabo da'da 18, ma aha haweenka uurka leh ama nuujinaya) Diyaarintan hadda waxa loo oggolaaday oo keliya tallaallada aasaasiga ah, ee looma oggola tallaallada xoojina ah.

Comirnaty® (BioNTech/Pfizer) iyo Spikevax® (Moderna) waa tallaalada mRNA. Tallaalku ma sido fayraska, balse waa naqshadda (mRNA) qayb ka mid ah qolofkeeda (Spikeprotein) ee unugyada jirka. Kuwan ayaa markaa dhaliya borotiinka taranka muddo gaaban. Hanaanka difaaca ayaa markasi u aqoonsada shisheeye, waxayna sameeyaan unugyada is difaaca jirka iyo unugyada ka hortaga si ay isu difaacaan. Haddii qofka la tallaalay uu mar dambe taabto fayraska dhabta ah ee SARS-CoV-2, habka difaaca jirku wuxuu aqoonsanayaa oogada borotiinka, wuxuuna isla markiiba fayraska kula dagaallami karaa difaacii jirka ee hore u jiray iyo in xaddi badan oo ka hortaga ah uu si dhakhso ah u soo saaro. Tani waxay ka dhigaysaa caabuqa heerkiisu daranyahay mid sahlanaada.

Warbixin qeexaysa tallaalka COVID-19 (talaalka mRNA) oo ku qoran in ka badan 20 luqadood: [rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/COVID-19-Aufklaerungsbogen-Tab.html](https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/COVID-19-Aufklaerungsbogen-Tab.html)

Tallaalka Novavax (Nuvavoxid®), dhanka kale, waxa uu ka kooban yahay borotiino shaybaar-sameeyey oo u diyaarsan in la isticmaalo kuwaas oo lagu duray cirbad ay weheliso xoog-qaade. Borotiinnadaan waxaa aqoonsanaya habka difaaca jirka ee goobta tallaalka iyo sameynta unugyada difaaca jirka oo kacaya. Hanaankan ayaa sanado badan hore loogu isticmaalayey talaalka hargabka.

Buug-yaraha macluumaadka tallaalka COVID-19 (tallaalka borotiinka ku saleysan) oo ku qoran in ka badan 20 luqadood:
www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/COVID-19-Proteinimpfstoff-Tab.html

Talaalka Vaxzevria® ee AstraZeneca iyo Janssen® ee Johnson & Johnson waa tallaallo side ah. Sidoo kale ma sido fayraska Konona-ha, balse wuxuu sidaa walxaha hidda-sidaha ee borotiinka oogadiisa. Soo saarayaasha tallaaladan waxay hab gaadiid ahaan (vector) u adeegsadaan fayras aan waxyeello u lahayn bini'aadamka, aana faafi karin. Sidoo kale, unugyadeenna jirka ayaa soo saaraya borotiinka taranka muddo gaaban. Nidaamka difaaca jirka ayaa markaa diyaarinaya unugyada difaaca jirka ee ku haboon, ka hortaga SARS-CoV-2.

Warbixin qeexaysa tallaalka COVID (Vektorimpfstoff) oo ku qoran in ka badan 20 luqadood:
rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/COVID-19-Vektorimpfstoff-Tab.html

Muhiim: Tallaalka borotiinka ku salaysan ee Novavax, sida mRNA iyo tallaalada vector, kuma jiraan qaybo tarmaya oo ah fayraska SARS-CoV-2. Tallaalkan cusub ee COVID-19 sidaas darteed waa tallaalka aan firfircoonayn.

Jarmalka, Machadka Paul Ehrlich (PEI) ayaa si joogto ah u la socda badbaadada, waxtarka iyo muddada ilaalinta tallaallada la isticmaalayo. Guddiga Tallaalka Joogtada ah (STIKO) ee Machadka Robert Koch (RKI) wuxuu dalka Jarmalka ka soo saara talooyinka tallaalka joogtada oo la cusboonaysiiyay, kaasoo nidaamka caafimaadka maxalliga ahi uu tixraaco.

Sida dhammaan tallaallada kale, falcelinta tallaalka iyo waxyeellooyinka suurtagalka ah. Cabashooyinka ayaa badanaa soo if baxa saacado iyo maalmo gudahood, waana naadir inay sii jiraan wax ka badan saddex maalmood. Dareen-celinta ugu badan ayaa ah xanuunka goobta la duray. Kuwo kale ayaa ah daal, madax-xanuun, qarqaryo iyo qandho. Haddii calaamaduhu ay sii jiraan in ka badan saddex maalmood, waa inaad raadsataa talo caafimaad. Waxyeellooyinka halista ah, sida falcelin xasaasiyadd, curyaanimada wejiga (weji qalal) iyo xinjirowga ama cilladaha xinjiraha dhiiga ayaa aad dhif iyo naadir u ah.

Sababta loogu taliyay dadka da'da "laga bilaabo 60 sano" inay qaataan tallaalada AstraZeneca iyo Johnson & Johnson ayaa dhif ah, balse waxyeellooyin halis ah leh (xididdada maskaxda oo xinjiraysta). Dadka la tallaalay ee ka yar 60 sano. Dadka da'doodu ka yar tahay 60 jir waxay dhakhaatiirtooda ka heli karaan macluumaad dhammaystiran oo ku saabsan khatartan, wayna qaadan karaan tallaaladan marka ay ogaadaan khatarta shakhsi ahaaneed ayna si cad u oggolaadaan.

Tallaalka xoojinta COVID-19

STIKO waxay ku talinaysaa guud ahaan dadka da'doodu ka weyn tahay 12 sano, qaadashada tallaalka xoojinta COVID, laga bilaabo dhamaysiga 3 bilood, ka dib tallaalka aasaasiga ah.

Tallaalka xoojiyaha waa in la qaataa tallaalka mRNA. Waa in dhammaan dadka da'doodu ka yar tahay 30 sano iyo kuwa uurka leh si gaar ah loo siiyaa tallaalka Comirnaty®.

Dadka ka weyn da'da 30, labadaba tallaalka ee mRNA ee hadda jira (Comirnaty® iyo Spikevax®) ayaa loo arkaa inay xoojinta tallaalkooda ku habboon yihiin.

Tallaalka xoojinta ee COVID-19 ayaa sidoo kale waxaa qaadan kara haweenka leh uurka leh laga bilaabo toddobaadka 13-aad iyo dadka ka wayn 12 sano, kuwaas oo uu hore ugu dhacay caabuqa SARS-CoV-2. Kadibna qaatay hal qasac oo tallaalka ah.

Tallaalka labaad oo xoojinaya ayaa la gula talinayaa dadka sida gaar ah caafimaadkoodu khatarta ugu jiro (dadka da'doodu tahay 70 iyo wixii ka weyn, dadka la hayo iyo kuwa lagu xannaaneeyo xarumaha, dadka difaaca jirkoodu yar yahay laga bilaabo da'da 5 jir) iyo shaqaalaha kalkaalinta iyo xarumaha caafimaadka. Dadka noocaas ah ee khatarta ku ah caafimaadka, tallaalka xoojiye ee labaad ayaa la gula talinayaa ugu dambayn 3 bilood ka dib tallaalka xoojiye ee ugu horreeya. Shaqaalaha xarumaha caafimaadka iyo kalkaalinta waa in ay helaan tallaalka xoojiye ee labaad ugu horrayn 6 bilood ka dib tallaalka ugu horreeya.

Dadka qaatay tallaalka aasaasiga ah ee aan laga ansixin Midowga Yurub (sida CoronaVac oo ka socda Sinovac, Covilo oo ka socda Sinopharm, Covaxin oo ka socda Bharat Biotech International Ltd. ama Sputnik V oo ka socda Gamaleja) ama hore u helay xoojiye waa in lagu sii tallaalka mRNA ee ilaalinta ugu wanaagsan ee suurtogalka ah (hal tallaalka ugu yaraan 3 bilood ka dib tallaalka ugu dambeeya). Haddii infekshanku yimaado tallaalka aasaasiga ah ka dib, tallaalka waxaa la qaadankaraa 3 bilood ka dib marka ugu horeysa.

Qof kasta oo hal mar kaliya lagu tallaalkay tallaalka aan la ansixin waa inuu helaa tallaalka taxane ah oo dhammaystiran oo la oggolaaday, oo uu ku jiro xoojiye.

Macluumaadka gelitaanka Jamhuuriyadda Federaalka ee Jarmalka

Dadka soo galaya dalka Jarmalka ayaa xeerkoodu ku saleysan yahay, hadba khatarta dalalka ay ka imanayaan.

Aagagga waxaa loo aqoonsan karaa meelo fayrisyo kala duwan leh. Xaaladdan oo kale, waxaa dhaqangelaya diiwaangelin adag, caddaynta iyo sharciyada karantiilka, waxaana sidoo kale jiri kara mamnuucid galitaanka Jarmalka muddo gaaban. Wadamada ama gobolada loo aqoonsaday meelo fayraska kala duwan leh ayaa laga heli karaa mareegta RKI, oo si joogto ah loo cusboonaysiiyo: rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikogebiete_neu.html

Waajibka guud caddaynta marka la soo gelayo Jarmalka ayaa dhaqangelaya May 31, 2022.

Haddii aad dalka soo gasho, ka dib ku sugnaanshaha aag fayraska ka duwan leh, waa in aad la timaadaa natiijada baaritaanka PCR oo negatiif ah, caddaynta tallaalka, soo kabashadu markaa kuma filna. Baaritaanka antigen kuma filna. Baaritaanka PCR waa inuusan ka horayn 48 saacadood.

Qof kasta ka soo galaya wadan dibada ah ee halistiisu sarayso ama degaanada fayraska ka duwan leh ilaalinta waajibbaadka karantiilka, faahfaahin intaa dheer hoos kala soco.

Haddii aad ka soo gasho aag fayrasyo kala duwan, waxaa lagaa rabaa Caddaynta baaritaanka PCR taban (negative), tallaalka ama ka bogsashada, marka la hubinayo gaadiidka xuddudaha ka talaabaya ee imanaya dalka Jarmalka, waxaa baari kara booliiska federaalka ama maamulka u xilsaaran. Caddaynta si aan kala sooc lahayn ayaa loo baarayaa.

Haddii aad tobankii maalmood ee u dambeeyay ku sugnayd degaan halis sare leh ama degaan fayrisyo kala duwan leh, waa inaad ka hor soo gelida dalka Jarmalka dhijitaalka ahaan (DEA) is diiwaangelisaa. Diiwaangelinta gelitaankani waa foom danabaysan (elektaronik) ah oo onlayn ahaan lagu buuxinayo: einreiseanmeldung.de/#/

Intaa waxaa dheer, ka dib ku sugnaanshaha degaan kala duwanaansho fayras, waxaa dhaqangelaya waajib-karantiil. Waajibka karantiilka macnihiisu waa inaad guriga ku sugnaato asal ahaan 14 maalmood ka dib marka aad Jarmalka soo gasho. Xaaladaha qaarkood, muddada karantiilka waa la soo gaabinayaa. Waxaa jira waxyaabo ka reeban waajibbaadka karantiilka xaalado gaar ah awgeed. Wasaaradda Caafimaadka ee Federaalka ayaa macluumaadka arrintan kaa siinaysa: www.bundesgesundheitsministerium.de/service/gesetze-und-verordnungen/guv-19-lp/coronaeinreisev.html

Haddii aad ka shakisan tahay inaad qaaday cudurka 'coronavirus' (fiiri calaamadaha caabuqa SARS-CoV-2), isla markiiba iska baar (eeg baaritaanka Korona).

Ilaha kale ee macluumaadka

Guud ahaan Bayern:

Bayerisches Staatsministerium für Gesundheit und Pflege
stmgp.bayern.de/coronavirus

Bayerisches Landesamt für Gesundheit und Lebensmittelsicherheit
lgl.bayern.de/gesundheits/infektionsschutz/infektionskrankheiten_a_z/coronavirus/faq.htm

Bayerisches Staatsministerium des Innern – Ka hortaga masiibooyinaka
corona-katastrophenschutz.bayern.de

Kassenärztliche Vereinigung Bayern – Baadi-goobka dhakhtar baaritaan
<https://dienste.kvb.de/arztsuche/app/suchergebnisse.htm?hashwert=a126d5d04b692b87be6ccb3b2717826&lat=48.1351253&lng=11.5819805&zeigeKarte=true>

Integrationsbeauftragte der Bayerischen Staatsregierung – macluumaadka luqado badan
integrationsbeauftragte.bayern.de/downloads

Guud ahaan dalka:

Robert Koch-Institut (RKI) – Faafida xiligan
[rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/COVID-19-Aufklaerungsbogen-Tab.html](https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/COVID-19-Aufklaerungsbogen-Tab.html)

Robert Koch-Institut (RKI) – Macluumaadka tallaallada mRNA oo ku qoran in ka badan 20 luqadood
[rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/COVID-19-Aufklaerungsbogen-Tab.html](https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/COVID-19-Aufklaerungsbogen-Tab.html)

Robert Koch-Institut (RKI) – Macluumaadka tallaallada Vektor oo ku qoran in ka badan 20 luqadood
[rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/COVID-19-Vektorimpfstoff-Tab.html](https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/COVID-19-Vektorimpfstoff-Tab.html)

Das Auswärtige Amt – Badbaadada socotada
[auswaertiges-amt.de/de/ReiseUndSicherheit](https://www.auswaertiges-amt.de/de/ReiseUndSicherheit)

Bundesministerium für Gesundheit – Diiwaangelinta gelida
[einreiseanmeldung.de/#/](https://www.bmg.bund.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/COVID-19-Vektorimpfstoff-Tab.html)

Bundesministerium für Gesundheit – Si wada jir ah oo looga hortago Korona-ha
[zusammengegencorona.de](https://www.zusammengegencorona.de)

Integrationsbeauftragte der Bundesregierung – macluumaadka luqado badan
[integrationsbeauftragte.de/ib-de/staatsministerin/corona/coronavirus-wir-informieren-in-mehreren-sprachen-deutsch--1874222](https://www.integrationsbeauftragte.de/ib-de/staatsministerin/corona/coronavirus-wir-informieren-in-mehreren-sprachen-deutsch--1874222)

BZgA – macluumaadka luqado badan
[infektionsschutz.de/mediathek/printmaterialien/printmaterialien-zum-coronavirus.html](https://www.infektionsschutz.de/mediathek/printmaterialien/printmaterialien-zum-coronavirus.html)

Ethno-Medizinisches Zentrum e.V. – COVID Alliance Multi-Lingual-Info
[corona-ethnomed.sprachwahl.info-data.info](https://www.corona-ethnomed.sprachwahl.info-data.info)

Impressum/Daabacay

Herausgeber:

MiMi Zentrum für Integration in Bayern
Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.
Zenettiplatz 1 – 80337 München
E-Mail: bayern@mimi.eu – mimi.bayern

Gefördert durch:

Bayerisches Staatsministerium
für Gesundheit und Pflege
Haidenauplatz 1 – 81667 München
Gewerbemuseumsplatz 2 – 90403 Nürnberg
stmgp.bayern.de

Unterstützt durch:

MSD Sharp & Dohme GmbH
Levelingstraße 4a – 81673 München

Presseanfragen: bayern@mimi.eu

© 2021 Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.

Stand: 15.06.2022 | Version 003

Layout: eindruck.net, Hannover

Sprachen: Verfügbar in verschiedenen Sprachen

Übersetzungen: Dolmetscherdienst –
Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.

Abbildungen: iStock.com

Quellen:

Bayerisches Staatsministerium für
Gesundheit und Pflege, LGL, BMG, RKI, BZgA, KVB,
StMUK, StMI, StMAS, EMZ-COVID Alliance

URL-Verweise:

Für Inhalte externer Seiten, auf die hier verwiesen
wird, ist der jeweilige Anbieter verantwortlich.

Datenschutzerklärung

V.i.S.d.P.: Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.