

Tallaalka ka dhanka ah Covid-19 - macluumaad ka socdo Gobolka Halland

Tallaalku wuxuu ka hortagaa jirro wuxuuna badbaadiyaa nolosha. Tallaalku waa ikhtiyaari. Waa lacag la'aan.

Shaqsi kasta oo raba waa la tallaalayaa. Halkaan ayaad ka arki kartaa goorta ay tahay markaaga

- www.1177.se/Halland
- www.regionhalland.se
- Xayeysiinta wargeysyada
- Ku bosti gareey bogga Facebook ee Gobalka Halland

Sida loo ballansado wakhti tallaalkaaga

Waqti ayaad ku ballansan kartaa 1177.se/Halland/boka-vaccination-covid-19. Waxaad ubaahantahay inaad haysato AQOONSI ID bangi ama nooc kale oo AQOONSI ID ah si aad waqti ugubalansato khadka tooska ah.

Markii aad ballansato waqtigaaga, waxaa lagu weydiin doonaa dhowr su'aalood oo ku saabsan caafimaadkaaga (caddeynta caafimaadka).

Haddii aadan ka ballansan karin khadka tooska ah, waad wici kartaa si aad caawimaad u hesho. Taleefan nambarka waa **010-476 19 35**.

Waxaa jira dhowr xarumo oo caafimaad oo lagaa tallaali karo. Waad xulan kartaa midka aad rabto. Khasab kuguma aha inaad halkaa ka diiwaangasho.

Xusuusnow waxyaabaha soo socda markaad qaadaneyso tallaalka

- Haddii aad qabtid hargab ama astaamo kale oo ah Covid-19, guriga joog. Sii ballanso tallaalka cusub.
- Kaalay xarunta caafimaadka wakhtiga aad ballansatay. Ha imaanin waqti hore. Tani waxay kaa caawinaysaa inaad ka fogaato bulshada.
- Hayso dukumiinti AQOONSI ID ah.
- Waxaa lagaa siinayaa tallaalka gacantaada qaybta kore. Sidaa darteed way fiicantahay in la xirto dusha sare gacmo gab. Tani waxay sahlayaa in cirbadda la sameeyo.

- Waxaa lagu siin doonaa kaar muujinaya tallaalka lagu siiyay. Horay u sii qaado marka aad qaadaneysa tallaalkaaga labaad.
- Haddii aad wax su'aalo ah ka qabtid tallaalka, waxaad weydiin kartaa shaqaalaha markii lagu tallaalayo.

Tani waa waxa aad dareemi karto markii lagu siiyo tallaalka

Marka lagu siiyo tallaalka, waxaad ka xanuunsan kartaa meesha irbadda gacanta laga geliye. Dad badan ayaa sidoo kale dareema mid ama in ka badan waxyaabaha soo socda:

- daal
- madax xanuun
- qarqaryo
- qandho
- Xanuunka kala-goysyada iyo murqaha.

Joog guriga ilaa aad ka fiicnaaneysid mar kale. Caadi ahaan waxay qaadataa in ka yar hal maalin ka soo kabashada. Haddii astaamaha noocan ahi ay sii socdaan in ka badan 24 saacadood, waa inaad iska baartaa 'Covid-19'.

Haddii aad sii xanuunsato ama aad ka walwasho ka dib qaadashada cirbada, wac 1177 ama xarunta caafimaad. Waxaad lahadli kartaa kalkaaliso caafimaad oo halkaas joogta, oo kaala talin doonta waxaad samayndoonto.

Waa inaad sii wadaa kala fogaanshaha

Khatar yar ayaa jirta oo ah inaad wali qaadi karto Covid-19 xitaa kadib markii lagaa tallaalo. Waxaad sidoo kale qaadiin kartaa dadka kale xitaa haddii aadan adigu xanuunsan. Sidaa darteed waa inaad sii wadaa inaad raacdo talooyinka.

Haddii lagu tallaalay, fadlan la soco waxyaabaha soo socda:

- Xitaa haddii lagu siiyay tallaalka 'Covid-19', waa inaad isla markiiba isbaartaa haddii aad isku aragto astaamo.
- Had iyo jeer guriga joog haddii aad leedahay astaamo.
- Dhaq gacmahaaga had iyo jeer ilaali kala fogaanshaha. Tani waxay caawinaysaa in laga fogaado faafitaanka caabuqa.

Macluumaad muhiim ah hadaad aad xasaasiyad aad uqabto

Haddii aad hore u soo martay dareen-celin xasaasiyad aad u daran, fadlan la socodsii kalkaaliye caafimaad ama takhtar intaan lagu siin tallaalka. Tani waxay khuseysaa haddii:

- Hore ayaad aad xasaasiyad u qabatay oo aad u tagtay isbitaal.
- Horey ayaad xasaasiyad ugu aheyd inaad isticmaasho qalin adrenaline.

Macluumaad muhiim ah hadaad qaadata daawo dhiiga khafiifisa

Waad heli kartaa tallaalka xitaa haddii aad qaadanaysid daawo khafiifisa dhiigga. Si kastaba ha noqotee, waxaa muhiim ah in qofka ku tallaalaya uu ogaado arintan isla markaana aad ballansatid wakhti tallaalka saxda ah ee maalinta.

Waxaad ka aqrisan kartaa wax dheeraad ah www.1177.se/Halland oo ku saabsan waxa la tixgelinayo ka hor intaadan ballansan waqtiga tallaalka . Waxa kale oo aad la xiriiri kartaa xaruntaada caafimaadka ka hor intaadan ballansan waqtiga tallaalka.

Akhri wax dheeraad ah oo ku saabsan tallaalka

Warqadaan oo ay wehliso waxaad kaheleysaa warqad xaqiiqo ah Wakaaladda Caafimaadka Bulshada ee Iswiidhan. Waxay bixisaa macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan tallaalka ka dhanka ah Covid-19.

Faahfaahin dheeraad ah waxaa sidoo kale laga heli karaa www.1177.se/Halland.

Iska hubi inaan lagu qiyaaneynin

Haddii qof kula soo xiriiro oo ku saabsan tallaalka, fadlan xusuusnow in:

- Tallaalka ka dhanka ah Covid-19 waa bilaash. Haddii qofka kula soo xiriirayaa uu ku weydiisto lacag, waa lagu khiyaanaynayaa.
- Ma jiro qof ka socda adeegga caafimaadka oo si lama filaan ah kuugu soo wacaya oo ku weydiinaya inaad aad naftaada u cadeeyso lambar sireedka bangigaaga ama AQOONSI ID bangi, sabab kasta ha noqotee.