

Kahortagga Jadeecada Safarka kahor iyo Kadib

Jadeecada waxay noqon kartaa khatar, gaar ahaan dhallaanka iyo carruurta yaryar. Jadeecada daran waxay u horseedi kartaa isbitaal jiifin iyo xitaa dhimasho.

Jadeecada ayaa wali ku badan meelo badan oo aduunka ah. Qof kasta oo aan si buuxda looga tallaalin jadeecada oo u safra caalamka halis ayuu ku jiraa.

Sida kaliya ee looga hortagi karo cudurkaan waa in la helo tallaalka jadeecada, qaamo-qashiirta, iyo rubeelada (MMR).

WAXAA LA SAMEEYO KAHOR SAFAR CAALAMKA AH

1. **La hadal dhakhtarkaaga, kalkaalisada, ama rugta caafimaadka** si aad u hubiso in qof walba laga ilaaliyo jadeecada.
2. **Qaado tallaalka ugu yaraan 2 toddobaad** ka hor intaadan bixin.
 - Dhallaanka da'doodu u dhaxayso 6 ilaa 11 bilood waa inay qaataan qiyaasta tallaalka MMR.
 - Qof kasta oo jira 12 bilood iyo ka weyn (oo ay ku jiraan dadka waaweyn) waa inuu qaataa 2 qiyaasood oo isku dar ah kahor safarka.
 - Haddii aan hore lagu tallaalin, isla markiiba qaado qiyaasta 1aad. Waxaad heli kartaa qiyaasta 2aad 28 maalmood ka dib.
 - Haddii aad hore u qaadatay 1 qiyaas, qaado qiyaasta 2aad kahor safarka.
3. Xitaa haddii safarkaagu ka yar yahay 2 toddobaad, waxaad weli heli kartaa 1 qiyaas oo ah tallaalka MMR.

WAXAA LA SAMEEYO KADIB SAFAR CAALAMKA AH

1. **Iska fiiri calaamadaha jadeecada muddo 3 toddobaad ah** ka dib markaad soo noqoto. Jadeecadu **aad bay u faaftaa** waxayna si degdeg ah ugu gudbi kartaa dadka kale.
2. **ISLA MARKIIBA wac dhakhtarka ama rugta caafimaadka haddii:**
 - a. Aad u malaynayso in adiga ama ilmahaaga aad u baylahday jadeeco.
 - b. Adiga ama ilmahaaga aad leedahay xanuun leh finan iyo qandho. U sheeg dhakhtarkaaga meesha aad u safartay, iyo haddii ilmahaagu qaatay tallaalka MMR.
3. **Iska ilaali taabashada cid haddii aad jirran tahay.** Dadku waxay faafin karaan jadeecada laga bilaabo 4 maalmood ka hor inta aysan finan soo bixin ilaa 4 maalmood ka dib marka ay finanku soo baxaan.

WAX DHEERI AH KA BARO

<https://www.cdc.gov/measles/travel/index.html>