

# BOOST XOOJI XASAANADAADA JIILAALKAN

Qaadashada tallaalkada Covid-19 iyo hargabku waa waxa ugu muhiimsan ee aad samayn karto si aad u ilaaliso naftaada iyo kuwa aad jeceshahay jiilaalkan. Dad badan ayay u badan tahay inay qaadaan hargab jiilaalkan maadaama dad yar ay dhismi doonaan difaac dabiici ah oo haddii aad hargab iyo COVID-19 isku mar qaado, waxaad u badan tahay inaad si daran u jirran tahay. NHS-ta guud ahaan Koonfurta Bari ee London waxa ay ku boorinaysaa dadka deegaanka in ay nabad qabaan oo ay ku biiraan kumanaanka hore ee la tallaalay.

## COVID-19 TALLAALKA

**12-15:** Inta badan da'da 12-15 sano jir waxaa la siin doonaa tallaalkooda mid ka mid ah meelaha aan iskuullada lahayn ama dhacdooyinka bulshada deegaanka. Waxay kaloo ballan ka qabsan karaan xarunta tallaalka iyadoo adeegsanaya adeegga ballan-qaadka ee qaranka, waxayna tegi karaan rugaha-soo-gelidda qaarkood. Kuwa qaba qaar ka mid ah xaaladaha caafimaad waxa la xidhiidhi doona GP-gooda ama khabiirkooda.

**16+:** Haddii aad 16 jir tahay ama ka weyn tahay waxaad dooran kartaa inaad ka hesho tallaalkaaga rugta la-socod ballan la'aan, adigoo u sii maraya GP-gaaga ama adigoo isticmaalaya adeegga ballan-qaadka qaranka. Uma baahnid ogolaanshaha waalidka.

### XOOJINTA TALLAALKA:

Waxaad heli kartaa tallaalka xoojiye ah haddii qiyaastaada labaad ay ahayd ugu yaraan saddex bilood:

- Da'da 16 sano ama ka weyn
- Da'da 16 + oo leh xaalado caafimaad oo hoose oo kaa dhigaya halis sare oo COVID-19 daran.

Kooxaha da'da cusub ayaa laga yaabaa inay u qalmaan. Fadlan ka hubi taladii ugu dambeysay [www.nhs.uk/wintervaccinations](http://www.nhs.uk/wintervaccinations)

### QAADASHADA AASAASIGA AH EE SADDEXAAD:

Haddii aad ka weyn tahay 12 oo aad si ba'an u daciiftay habka difaaca jirka wakhtiga qiyaastaada 1aad ama 2aad, waxaa lagu siin doonaa qiyaasta 3aad ee tallaalka inta badan 8 toddobaad ka dib qiyaastaada 2aad. Waxaad ka heli kartaa qiyaastaada aasaasiga ah ee 3aad adeega isbitaalka, GP-ga ama farmashiyaha ka qaybqaadanaya. Xirfadlaha daryeelka caafimaadka ayaa kugula talin doona haddii aad u xa u leedahay iyo waqtiga ugu fiican ee aad haysato.

**Macluumaad dheeraad ah ama ka welwelsan tahay inaad seegtay jabkaaga?**

[www.selondonccg.nhs.uk/covid19vaccine](http://www.selondonccg.nhs.uk/covid19vaccine)

[www.nhs.uk/covid-vaccination](http://www.nhs.uk/covid-vaccination)

# BOOST XOOJI XASAANADAADA JIILAALKAN

Tallaalka hargabku waa tallaalka badbaado leh oo waxtar leh. Waxaa sannad walba lagu bixiyaa NHS-ta si ay uga caawiso ka ilaalinta dadka halista ugu jira inay si xun uga bukoonnaadaan hargabka. Haddii aad lahayd COVID-19, waa badbaado inaad qaadata tallaalka hargabka. Weli waxay waxtar u yeelan doontaa ka-hortagga hargabka. Dadka qaar ayaa laga yaabaa inay u qalmaan labada tallaalka ee hargabka iyo COVID-19. Haddii labada tallaalka lagu siiyo, waa ammaan in isku mar la wada qaato.

## TALLAALKA HARGABKA

### DADKA WAAWEYN

Tallaalka hargabka ayaa bilaash lagu siiyaa NHS-ta dadka waaweyn ee:

- waa 50 iyo ka weyn (ay ku jiraan kuwa 50 jir noqon doona Maarso 31, 2022)
- waxay leeyihiin xaalado caafimaad qaarkood
- uur leeyihiin
- waxay ku jiraan daryeelka deegaanka ee muddada dheer
- Hesho gunnada daryeelaha, ama waa daryeelaha ugu weyn ee qof weyn ama naafo ah oo laga yaabo inuu khatar galo haddii aad xanuunsato
- la noolow qof ay aad ugu dhowdahay inuu qaado caabuqa
- waa shaqaale caafimaad ama daryeel bulsho oo safka hore ah

Dadka waaweyni waxay qaadan karaan tallaalka hargabka NHS-ta ee GP-gaaga, farmashiyaha bixiya adeegga, adeegga umulisadaada haddii aad uur leedahay ama ballan isbitaal.

### CARUURTA

Carruurta si fudud ayay u qaadi karaan oo u faafin karaan hargabka. Tallaalkoodu wuxuu kaloo ilaaliyaa dadka kale ee u nugul hargabka, sida dhallaanka iyo dadka waaweyn. Tallaalka hargabka sanka lagu buufiyo ayaa bilaash looga heli karaa NHS:

- Carruurta da'doodu tahay 2 ama 3 sano jir 31 Ogosto 2021 - waxay dhasheen inta u dhaxaysa 1 Sebtembar 2017 iyo 31 Ogosto 2019
- dhammaan carruurta dugsiga hoose (soo dhaweynta ilaa fasalka 6)
- carruurta da'doodu u dhaxayso 7 ilaa 11 oo dhan waxay dhigtaan dugsiga sare
- carruurta da'doodu u dhaxayso 2 ilaa 17 sano oo leh xaalado caafimaad oo waqti dheer ah

Carruurta da'doodu u dhaxayso 6 bilood iyo 2 sano oo leh xaalad caafimaad oo waqti dheer ah oo ka dhigaysa inay halis sare ugu jiraan hargabka ayaa la siin doonaa cirbad tallaalka hargabka bedelkii sanka lagu buufi lahaa.

Carruurta waxa laga yaabaa in laga tallaalo hargabkooda iyada oo loo marayo GP-gooda ama rugta caafimaadka beesha ama in kastoo adeegga tallaalka dugsigooda.

**Macluumaad dheeraad ah ama ka welwelsan tahay inaad seegtay jabkaaga?**

[www.nhs.uk/wintervaccinations](http://www.nhs.uk/wintervaccinations)