[TAARIIKH]

Mudane [MAGACA WAALIDKA/ MASUULKA],

Caafimaadka canuggaaga iyo fayo-qabkiisa waxey noo tahay mid muhiim ah meeshan [ MAGACA RUGTA CAAFIMAADKA]. Sannad-dugsiyeedka hadda socda wuu sii yaraanayaa, laakiin kaamamka xagaaga, isboortiga, iyo sannad-dugsiyeedka soo socda ayaa halkan jooga ama imaanaayo mar dhow. Waqtiga loo diyaariyo cunugaaga inuu waqti badan shaqsiyan la qaato asxaabta iyo saaxibada ay isku fasalka yihiin waa hada.

**Carruurta da'doodu tahay 12 iyo wixii ka weyn ayaa hadda xaq u leh tallaalka COVID-19. [ GALI HAB MAAMUUSKA TALAALKA COVID EE RUGTAADA AMA GALI TILMAAMAHA SIDA LOOGA HELI KARO TALAALKA COVID MEEL KALE] Fadlan wac rugtayada caafimaad si aad u ballansato talaal ama ballan la xariirta daryeelka canuga.** Booqashadan, waxaan ku hubin doonnaa in ilmahaagu koraayo una kobcaayo si fiican waxaan ka jawaabi doonnaa wixii su'aalo ah ee aad qabtid. Haduu ilmahaga Seego Talaalada laga rabo, si aan Ugu dhameystirno waxaan Ka talaaleynaa Talaalada ka hortaga Cudurada faafa ee halista ah, sida jadeecada, qaamo-qashiirta. HPV iyo bakteeriyada (meningococcal), ayadoo ay dheertahay COVID-19. Hubinta in cunugaaga uu qaatay dhamaan talaalada oo dhan waa mid ka mid ah qaababka ugu wanaagsan ee aan uga wada shaqeyn karno ilaalinta caafimaadkooda.

**Waxaan diyaarinay talaabooyinka soo socda si aan u hubino amaanka qoyskaaga inta ay ku jiraan gudaha rugteena caafimaadka.**

* Carruurta qaba jirrooyinka neefsashada iyo/ama qandho ayaa laga soocayaa carruurta bad qaba.
* Shaqaalaheenna iyo bixiyeyaasheena adeega caafimaad ayaa laga tallaalay COVID-19 waxaana si maalinla ah looga baara calaamadaha COVID-19.
* Dhamaan bukaanada iyo dadka soo booqda rugta waxaa laga baaraa calaamadaha COVID-19 taleefoonka iyo soo galida.
* Si loo dhaqan-geliyo kala fogaanshaha bulshada, waxaan xadideynaa tirada dadka soo booqanaaya.
* Af-xirka waa ku waajib dhamaan bukaanada, soo booqdayaasha, iyo shaqaalaha.
* Waxaan si joogta ah u nadiifinaa xafiiskayaga iyo qalabkeena.

**Fadlan la xiriir [MAGACA RUGTA] [TALEEFAN ] si aad ballan ugu qabato ilmahaaga.**

Haddii ilmahaaga uu tallaalay bixiye kale, ama uu ka guuray gobolka, ama uusan ka mid aheyn bukaanada rugtaan, ama aad dareento in farriintan ay qalad tahay, fadlan na soo wac si aan u cusbooneysiino diiwaanadeena.

Haddii uu COVID-19 saameeyey dhaqaalahaaga ama aad lumisay caymiskaaaga caafimaad, fadlan nala soo xiriir si aan kaala hadalno khiyaarkaaga. Waxa kale oo aad booqan kartaa ParentHelp123.org (boggan waxaa lagu heli karaa Ingiriis ama Isbaanish) ama wac Help me Grow WA ( Igu caawi in aan kobco WA )Khadka tooska ah 1-800-322-2588.

Bixiyaasheena caafimaad iyo shaqaalaheena waxaa ka go'an inay kaa caawiyaan qoyskaaga inay ahaadaan kuwo nabad iyo caafimaad qaba. Waxaan sugeynaa in aan ku maqalno goor dhow.

Si daacad ah,

[[1]](#footnote-1)

1. COV\_407 Somali\_ClinicDearParentsLetterTemplate 6/21/21 [↑](#footnote-ref-1)