

سوریزه

خۆت بپاریزه، خهڤکی دیکه بپاریزه

ئوهت لهبیر بیت، همرگیز درهنگ
نییه بۆئوهی پاریزراو بیت لهڤری
سوریزه، تو ههروهه خۆت له
دوو نهخۆشی دیکهش دهپاریزیت -
ملهخری و سوریزه ی نهلمانی - که
بۆیان ههیه له کهسانی گهوره
تارادهیهکی زۆر سهخت بن.

جاریکی تر بهرهم هینراوئوه لهسههر رهزامهندی
تهدروستی گشتی له نینگلتهره.

بۆ زانیاری زیاتر پهپومندهی به نۆرینگهی جی پی GP خۆتوه
بکه یاخود سهردانی ئهم مألپهره بکه: www.nhs.uk/mmr

کوتان لهڤری MMR
ئوهه تهنها بۆ منال نییه



- ژمارهیهک خه‌لک لهم ماوه‌ی‌دا له ئیر له‌ندای باکور سوریزه‌یان گرتووه. له رابوردوودا ئاستی به‌رزى ئەنجامدانی کوتان پاراستنی فەراهەم کردووه، به‌لام ئەو کەسانەى که نه‌کو‌تراون له‌بەردەم مەترسیدان و دەتوانن سوریزه‌ بگرن و ب‌لاوى بکەنەوه.

- سوریزه‌ به‌هۆى فایرۆسێکه‌وه تووشی خه‌لک ده‌بیت که زۆر به‌زووی ده‌ته‌نیته‌وه و ده‌بیته هۆى لیرکردن و تابه‌کی به‌ر ز. ئەوه هه‌روه‌ها بۆى هه‌یه زۆر سه‌خت بێت. کەسانی گه‌وره ئەگه‌رى ئەوه‌یان هه‌یه که له منال نه‌خۆشتر بن و ماوه‌یه‌کی دووردریزتریش بخایه‌نیت. کەسێک که سوریزه‌ى هه‌یه به‌شێوه‌یه‌کی ئاسایی ده‌بیت ماوه‌ى پینچ رۆژ له جیگه‌دا به‌مێنیته‌وه و بۆ ماوه‌ى 10 رۆژیش نه‌چیت بۆ خویندنگه‌ یاخود کار کەسانی گه‌وره هه‌روه‌ها زیاتر ده‌که‌ونه به‌ر مەترسی ئالۆزکاری.

- ئالۆزکاریه‌کان بۆ سوریزه‌ ده‌کریت ئەمانه بگرنه‌وه هه‌وکردنی گوێ و سنگ، بورانه‌وه، سه‌چوون، ئینسێفه‌لاینس (هه‌وکردنی مێشک) و زیانگه‌بێستن به‌ مێشک. ده‌وربه‌رى 1 له 2500 بۆ 1 له 5000 کەس که سوریزه‌یانه ئەگه‌رى ئەوه‌یان هه‌یه به‌مرن.

- سوریزه‌ زۆر به‌ زووی ده‌ته‌نیته‌وه کۆکه‌یه‌ک یاخود - پز مه‌یه‌ک بۆى هه‌یه فایرۆسى سوریزه‌ به‌ ناوچه‌یه‌کی فراواندا ب‌لاو بکاته‌وه. ئەگه‌ر تو ئەو فایرۆسه‌ت به‌ر بکه‌وێت و پاریزراو نه‌بیت، ئەگه‌رى ئەوه هه‌یه که تو تووشی ئەو نه‌خۆشیه‌ ببه‌یت.

- تو مەترسیه‌کی زیاترت له‌سه‌ره ئەگه‌ر به‌ دوو ژهمی کوتانی دژی سوریزه‌ و مله‌خه‌رى و سوریزه‌ى ئەلمانی MMR نه‌کو‌ترابه‌یت.

- ئەگه‌ر تو یه‌کیک یان هه‌ردوو کوتانی MMR ت فەوتاهه‌ په‌وه‌ندی به‌ نۆرینگه‌ى جی پی GP خۆته‌وه بکه‌ بۆ دانانی دیداریک.

- به‌وه‌ى که بکو‌تریه‌یت تو نه‌ک ته‌نها خۆت ده‌پاریزیت به‌لکو هه‌روه‌ها ئەو کەسانه‌ش ده‌پاریزیت، به‌تایبه‌تى منال، که ناتوانریت کوتانی MMR یان بۆ بکریت به‌هۆى ئەوه‌وه که زۆر منالن یاخود نه‌خۆشیه‌کیان هه‌یه وه‌ک لیۆکیمیا. ئەوانه‌ پاریزراون ئەگه‌ر ریزه‌یه‌کی باشی خه‌لک کو‌ترابه‌یت به‌و جو‌ره سوریزه‌ به‌به‌ر ده‌کریت.

- شه‌پۆلى ب‌لاوبوونه‌وه‌ى سوریزه‌ له سه‌رتاسه‌رى ئەوروپادا روو ده‌دات، که‌واته به‌ر له‌وه‌ى گه‌شت بکه‌یت ئەوه د‌لنیا بکه‌ که مال و منال‌ت پاریزراوه له‌دژی MMR.

- ئەگه‌ر له‌بیرت نیه‌ه که‌هه‌ردوو کوتانی MMR ت بۆ کراوه، ده‌توانیت له‌لای جی پی GP خۆت د‌لنیا بکه‌یته‌وه، به‌لام وه‌رگرتنێکی ژهمیکی زیاده‌ش هه‌یج مەترسیه‌کی ته‌ندروستی نیه‌ه. ئەگه‌ر پنیویستیت به‌ دوو ژهم بێت ئەوانه له‌باشترین باردا ده‌بیت یه‌ک مانگیان له‌نیواندا بێت.

- کوتانی MMR ده‌شیت ببه‌یته هۆى کاریگه‌رى لاوه‌کی بۆ ماوه‌ى هه‌تا راده‌ى دوو هه‌فته‌ دوای کو‌تانه‌که. ده‌رکه‌وته‌کان هاوشیوه‌ى ئەوانه‌ن که به‌هۆى نه‌خۆشیه‌که‌وه توشت ده‌بن به‌لام زۆر زۆر سووک و بیزیانن و له کەسێکه‌وه ناگۆیزرینه‌وه بۆ کەسێکی تر. له‌گه‌ل په‌رستار یاخود دوکتۆر مکه‌ت قسه‌ بکه‌ ئەگه‌ر هه‌ر نیگه‌رانیه‌کت هه‌یه. ئەگه‌ر تو چاره‌سه‌ر وه‌ر ده‌گریت بۆ نه‌خۆشیه‌کی سه‌خت وه‌ک چاندنی ئەندامی له‌ش یاخود شێر په‌نجه‌، یاخود حاله‌تیه‌کت هه‌یه که کاریگه‌رى له‌سه‌ر سیسته‌مى به‌رگه‌رى له‌شت داده‌نیت وه‌ک ئیچ ئای قى HIV رینمایى له په‌رستار یان دوکتۆر مکه‌ت وه‌ر بگه‌ره.

- ئەگه‌ر سه‌ر په‌رشتی کەسانی دیکه‌ یاخود منالی بچووک ده‌که‌یت وه‌ک به‌شیک له‌ کاره‌که‌ت، زۆر گرنگه‌ که تۆ به‌ته‌واوى به‌ فاکسینی MMR کو‌ترابه‌یت. گواسته‌وه‌ى سوریزه‌ بۆ ئەو منالانه‌ى که زۆر ساوان بۆنه‌وه‌ى کوتانی MMR یان بۆ بکریت یاخود بۆ کەسێک که خۆى نه‌خۆشه‌، بۆى هه‌یه ده‌ره‌نجامی زۆر خراپى هه‌بیت له‌سه‌ر ته‌ندروستیان.

