# Idin ilaalinta adiga iyo ilmahaaga

**Baaritaannada loogu talagalay cudurrada faafa ee uurka**

Public Health Agency

## Yaa la baarayaa?

Haddii aad uur leedahay, waxaa lagu marsiin doonaa baaritaanno lagu baarayo cudurrada faafa qaarkood xilliga uurka si la idin la beegsado daawayn adiga iyo ilmahaaga haddii loo baahdo.

## Maxaan baarnaa?

Marka la joogo Waqooyiga Ireland, waxaanu dadka ka baarnaa Fayraska Daciifiya Habdhiska Difaaca Jirka Bini'aadamka (HIV), cagaarshowga B, waraabowga iyo jadeeco-jarmalka.

## Goorma ayaan samaynaa baaritaanka?

Marka la helo oggolaanshahaaga, muunad dhiig ah ayaa sida caadiga ah lagaa qaadi doonaa marka ugu horraysa ee aad imaanayso adeegyada hooyooyinka, sida ugu habboon ka hor usbuuca 14aad ee uurka. Haddii

aad qabto wax su'aalo ah oo ku saabsan baaritaanadan, ama haddii aad doorato inaad diido baaritaanada, Iskuduwaha Baaritaanka Dhalmada Kahor ah (ANSC) ayaa aad ugu farxi doona inuu kula soo xiriiro oo uu idin la hadlo adiga iyo/ama lammaanahaaga isla markaana uu kaaga jawaabo su'aal kasta ama walaacyo kasta ee aad qabtid. Waxaad bedeli kartaa maskaxdaada/go'aankaaga oo waxaad baaritaanka mari kartaa marxalad kasta oo uu uurkaaga marayo. Si kastaba ha ahaatee, waxaan kugula talineynaa baaritaan xilli hore ah (sida ugu fiican usbuuca 20aad) si loo yareeyo khatarta ah in caabuqa uu u gudbo ilmahaaga. Muunada dhiiggaaga ayaa sidoo kale la baari doonaa si loo ogaado nooca dhiiggaaga iyo tirada/caafimaadka unugyada dhiiggaaga. Baaritaankan wuxuu qayb ka yahay daryeelkaaga caadiga ah ee dhalmada ka hor ah.

Waxaad macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan baaritaanadan ka heli kartaa buuga Uurka.

## Waa maxay sababta aan u samaynayno baaritaanka?

Ujeedada baaritaanka waa in la ogaado haddii aad qabto HIV, cagaarshowga B ama waraabowga iyo in laguu gudbiyo adeegyada takhasuska ah iyo daawayn haddii loo baahdo, in aan gacan ka gaysano wanaajinta caafimaadkaaga isla markaana aan ilmahaaga uga ilaalino cudurka.

HIV, Cagaarshowga B iyo waraabowga waxa ay hooyada u gudbin kartaa ilmaheeda waxayna cawaaqib ku yeelan karaan caafimaadka iyo koriinka muddada dheer ee ilmaha.

Baaritaanka jadeeco-jarmalka waxaa lagu hubinayaa difaaca aad ka qabto jadeeco-jarmalka, taasoo noo ogolaanaysa inaan aqoonsano inaad u baahan tahay tallaalka jadeecada, qaamo-qashiirta iyo jadeeco-jarmalka (MMR) ka dib dhalmada si loo ilaaliyo uurka aad yeelan doonto mustaqbalka.

## Ku saabsan xaaladaha caafimaad

### HIV

HIV waxaa lagu kala qaadi karaa taabashada/gaaritaanka dhiigga ama dheecaanada jirka (tusaale ahaan wadaagista qalabyada sida mandiilada/sikiinta, cadayga, irbadaha iyo qalabyada kale ee lagu isticmaalo daroogada/daawooyinka, ama galmada la sameeyo kondhom la’aan).

HIV waa fayras ku dhex jira dhiiga kaas oo bartilmaameedsada oo daciifiya habdhiska difaaca jirka. Haddii aan la daaweyn, qofka qaba HIV wuxuu halis ugu jiraa in uu qaado caabuqyo halis ah iyo dhibaatooyin caafimaad. Haddii aan la daweyn, caabuqa wuxuu u kala gudbi karaa hooyada iyo ilmaheeda xilliga uurka, dhalmada ama naasnuujinta.

Inkasta oo aan dawo loo hayn HIV, daawada ka hortagta fayraska (anti-retroviral, ARV) ayaa hadda aad waxtar ugu leh xakamaynta fayraska, taasoo u oggolaanaysa habdhiska difaaca jirkaaga inuu sii ahaado mid xooggan. Inta badan dadka qaba HIV waxay leeyihiin cumri caadi ah.

In fayraska lagu daaweeyo ARV xilliga uurka waxay aad u yaraysaa fursada ah inaad fayraska HIV u gudbiso ilmahaaga.

### Cagaarshowga B

Cagaarshowga B waxaa lagu kala qaadi karaa taabashada/gaaritaanka dhiigga ama dheecaanada jirka (tusaale ahaan wadaagista qalabyada sida mandiilada/sikiinta, cadayga, irbadaha iyo qalabyada kale ee lagu isticmaalo daroogada/daawooyinka, ama galmada la sameeyo kondhom la’aan).

Fayraska cagaarshowGA B wuxuu saameeyaa beerka wuxuuna sababi karaa caafimaad darro ba'an (degdeg ah) iyo mid joogto ah (muddo dheer ah). Haddii aad tahay qof sida fayraska ama uu fayraska kugu dhaco inta aad uurka leedahay, ilmahaaga waxa uu halis ugu jiraa in uu qaado fayraska inta badan wakhtiga dhalmada.

Dhallaanka uu caabuqa ku dhacay xilliga dhalashada ama inta lagu jiro sannadka ugu horreeya ee noloshooda waxay leeyihiin fursad 9 ka mid ah 10kiiba ah (boqolkiiba 90%) oo ah inay qaadaan caabuqa cagaarshowga B ee raaga; si kastaba ha ahaatee, marka la tallaalo ilmaha marka uu dhasho loona dhammaystiro taxanaha tallaalka ee lagu taliyay, khatarta ayaa yaraanaysa oo gaaraysa 1 ka mid ah 10kiiba (boqolkiiba 10%).

## Waraabowga

Cudurka waraabowga waa caabuq bakteeriya ah oo lagu kala qaado galmada kaas oo haddii aan la daweyn sababi kara dhibaatooyin caafimaad oo muddo dheer socda. Waxaa suurtagal ah in qofka uu qabo cudurka waraabowga isagoon ogaanin inuu qabo maadaama dadka badankooda ee ku jira marxaladaha hore ee caabuqa ay bukoodaan wakhti aad u yar.

Daawayn badbaado iyo waxtar leh oo antibiyootig ah ayaa la heli karaa xilliga uurka si loo yareeyo khatarta ah in caabuqa uu u gudbo ilmahaaga. Haddii aan la daweyn, cudurka wuxuu sababi karaa uurka inuu dhicis noqdo, ilmaha inuu dhasho isagoo mayd ah ama in ilmahaaga uu ku dhasho dhibaatooyin caafimaad oo halis ah.

## Jadeeco-Jarmalka (Jadeecada Jarmalka)

Jadeeco-jarmalka waa caabuq fayras ah oo cawaaqib xun ku yeelan kara ilmahaaga gaar ahaan 20ka usbuuc ee ugu horreeya uurka. Baaritaanka wuxuu muujin doonaa haddii aad leedahay ama aadan lahayn difaaca ka hortagga jadeeco-jarmalka, difaacaas oo aad ku yeelatay tallaalada carruurnimada ama inuu hore kuugu soo dhacay fayraska (eeg bogagga 6-7).

## Helitaanka natiijooyinkaaga

### Natiijo taban

Haddii natiijadaada ay muujiso inaadan qabin caabuqyadan, umulisadaada ayaa waxay ku wargelin doontaa xilliga ballantaada dhalmada ee xigta ee la qabto usbuuca 16 ilaa 18. Natiijooyinka waxaa la gelin doonaa galkaaga/qoraalladaada ama waxaa lagu qori doonaa nidaamka diiwaanka bukaanka ee elektarooniga ah.

Natiijo taban waxay la macno tahay inaadan **'hadda qabin cudurka'** (xilliga baaritaanka). Haddii aad dareento inaad halis u gashay u bayla noqoshada caabuqa marxalad kasta oo uurkaaga marayo, waa inaad raadsataa talo oo mar kale lagu baaraa, tusaale ahaan haddii aad iska beddesho lammaanahaaga, aad qofka cudurka qaba la wadaagto qalabyada isticmaalka daroogada/daawooyinka ama aad qabto lammaane u galmooda dadka kale ama lammaane laga helay caabuq ka mid ah caabuqyada galmada lagu kala qaado (STI). Waxaa mar kale lagu baari karaa marxalad kasta oo uu uurkaaga marayo, waxaa ku baari kara umulisadaada, GP-gaaga ama rugta caafimaadka galmada (GUM).

### Natiijo togan

Haddii baaritaanka lagaaga helo caabuqyada HIV, cagaarshowga B ama waraabowga, ANSC ayaa kula soo xiriiri doonta si ay ballan kuugu qabato. Waxay kaala hadli doonaan natiijada, iyo wixii baaritaan dheeraad ah ee lagu taliyay, waxayna dhammaystiri doonaan kuu gudbinta adeegyada takhasuska leh si loo go'aamiyo daawaynta ama dabagalka laga yaabo in adiga iyo ilmahaaga aad u baahan tihiin. Waxaana ka mid noqon kara ARV, ama daawayn antibiyootig ah ama jadwalka tallaalka ee loogu talagalay dhallaankaaga kadib dhalashada.

Haddii aad hore u qaadatay laba tallaal oo tallaalka jadeecada, qaamo-qashiirta iyo jadeeco-jarmalka ah (MMR), waa inaad difaac ka haysataa jadeeco-jarmalka. Si kastaba ha ahaatee, haweenka qaarkood ayaa laga yaabaa in weli baaritaankooda uu muujiyo in aanay difaac ka haysan jadeeco-jarmalka. Si looga fogaado in loo baahdo tallaal dheeraad ah, weydii rugta GP-gaaga inay kuu daabacaan taariikhda/xogta tallaallada aad hore u soo qaadatay.

## MMR lama bixiyo xilliga uurka

Waxaa lagu siin doonaa tallaalka ugu horreeya ee MMR ka dib markuu dhasho ilmahaaga, ka hor intaadan ka bixin isbitaalka. Ma jiraan wax walaac ah oo laga qabo inay dhibaato ka imaanayso qaadashada qiyaas dheeraad ah oo tallaalka MMR ah haddii aadan hubin ama aysan caddayn inaad hore u soo qaadatay laba qiyaasood.

### Ka waran ilaalinta qarsoodinimada xogta?

Natiijooyinka waxaa lagu qori doonaa diiwaanka daryeelka elegtarooniga ah, mararka qaarkoodna waxaa la gelin doonaa diiwaanka hooyooyinka (MHHR), kaas oo aad adiga mas'uul ka tahay ilaalintiisa iyo qarsoodinimada xogtiisa. Diiwaanada lagu xafido qaab elegtaroonig ah ee ku jira nidaamyada gobolada waxay leeyihiin dad xaddidan oo marin u heli kara waxaana lagu xiraa baaswaadh.

Marka la helo ogolaanshiyahaaga, waxaan u baahanahay inaan u sheegno qof walba oo ku lug leh daryeelida adiga iyo ilmahaaga inaad qabto caabuq si aan:

- u qorsheyno oo aan u bixino daryeelkaaga si badbaado leh
- u qabano dhammaan ballamaha aad u baahan tahay inaad la yeelato kooxaha takhasuska leh
- u qabano dhammaan ballamaha loogu talagalay daryeelka ilmahaaga iyo tallaallada mustaqbalka.

### Maxaa ku dhacaya muunada dhiiggayga marka lagu sameeyo baaritaanka?

Dhammaan muunadaha dhiiggaaga waxa lagu kaydin doonaa shaybaarka ilaa muddo laba sano ah iyadoo ujeedadu tahay xaqiijinta tayada. Muddadaas ka dib, waxaanu si badbaado leh u tuurnaa wixii muunado ah si waafaqsan xeerarka HSC.

### Muunada dhiiggayga ee la kaydiyay ma loo isticmaali karaa wax kale?

Muunada dhiiggaaga ee la kaydiyay waxaa loo isticmaali karaa in laga baaro difaaca ka dhanka ah cudurrada qaarkood, sida busbuska, jadeecada ama fayraska ‘parvovirus’ (slapped cheek), haddii aad u bayla noqotay caabuqyadan inta aad uurka leedahay. Tani waxay meesha ka saari kartaa in dib laguu baaro.

Haddii aad jeclaan lahayd buug-yarahaan oo ku qoran luqad kale ama qaab kale ah, booqo:
www.pha.site/antenatal-blood-tests

Public Health Agency

**Public Health Agency**
12-22 Linenhall Street, Belfast BT2 8BS.
Tel: 0300 555 0114 (local rate).
www.publichealth.hscni.net

Find us on:

03/25 Somali