Tallaalada COVID-19 – Waxa ay Dadka waaweyn ee reer Canada U baahanyihiin in ay ka Ogaadaan

Maarso 2021

NATIONAL INSTITUTE ON AGEING

Sinai Health | Healthy Ageing and Geriatrics

Machadka Qaranka ee Duqowga

Tixraaca La Soo Jeedinayo:
Sinha, S., Vohra-Miller, S., & Johnstone, J. (2021). Tallaalada COVID-19 - Waxa ay Dadka waaweyn ee reer Canada U baahanyihiin in ay ka Ogaadaan. Machadka Qaranka ee Duqowga. Toronto, ON.

Ciwaanka Boostada:

Machadka Qaranka ee Duqowga
Ted Rogers School of Management
350 Victoria Street
Toronto, Ontario
M5B 2K3
Canada

Waxyaabaha ku saabsan Machadka Duqowga ee Qaranka

Machadka Qaranka ee Duqowgu(National Institute of Ageing(NIA) waa xarun loogu tala galay siyaasadaha dadweynaha iyo cilmibarista taasoo fadhigeedu yahay Jaamacadda Ryerson oo ku taalla Toronto. NIA waxaa ka go'an sare u qaadidda uweynaanshiyaha si guul leh dhan walba inta qofku nool yahay. Waxaa u gaar ah oo hoos yimaada tixgelinta arrimaha gabowga ayada oo ka eegaysa dhinacyo kala duwan, oo ay kamid yihiin kuwa dhanka dhaqaale, jireed, maskaxeed, iyo bulsheedba.

NIA waxay diiradda saaraysaa hogaaminta cilmibaaris baaxad weyn, caddayn ku salaysan, tallaabooyin la fulin karana ka midho dhalin kara si ay usoo saarto qaab nololeed keenaya siyaasad dadweyne oo wanaagsan iyo dhaqamada loo baahan yahay si wax looga qabto caqabadaha badan iyo fursadaha uu muujinayo shacabka Canada ee duqoobaya. NIA waxaa ka go'an in ay noqoto hogaan qaran siisona waxbarasho dadweynaha shaqo si wax ku ool ah loogula shaqeeyo loona kaashado dhammaan heerarka dowladda, shirkadaha dadweynaha iyo kuwa gaarka loo leeyahay, hay'adaha waxbarashada, ururada la xiriira duqowga, iyo dadka reer Canada.

NIA waxaa intaa dheer oo ay u shaqaysaa in ay noqoto hoyga Cilmiga Istaraatiijiyadda Dadka waaweyn ee Qaranka(NSS), dukumiinti siyaasadeed oo caddayn ku salaysan kaasoo isbeddelaya oo ay soo wada saareen koox isugu jirta cilmibaareyaal, khubaro dhanka siyaasadda ah iyo ururo saamilay ah oo ka socda Canada oo dhan waxaana markii ugu horeysay la daabacay 2014. NSS waxa ay tilmaamaysaa afar tiir oo hagaya shaqada NIA si sare loogu qaado aqoonta loona saameeyo siyaasadaha ayada oo la adeegsanayo cilmibaaris caddaymo ku salaysan oo ku saabsan duqowga reer Canada: Muwaadiniinta Madaxa banaan, Wax soo saarka leh shaqaynayana; Nolol Caafimaad qabta oo Firfircoon; Daryeel Guriga u Dhow; iyo Taageerada Daryeel bixiyeyaasha.

Waxyaabaha ku saabsan Barnaamijka Caafimaadka Duqowda iyo Gabowga ee UHN iyo Sinai Health

Barnaamijka Caafimaadka Duqowda iyo Gabowga ee Sinai Health iyo University Health Network waxaa ka go'an inay daryeel siiso dhammaan dadka da'da ah, khaasatan kuwa xaaladoodu caafimaad kakan tahay jilicsana. Waxaan bixinaa khibrad shakhsiyadeed ah, waxaan samaynaa cilmibaaris, waxaan meelmarinaa qaabab daryeel oo cusub, anagu wax ayaan isbarnaa dadka kalena waxbaan barnaa, waxaanuna la shaqaynaa dhammaan dhinacyada kale si loo helo duqow caafimaad qaba.

Qoraayaasha

Dukumiintigan hagaha ah waxaa qoray:

Dr. Samir K. Sinha, MD, DPhil, FRCPC, AGSF
Agaasimaha Daryeelka Duqowga ee Sinai Health iyo Shabakada Caafimaadka ee Jaamacada; Agaasimaha Cilmibaarista Siyaasadda Caafimaadka, Machadka Gabowga ee Qaranka; Bare sare oo Katirsan, Waaxda Caafimaadka, Caafimaadka Bulshada iyo kan Qoyska, Siyaasadda Caafimaadka, Maaraynta iyo Qiimaynta, Jaamacadda Toronto

Mw. Sabina Vohra-Miller, **MSc**
Aasaasaha Unambiguous Science

Dr. Jennie Johnstone, MD, PhD, FRCPC
Agaasimaha Caafimaadka, Ka hortagga iyo Xakamaynta Caabuqa, Sinai Health; Bare sare oo ka Tirsan, Waaxda Caafimaadka Shaybaarka iyo Barashada Jeermisyada, Jaamacadda Toronto

Tusmada Qoraalka

Waxaan ahay qof da` weyn, ma tahay in aan qaato tallaalka COVID-19? 6

Sidee ayaa ay tallaaladu u shaqeeyaan ? 7

Waa maxay mRNA sidee se loogu isticmaalay samaynta tallaalada? 7

Waa maxay adenovirus sidee se loogu isticmaalay samaynta tallaalada? 8

Tallaalda COVID-19 waxaa loosoo saaray si dhakhso ah. Ma waxaa jira talaabooyin muhiim ah oo laga booday markii la samaynaayay mana yihiin kuwo ammaan ah? 9

Ma yihiin tallaalada COVID-19 kuwo wax u taraya dadka waaweyn? 10

Maxay yihiin saamaynaha xunxun ee tallaalada COVID-19 ku sababaan dadka waawayn? 11

Ma tahay in dadku qaataan acetaminophen (sidoo kale loo yaqaano Tylenol) ama daawooyinka ka hortagga caabuqa ee non-steriodal-ka ah (non-steroidal anti-inflammatory drugs) ka hor inta aanan tallaalka qaadan si looga hortago dhibaatooyinka talaalka ee gadaal yimaada? 11

Ma tahay mid ammaan ah in ay qaataan tallaalka COVID-19 dadka waaweyn ee difaacoodu liito? 12

Waa sidee tallaalka COVID-19 ee AstraZeneca? Kani ma yahay doorasho u wanaagsan dadka waaweyn ee reer Canada? 12

Waxaan maqlay in dad ay yeesheen dhiig xinjirow kaddib markii ay qaateen tallaalka AstraZeneca, ma runbaa taasi? 12

Waxaan maqlay in dadka waaweyn ay dhimanayaan marka ay tallaalka qaataan, taasi ma runbaa? 13

Ma tahay mid ammaan ah mase lagu talinayaa in dadka waaweyn ee la nool xanuunada maskaxda ay qaataan tallaalka COVID-19? 13

Waxaan ahay qof weyn oo horey ugu dhacay COVID-19, ma u baahanahay in aan qaato tallaalka? 14

Qaadashada tallaalku ma waxay la micno tahay in aan qaadayo COVID-19? 15

Waxaan maqlay waxyaabaha kujira tallaalku in ay waxyeello yihiin, taasi ma runbaa? 15

Tallaalka COVID-19 ma iga difaacaya noocyada cusub ee fayraska ee hadda soo baxaya? 16

Waxaan ahay qof wayn oo ku dhex nool bulshada, goorma ayaan helayaa tallaalka? 16

Waxaan daryeelaa qof weyn oo aan doonayn in uu tallaalka qaato, sideen ugu qancin karaa in uu yahay ammaan? 16

Waxaan xubin ka ahay bulsho la midab sooco waxaana ka warwareegayaa in aan qaato tallaalka COVID-19, sideen ku ogaan karaa in uu ammaan ii yahay? 17

Hadda maadaama tallaaladu ay socdaan, goorma ayaan awoodi doonaa in aan ku laabano noloshii caadiga ahayd? 17

Ma jiraan tallaalo kale oo ay tahay inaan qaato? 18

Hordhac

Laga bilaabo bilowgii safmarka COVID-19 waxaa jirtay aaminaad ah in qaabka kaliya ee aan nolosha caadiga ah ugu laaban karno inay tahay soosaarista iyo qaybinta tallaal ammaan ah wax ku oolna ah.

Dhammaadkii 2020kii, labada tallaal ee ay sameeyeen Pfizer-BioNTech iyo Moderna ayaa laga ansixiyay Canada, Maraykanka iyo Yurub, si ay dadka waaweyn uga ilaaliyaan la xanuunsiga iyo suurta galnimada u dhimashada COVID-19. Horaantii 2021, laba tallaal oo kale ayaa laga ansixiyay isticmaalkooda gudaha Canada; mid waa AstraZeneca ayada oo la shaqaynaysa Jaamacadda Oxford midda kalena waa Johnson & Johnson. Warka ku Saabsan in tallaaladaan lasoo saaray laguna ansixiyay wax ka yar hal sanno ayaa keentay farxad iyo rajo, iyo sidoo kale shaki, khaasatan dadka waaweyn iyo qaar kamid ah kuwa ugu nugul bulshadeena.

Waxaa jira su`aalo badan oo sharci ah iyo fikir khaldan oo ku saabsan tallaalada COVID-19, sida ay ku yimaadeen, iyo waxa ay uga dhigan yihiin caafimaadkeena shakhsiga ah.

Waa kuwaan su`aalaha ugu badan ee layska weydiiyo tallaalada COVID-19 oo ay isweydiiyaan dadka waaweyn ee reer Canada ayaka oo wata jawaabo caddaymo leh si lagaaga caawiyo in aad noqoto mid haya xogtii ugu danbeysay ee xaqiiqada ahayd.

Waxaan ahay qof da` weyn, ma tahay in aan qaato tallaalka COVID-19?

Tallaalada COVID-19 ee loo ogolaaday in loo isticmaalo dadka waaweyn ee Canada, waxaa la ogaaday in ay labadaba yihiin kuwo aad ammaan u ah waxtarna leh.

Waxaa jira faa'idooyin badan oo la xiriira qaadashada tallaalka COVID-19 – tan ugu mihiimsan oo ah inay yarayn doonaan khattarta aad ku xanuunsanayso haddii aad khattar u gasho fayraska iyo inay ka ilaalin doonaan dadka ku ag jooga ee sidoo kale khattarta ugu jiri kara in ay si xun u xanuunsadaan.

Hay`adda Caafimaadka Dadweynaha ee Canada iyo Ururada Caafimaadka iyo Baxnaanada Canada waxay ku talinayaan in dhammaan dadka waaweyn ee reer Canada la tallaalo marka ay awoodaan in ay sidaa sameeyaan. Tallaalada Pfizer-BioNTech, Moderna iyo AstraZeneca waxay u baahan yihiin inaad laba jeer qaadato si jirkaagu u samaysto difaac ku filan ama difaac uu ku samaysto iyaga. Tallaalka la ansixiyay ee Johnson & Johnson kaliya waxa uu baahan yahay in aad hal mar qaadato si aad u samaysato difaac kugu filan ama ilaalin si aad uga hesho.

Dhowr todobaad kaddib marka si buuxda laguu tallaalo, mid kasta oo kamid ah tallaaladaan waxaa laga filanayaa in uu si sida lagama maarmaanka ah 100% u noqdo mid waxtar leh taasoo ka hor istaagaysa in isbitaal lagu dhigo ama aad u dhimato COVID-19.

Sidee ayaa ay tallaaladu u shaqeeyaan?

Hanaankaaga difaacu waxa uu u samaysan yahay in uu weeraro wax kasta oo shisheeye ku ah jirkaaga, sida fayraska iyo bakteeriyada. Marka uu la kulmo wax cusub sida fayraska COVID-19, wakhti ayay ku qaadanaysaa jirka in uu diyaariyo hanaankiisa difaaca. Maadaama uusan waligiis horey u arkin fayraska, marka uu diyaar u noqdo in uu la dagaallamo, waxaa dhici karta in caabuqu mar horeba waxyeelo badan ku sababay taasoo mararka qaar horseedi karta xanuun daran iyo dhimasho. Laakiin, marka uu la dagaallamo fayraskaas, waxa uu sidoo kale soo saaraa xasuus difaac khaas ah ama difaac muddo dheer jiraya taasoo xasuusinaysa sida loola dagaallamo fayraskaas. Sidaa darteed, marka xigta ee aad la kulanto isla fayraskaas, jirkaagu waa uu xasuusanayaa wuxuuna awoodaa in uu si dhakhso ah u diyaariyo hanaankiisa difaaca ee uu kula dagaalamayo.

Tan ayaa ah sababta uu tallaalku faa'ido u leeyahay. Waxay jirka u ogolaanayaan in uu diyaarsado jawaab difaac oo uu iskaga difaacayo nooleyaal badan oo xanuun sababi kara. Tani waxay la micno tahay in hadhow, haddi jirkaaga uu soo galo noolaha cudurka dhabta ah sababa ee lagaa tallaalay, si dhakhso ah ayaa uu u aqoonsanayaa ugana jawaab celinayaa isla markaba si uu ula dagaalamo kahor inta uusan sababin xaalado caafimaad oo culus.

Tallaalada soo jireenka ah waxa ay ka kooban yihiin qaybo yaryar ama qaybo aan saamayn ku lahayn jidhka oo kamid ah noolaha cudurka sababa, ama borotiinada uu soo saaro, kuwaas oo jirka la baro si uu difaacaaga jirku ula dagaallamo rogaal celin difaaceedna usameeyo. Qaar kamid ah tallaaladii soo jireenka ahaa waxay isticmaali jireen adenovirus la daciifiyay kaasoo aan wax caabuq ah ku sababi karin bani'aadamka, si ay u qaadaan tilmaamaha lagu samaynayo molekuulada mRNA, taasoo intaa kaddib ku hagaysa jirkeena sida uu usamaysanayo borotiinada fayraska ah. Labada tallaal ee COVID-19 ee hadda la ansixiyay AstraZeneca iyo Johnson & Johnson waa tallaalada adenovirus. Taa caksigeeda, tallaalada mRNA waxay ku kooban yihiin una gudbiyaan jidhka kaliya molekuulada mRNA, kuwaas oo intaa kaddib jirka u tilmaamaya soosaarista qaar kamid ah borotiinada fayraska ah. Tallaalada Pfizer-BioNTech iyo Moderna ee COVID-19 waxaa lagu saleeyay mRNA.

Waa maxay mRNA sidee se loogu isticmaalay samaynta tallaalada?

mRNA ama fariin sidaha RNA, waa molekuyuul jirkeenu si dabiici ah uga jira wuxuuna lamid yahay kaarka cunto karinta kaasoo asal ahaan u baddalaya macluumaadka hidda sidaha ficil. mRNA waxay siiyaa tilmaamo jirkeena si uu u sameeyo borootiinada lagama maarmaanka ah.

Kahor safmarka COVID-19, cilmibaareyaashu waxay daraasaynayeen kana shaqaynayeen daaweynta mRNA da ku salaysan muddo tobanaan sano ah.

Illaa markii la helay macluumaadkii lagama maarmaanka ahaa ee ku saabsanaa fayraska sababa COVID-19, saynisyahanadu waxay bilaabeen samaynta tallaalada mRNA ee COVID-19 ee loogu hor ansixiyay. Tallaaladaan, mRNA la sameeyay ayaa loo isticmaalayaa in jirka loogu sheego in uu sameeyo 'borotiinka spike-ga' ah oo aan waxyeelo lahayn kaasoo laga helo oogada runta ah ee fayraska COVID-19. Tallaaladaanu waxay u shaqeeyaan ayaka oo siinaysa jidhka tilmaamaha mRNA ama 'kaarka cunto karinta' taasoo ka caawinaya

jirka in uu soo saaro tiro yar oo ah borotiinka spike-ga ah. Jirkeenu wuxuu aqoonsanayaa in borotiinkani aanu jidhka ka mid ahayn wuxuuna dardar galinayaa jawaab difaac ah asaga oo soo saaraya antibody-yo difaac ah oo uu kaga hortagayo fayraska 'borotiinka spike-ga' ee COVID-19 si haddii hadhow jirkeena usoo galo fayraska rasmiga ah ee COVID-19 ka sababa, si dhakhso ah uu u ogaado ulana dagaallamo. mRNA-da tallaalka la socota jirka kuma sii daahayso muddo dheer, maadaama oo si dhakhso ah loo burburinayo. mRNA-da tallaalku ma dhex geli karto DNA-daada.

Tallaalada mRNA waa hormar saynis oo cajiib ah, waxayna inoo suurto galinayaan inaynu usamayno tallaalo fayras yada kale sidoo kale sida hargabka, Zika, raabiyada (rabies), iyo cytomegalovirus (CMV). Tallaalada mRNA waxaa sidoo kale loo daraasaynayaa inay noqon karaan hab cusub oo kansarka lagula dagaallamo.

Waa maxay adenovirus sidee se loogu isticmaalay samaynta tallaalada?

Adenovirus waa fayras sababi kara hargabka caadiga ah. Hidda sidaha adenovirus si fiican ayaa loo daraaseeyay, sidaa darteed saynisyahanadu waxay yaqaanaan sida uu u shaqeeyo iyo sida wax looga baddalo loona daciifiyo si uusan u samayn noocyo kale oo isla asaga ah marka loo isticmaalayo in tallaal laga sameeyo. Tallaalada la daciifiyay malahan awood ay kuugu sababaan in aad xanuunsato, sikastaba ha noqotee, adenoviruses-yadaan la daciifiyay waxay wali dhalin karaan jawaab celin difaac oo adag. Ma ahan kaliya in tallaalada adenovirus ay yihiin kuwo si fudud loo qaabayn karo, laakiin sidoo kale waa kuwo si fudud loo soo saari karo tiro aad u fara badan taasoo sidoo kale wax ku ool ah inta lagu jiro cudurka safmarka ah.

Tallaaladaan, tilmaamaha lagu samaynayo 'spike barotiinka' fayrasyada COVID-19 waxaa la dhexgalinayaa adenovirus wax laga baddalay. Tallaalda AstraZeneca and Johnson & Johnson ee COVID-19 waxay isticmaalaan noocyada kala duwan ee adenoviruses si ay u samaystaan tallaaladooda. Marka lagu duro qof, tilmaamaha waxaa laga samaynayaa mRNA, taasoo intaa kaddib u tilmaamaysa jirkeena sida loo sameeyo 'spike protein'-da fayraska COVID-19 taasoo intaa kaddib jirkeenu ka dhalin karo jawaabcelinta difaaca. Waa muhiim in la xasuusto in tallaaladanu sidoo kale aysan ku sababin wax isbeddal ah DNA-deena xaqiiqdiina, si dhakhso ah loogu burburiyo jirkeena dhexdiisa.

Tallaalda COVID-19 waxaa loosoo saaray si dhakhso ah. Ma waxaa jira talaabooyin muhiim ah oo laga booday markii la samaynaayay mana yihiin kuwo ammaan ah?

Marka la eego Hay`adda Caafimaadka Dadweynaha ee Canada websaytkeeda, dhammaan tallaalada COVID-19 ee la ansixiyay ee Canada waxay ahaayeen:

- kuwo lagu tijaabiyay boqolaal kun oo ka qaybqaateyaal ah, oo ay kujiraan dadka waaweyn, ayada oo la mariyay tijaabooyin caafimaad oo aad uxeel dheer
- kuwo buuxiyay dhammaan shuruudaha caadiga u ah ee ansixinta, oo ay kamid yihiin dhammaan shuruudaha badqabka ee caadiga u ah tallaalada, mana jirto shuruud si gaar ah looga booday si loo ansixiyo tallaaladan
- ahaan doonaana kuwo la dabogelo si loo ogaado inay leeyihiin falcelino daran oo kala duwan kuwaas oo dhici kara tallaalka kaddib

Waddamada iyo shirkadaha adduunka oo dhan ayaa isu tagay waxayna u wada shaqeeyeen qaab aanaan hore loo arag si ay gacan uga gaystaan sidii loo soo saari lahaa tallaaladan. Hay`adaha caafimaadka iyo cilmibaareyaasha tallaalada iyo soo saare yaashuba waxay muhiimadda siiyeen soo saarista tallaalada COVID-19 ayaka oo ku maalgaliyay lacag aad u farabadan, dib u uwareejinta shaqaalaha, iyo samaynta wadashaqayno dhowr ah si looga shaqeeyo dadaalada la xiriira tallaalka COVID-19. Waxyaalahan oo dhammi ma aanay dhicin iyadoon la tixgelinayn badqabka, dadaal ku haboon ayaana lagu sameeyay tijaabooyinka kuwaas oo loo baahnaa si loo muujiyo waxtarkooda iyo baqabkooda labadaba.

Qodobada kale ee dardargaliyay samaynta tallaalada COVID-19 ee la meelmariyay waxaa kamid ah:

- Soosaaristii tallaaldeenii ugu horreeyay ee COVID-19 waxay ku salaysnaayeen tobanaan sanno oo cilmibaaris ah oo lagu sameeyay noocyada kale ee korona fayras kahor COVID-19, sida Xanuunka Neefmareenka Bariga Dhexe(Middle East Respiratory Syndrome (MERS) iyo SARS-CoV (SARS)
- Horumarada dheeraadka ah ee sayniska iyo teknoolojiyadda ayaa ka dhigay soosaarista tallaalka cusub mid sahlan; marka taxanaha hiddeed ee fayraska la aqoonsaday taasoo dhacday isla markiiba markii fayraska COVID-19 la helay, saynisyahanadu waxay si dhakhso ah shaqo uga bilaabeen abuurista noocyo tallaalo ah waxayna bilaabeen tijaabooyin caafimaad
- Wada shaqayn caalami ah oo adag oo dhexmaray saynisyahanada, xirfadleyaasha caafimaadka, cilmibaareyaasha, shirkadaha iyo dowladaha oo ay kamid ahayd maalgalin wanaagsan si loo fuliyo tijaabooyinka caafimaad ayaa loo baahnaa sidii dhakhso loogu tijaabin lahaa loona ogaan lahaa badqabka iyo waxtarka tallaalada la soo saaray

Ma yihiin tallaalada COVID-19 kuwo wax u taraya dadka waaweyn?

Haa Tijaabooyinka tallaalka Pfizer-BioNTech, Moderna iyo Johnson & Johnson waxaa lagu sameeyay tiro dad waaweyn ah oo ku filan tijaabooyinkii hore ee talaalka si ay u sameeyaan in tallaaladooda COVID-19 ay yihiin kuwa ammaan ah waxtarna u leh.

Iyada oo tijaabooyinkii hore ee tallaalka AstraZeneca aan lagu samayn tiro ku filan oo dad waaweyn ah si si cad loogu ogaado waxtarkooda markii hore, xogtii tijaabadii caafimaad ee dib loogaga sameeyay Maraykanka iyo sidaa si lamid ah caddaynta dunida dhabta ah oo ka imaanaysa isticmaalkeeda malaayiin dad waaweyn ah gudaha Boqortooyada Ingiriiska ayaa gacan ka gaysatay in la xaqiijiyo in tallaalkaan COVID-19 uu yahay labadaba mid ammaan ah waxtarna u leh dadka waaweyn sidoo kale.

Ayada oo waxtarka guud ee tallaalada Pfizer-BioNTech, Moderna, AstraZeneca iyo Johnson & Johnson ay ku kala duwanyihiin ka hortagidda xanuunka dadka shaybaarku ku xaqiijiyay COVID-19, waxtarkooda ka hortagidda isbitaal dhigista iyo dhimashada ayaa la ogaaday in ay tahay 100% dadka sida buuxda loogu tallaalay tijaabooyinka caafimaadka ee qiimaynaayay waxtarka tallaaladan.

Isbarbardhigga heerarka waxtarka ee kala duwan ee tallaalada laguma talinayo, sababtoo ah tijaabo kasta waxay leedahay dhammaad xagga waxtarka ah (efficacy endpoints) oo ka duwan kuwa kale - sidaa darteed si is le'eg la islama barbardhigi karo. Intaa waxaa dheer, tijaabooyinka caafimaad ee la xiriira tallaalada kala duwan ee COVID-19 waxaa lagu sameeyay waddamo kala duwan kuwaasoo ku jiray wakhtiyo kala duwan oo cudurka safmarka ah, tirada COVID-19 ka bulshada dhexdeeda iyo sidaa si lamid ah tirada iyo noocyada kala duwan ee bulshada dhexdeeda ku jira intii ay socdeen tijaabooyinkan ayaa sidoo kale saamayn karaayay natiijooyinka waxtarka. Waxa muhiim ah in la xasuusnaado ayaa ah in dhammaan tallaalada ay yihiin kuwo aad waxtar ugu leh kahortagidda xanuunada daran, isbitaal dhigidda iyo dhimashada la xariirta COVID-19.

Waxa aan wali la ogaan waa sida tallaalku waxtar uleeyahay marka ay noqoto qattarta kala qaadista ama u gudbinta fayraska qof kale, inkastoo caddaymaha soo baxaya ay hadda si xooggan u soo jeedinayaan in ay yartahay khattarta ay tallaal qaatayaashu ugu gudbiyaan caabuqa dadyawga kale. Si kastaba ha ahaate, inkastoo tallaaladu ay yareeyeen qattarta isku gudbinta hadana ma dhihi karno way cirib tiraan. Sidaa awgeed, ilaa ay hoos uga dhacayso tirada kiisaska COVID-19 kanadiyaanka intooda badanina helayaan tallaalkooda ma joojin doono tallaabooyinka caafimaad ee dadwaynaha muhiimka u ah si looga horago faafitaanka COVID-19. Ku xirashada maaskaro goobaha dadwaynaha,

kala fogaanshiyaha, dhaqista gacmaha si joogta ah iyo ka dheeraanshiyaha meelaha la isugu yimaado waxay sii ahaan doonaan tallaabooyin muhiim ah wakhti xaadirkan.

Maxay yihiin saamaynaha xunxun ee tallaalada COVID-19 ku sababaan dadka waawayn?

Saamaynaha xunxun ee tallaalka waxay ay sheegayaan in hanaanka difaaca jirku uu derdergelayo una diyaar garoobayo aqoonsiga iyo la dagaallanka fayraska haddii uu mustaqbalka la kulmo.

Saamaynaha xunxun ee la xiriira tallaalada COVID-19 waa kuwo sida caadiga ah yar mana jiro farqi u dhexeeya dadka waaaweyn iyo dadweynaha intiisa kale.

Waxa inta ugu badan la hubo ayaa ah in aysan jirin saamayno xunxun oo daran ama aan la filayn kuwaas oo ku dhacay tobanaanka milyan ee dadka waaweyn ah ee mar horeba la tallaalay.

Saamaynaha xunxun ee tallaalka waxaa kamid noqon kara boog ku samaysanta meesha la duray, madax xanuun, murqa xanuun, daal, qandho ama shuban kaasoo sii jiri kara maalin ama laba maalmood, iyo si dhif ah wax ka badan dhowr maalmood. Haddii saamaynaha xunxun ay sii jiraan in ka badan laba maalmood, la xiriir dhaqtarkaaga.

Saamaynaha xunxun ee tallaalku waxay calaamad u yihiin in hanaanka difaaca jirkaagu samaynayo wixii laga rabay in uu sameeyo oo sax ah: ka shaqaynta iyo dhisidda difaacaaga si uu kaaga ilaaliyo waxa lagaa tallaalay.

Dhab ahaantii, ayadoo dadka waawayn u muuqdaan inay leeyiin difaac daciifa marka loo eego dadka yaryar, waxay u muuqdaan in saamaynada xunxun ee kor ku xusan ee ay yeelanayaan ay yar yihiin, laakiin waxay helayaan heer adkaysi ama difaac oo la mid ah kan ay dadka dhalinyarada ahi ay ka helayaan tallaaladan.

Waxaad ku yeelan kartaa xassaasiyad nooc kasta oo daawo ama cunto. Waxaa macquul ah in dadka qaar ay xassaasiyad ku leeyihiin maadooyinka kujira tallaalada COVID-19; laakiin, waa muhiim inaad xasuusnaato in xassaasiyadahaan ay yihiin kuwo dhif ah. Waxaa lagugula talinayaa hadii aad qabto xasaasiyad, ay kamid tahay xasaasiyada daran ee kaaga baahan inaad qaadato EpiPen, inaad dhaqtarkaaga kala hadasho tallaalka kaas oo qiimayn kara qatarta aad ugu jirto kuna siin kara macaluumaad dheeraad ah oo ku saabsan sidii si badqab ah aad isugu talaali lahayd.

Ma tahay in dadku qaataan acetaminophen (sidoo kale loo yaqaano Tylenol) ama daawooyinka ka hortagga caabuqa ee non-steriodal-ka ah (non-steroidal anti-inflammatory drugs) ka hor inta aanan tallaalka qaadan si looga hortago dhibaatooyinka talaalka ee gadaal yimaada?

Marka daawooyinkan la qaato tallaalka ka hor, waxay aragti ahaan daciifin karaan jawaabta difaac ee qofka waxayna tallaalka

ka dhigayaan mid aan waxtar badan lahayn — sidaas darteed laguma talinayo in laqaato kahor tallaalka. Waa kuwo waxtar leh, si kastaba ha ahaatee, marka la eego yaraynta saamaynaha xunxun marka ay dhacaan tallaalka kadib. Acetaminophen (sidoo kale loo yaqaan Tylenol) ayaa loo door bidayaa dadka waawayn.

Ma tahay mid ammaan ah in ay qaataan tallaalka COVID-19 dadka waaweyn ee difaacoodu liito?

Bukaanada difaacoodu liito, ama kuwa hanaankooda difaacu liito, waxay u muuqdaan in ay khattar badan ugu jiraan in ay si daran ula xanuunsadaan uguna dhintaan COVID-19.

Kuwan waxaa ka mid noqon kara dadka waawayn ee la nool kansarka, HIV, dadka xubin jir loo geliyay, ama qaata steroids-ka ama daawooyinka kale ee lagu daaweeyo xaalado caafimaad, ee lagu magacaabo daciifiyayaasha difaaca jidhka, kuwaas oo hoos u dhiga awooda jirku kula dagaallamayo caabuqyada. Ayada oo ay sabab u tahay khatarta dheeraadka ah ee ay ugu jiraan inay aad ugu xanuunsadaan uguna dhintaan COVID-19, dadka difaacoodu liito waa inay qaataan tallaalada COVID-19 hadii aysan jirin wax diidaya oo cadi aanay jirin. Maadaama tallaalada hadda la aqbalay uusan ku jirin fayras nool, ma jirto khatar ah inaad qaado fayraska dhabta ah marka aad qaadato mid ka mid ah tallaalada.

Guud ahaan dadka reer canada ee qaba ciladaha dhanka difaaca ee sida wanaagsan loo maareeyey, khubarada caafimaadku waxay caddeeyeen in faa'idooyinka wanaagsan ee tallaalada COVID-19 ay ka badan yihiin khatar kasta, is tallaalidana waa lagu talinayaa. Intaa waxaa dheer, markasta way fiican tahay in aad la socoto macluumaadka u danbeeya iyo waanada ku saabsan badqabka iyo waxtarka tallaaladaan adigoo kala soconaya dhaqtarkaaga sida wacan u'og xaaladaada caafimaad ee guud.

Waa sidee tallaalka COVID-19 ee AstraZeneca? Kani ma yahay doorasho u wanaagsan dadka waaweyn ee reer Canada?

Tallaalada COVID-19 ee ay soo saareen AstraZeneca iyo Jaamacada Oxford waxaa dhawaan laga ansixiyay isticmaalkiisa gudaha Canada horaantii 2021. Markii hore, tallaalkan uguma aysan talagalin isticmaalka dadka waaweyn, Guddiga Talabixinta Qaranka Canada ee Tallaalada(Canada's National Advisory Committee on Immunization) ayada oo ay sabab u ahayd in aysan jirin caddayn ku filan si loo go'aamiyo in ay waxtar u leedahay dadka waaweyn wakhtigaas. Xogaha tijaabooyinka caafimaad ee kasoo baxaya Maraykanka iyo caddaymaha dunida dhabta ah ee faraha badan ee taageeraya waxtarkiisa dadka waaweyn, oo ay la socoto in aysan jirin welwel dhanka badqabka ah oo dheeraad ah oo kajira dadka da'daan ah, ayaa u ogolaatay NACI in ay soo jeediso inay qaadan karaan dadka reer Canada ee waaweyn marka la gaaro Maarso 15, 2021. Dalal kale oo badan oo Yurub ah ayaa si lamid ah wax ka baddalay hagitaankoodii sidoo kale.

Waxaan maqlay in dad ay yeesheen dhiig xinjirow kaddib markii ay qaateen tallaalka AstraZeneca, ma runbaa taasi?

Kaddib markii welwel uu horey usoo baxay kaasoo ku saabsanaa in tallaalka AstraZeneca uu sababi karo dhiig xinjirow, dalal badan

oo Yurub ah ayaa hakiyay isticmaalkooda tallaalkaan ilaa ay gun gaadhayaan in xaaladdanu ay jirtay iyo in kale. Hay'adda daawada Yurub (European Medicines Agency) markay taariikhdu ahayd Maarso 18, 2021 waxay go'aansatay in tallaalka AstraZeneca uusan xiriir la lahayn guud ahaan khattar badan oo ah dhibaatooyinka dhiig xinjirowga. Marka la eego dadka ku dhow 20ka milyan ee qaatay tallaalka AstraZeneca guud ahaan Boqortooyada Ingiriiska iyo Yurub, EMA waxay ogaadeen in ay jiraan xaalado aad dhif u ah oo ah dhiig xinjirowga oo aan caadi ahayn oo ay la socdaan heer nooca dhiigga platelets (qaybta dhiigga ka caawisa in uu xinjir samaysto) oo hoosaysa tallaalka kaddib, sikastaba ha ahaatee, tani badanaa waxay ku dhacday dumarka da'doodu ka yartahay 55 sano. Guud ahaan, EMA waxay go'aan satay in ayada oo ay sabab u tahay in COVID-19 uu noqon karo mid aad u daran aadna u faafay, faa'idada tallaalka AstraZeneca ee ka hortagidda inay ka badan yihiin khatarihiisu uu ku sababi karo saamayno xunxun, khaasatan dadka waaweyn.

Xaaladdaanu waxay muujinaysaa muhiimadda in lasii wado dabo galka iyo ka wer haynta ka dib marka la ansixiyo si looga ogaado saamayno xunxun oo daran oo aan inta badan dhicin. Waxa arrinkanu noo sheegayo ayaa ah in aan leenahay qaabab adag oo noo diyaarsan si aan u xaqiijino in xataa saamaynada aadka u xunxun ee aan inta badan dhicin si buuxda loo baaro.

Waxaan maqlay in dadka waaweyn ay dhimanayaan marka ay tallaalka qaataan, taasi ma runbaa?

Wararka ku saabsan in 23 qof oo dad waaweyn ah ay ku dhinteen gudaha Norway kaddib markii la tallaalay LAMA caddayn in uu tallaalku sababay. Hay`adda Caafimaadka Adduunku waxay ogaatay in aysan "kordhin dhimashada dadka daciifka ah, dadka da`da ah oo aan la filayn ama saamaynaha xunxun ee aan caadi ahayn la arag ka dib tallaalka."

Wakhti xaadirkaan, inta badan dadka waaweyn ee Maraykanka, Boqortooyada Ingiriiska iyo Israa'iil ayaa dhammaantood la tallaalay ayada oo aysan jirin wax war ah oo la xaqiijiyay oo ku sheegayo dhimashooyin aan la filayn ama saamaynaha xunxun ee aan caadi ahaan la arag kaddib qaadashada (ama uu sababay) tallaalka COVID-19.

Dadka waaweyn ee reer Canada ee ku nool guryaha daryeelka muddada dheer ama bulshada dhexdeeda, khubarada caafimaadku waxay sii adkaynayaan in faa'idooyinka wanaagsan ee tallaalada COVID-19 ay ka awood badan yihiin khatar kasta, is tallaaliddana waa lagu talinayaa.

Ma tahay mid ammaan ah mase lagu talinayaa in dadka waaweyn ee la nool xanuunada maskaxda ay qaataan tallaalka COVID-19?

Da'du waa arrinta khatarta ugu weyn qofku ugelisa xanuunada maskaxda (dementia). Ayada oo la eegayo Jaangoynta Canada(Statistics Canada), ugu yaraan saddex meelood meel dadka reer Canada ee u dhintay COVID-19 ayaa sidoo kale la noolaa xanuunka Alzheimer ee maskaxda ku dhaca.

Dadka la nool xanuunada maskaxda inta badan waxay la nool yihiin ugu yaraan mid kamid ah cudurrada raaga, waxayna muujiyeen in ay khattar badan ugu jireen, marka la barbar dhigo dadka aan qabin xanuunka maskaxda, in uu ku dhaco caabuqu, in aad ula xanuunsadaan una dhintaan COVID-19 gaar ahaan haddii ay yihiin dadka aan caddaanka ahayn.

Dadka la nool xanuunka maskaxda ah waxay aad ugu dhow yihiin in ay dhibaato ku qabaan in ay fahmaan ayna xasuusnaadaan tallaabooyinka caafimaadka dadweynaha, sida kala fogaanshaha iyo xirashada maaskaroda marka ay la joogaan dadka kale taasoo si weyn u kordhinaysa khatartooda qaadidda COVID-19. Tan ayaa ah sababta Hay`adda Caafimaadka Canada, Ururada Caafimaadka iyo Kalkaalisooyinka ee Canada, iyo Bulshada Alzheimer ee Canada dhammaantood ay ugu talinayaan in dhammaan dadka waaweyn ee reer Canada, oo ay kujiraan kuwa la nool xanuunka maskaxda, ay is tallaalaan marka ay awood u helaan.

Waxaa jira walaac ah in qaar ka mid ah saamaynaha xunxun ee kooban kuwaas oo la xariira tallaalada COVID-19, sida gacan xanuunka, madax xanuunka, murqo xanuunka, daalka, qandhada ama shubanka kaas oo jiri kara maalin ama laba maalmood ayaa laga yabaa inay wareeriyaan ruuxa la nool xanuunka maskaxda, lkn saamaynaha xunxun ee tallaalka kadib waa kuwo loogu maarayn karo si wanaagsan acetaminophen ama daaweeyn kale. Malaayiin ka mida dadka waawayn guud ahaan dunida kuwaas oo la nool xanuunada maskaxda ayaa si badqab leh u helay talaalkooda COVID-19, khubarada caafimaadkuna waxay sii wadaan inay carabka ku adkeeyaan in faa'idooyinka tallaalka COVID-19 ay markasta ka miisaan culusyihiin khatarihiisa ayadoo istallaalidu si gaar ah loogula talinayo dadka la nool xanuunada maskaxda.

Waxaan ahay qof weyn oo horey ugu dhacay COVID-19, ma u baahanahay in aan qaato tallaalka?

Xataa hadii uu horay kuugu dhacay COVID-19 wali waxaad faa'ido ka helaysaa helidda tallaalka sababtoo ah waxaa macquul ah inuu markale kugu dhoco.

Waqti xaadirkaan ma jiro macluumaad ku filan oo sheegaya waqti intee le'eg ayaa qofka jidhkiisu ka ilaashan yahay COVID-19 haduu mar kudhacay laakiin caddaymo hordhaca ayaa soo jeedinaya in difaaca dabiiciga ah uusan dhawr bilood ka badan jiri karin. Waayo inuu caabuqu mar labaad ku dhoco ka dib marka dadku ka bogsadaan COVID-19 ayaa la ogaaday inay naadir tahay 90ka maalmood ee ugu horraysa, dadka qaar ayaa laga yaabaa inay dib u dhigaan is tallaalida ilaa waqtigaa— si kastaba hadii ay rabaan inay ka hor is tallaalaan kuma jirto wax dhibaato ah in sidaasi la sameeyo.

Saynisyahanadu waxa ay aaminsanyihiin in tallaalka COVID-19 ka ilaalinta uu kaa ilaalinayo COVID-19 ay tahay mid hubaal ah, muddo dheer oo heer sarena ah marka lagugu tallaalo marka labarbar dhigo caabuqa dabiiciga ah.

Qaadashada tallaalku ma waxay la micno tahay in aan qaadayo COVID-19?

Afarta tallaal ee COVID-19 kuwaas oo waqti xaadirkaan diyaar u ah dadka reer Canada kuma qaadsiin karaan kamana qaadi kartid COVID-19. Dhammaan tallaaladu waxay wataan kaarka tafasiisha kasoo jirkaagu isticmaaalayo si uu u sameeyo jab yar oo ah boratiinka spike-ka oo aan waxyeelo lahayn kaas oo la mid ah boratiinka dhabta ah ee kujira fayraska COVID-19, taasoo awood u siinaysa in jirkaagu aqoonsado lana dagaallamo fayraska.

Tallaalka COVID-19 dhab ahaantii ma wato fayraska COVID-19, sidaas darteed tallaalka kama qaadi kartid COVID-19. mRNA-da iyo DNA-da la sameeyey taasoo tiir dhexaad u ah tallaalada COVID-19 sidookale si dhaqsa ah ayaa uburburaan marka ay jirka soo galaan.

Tallaalka COVID-19 kama dhigayso mid togan baaritaanka nasopharyngeal PCR(dhabxanaga). Hadii lagaaga helo baarista caabuqa COVID-19 baaritaanka nasopharyngeal PCR(dhabxanaga), tani waxay la micno tahay in aad qabto caabuqa COVID-19, xiriirna lama lahan tallaalkaan.

Waxaan maqlay waxyaabaha kujira tallaalku in ay waxyeello yihiin, taasi ma runbaa?

Tallaalada Pfizer-BioNTech iyo Moderna labadooduba waxaa kujira mRNA iyo kuwo kale, oo ah waxyaabaha caadiga ah ee tallaalka lagu daro, sida duxda (taasoo ilaalisa mRNA), cusbo, iyo sidaa si lamid ah inyaroo sonkor ah. AstraZeneca iyo Johnson & Johnson waxay ku jira DNA iyo waxyaabaha kale ee lagu daro tallaalka ee caadiga ah ee lamidka ah tallaalada mRNA.

Dhammaan tallaalada la aqbalay ee COVID-19 lagama samayn ayada oo la isticmaalayo wax ka samysan lo' ama doofaar. Tallaalada Pfizer-BioNTech iyo Moderna lagama samayn unugyada uurjiifta, laakiin si lamid ah tallaalo kale oo badan, talaalada AstraZeneca iyo Johnson & Johnson waa laga sameeyay. Waa muhiim in la ogaado, in tallalada midkoodna aysan kujirin wax nude ama unug uurjiiif ah. Tallalada la ansixiyay ee wakhti xaadirkaan kuma jiraan waxyaabaha xassaasiyadda sababa ee caadiga ah sida xabagta, caanaha, lactose-ka, gluten, ukunta, galayda/haruurka, ama lowska kumana jiraan waxyaabaha sida waxyaabaha jirka la galiyo (implants), waxyaabaha jirka lagu dhajiyo (microchips) ama qalabyada dabogalka (tracking devices).

Tallaalka COVID-19 ma iga difaacaya

noocyada cusub ee fayraska ee hadda soo baxaya?

Waxaa jira laba nooc oo ah fayraska COVID-19 oo werwer keenay kuwaas oo lagu arkay Boqortooyada Ingiriiska iyo Koonfur Afrika. Noocan oo markii ugu horrraysay laga helay gudaha Boqortooyada Ingiriiska waxa uu sare u qaaday sida fiican ee uu borotiinka spike-gu ugu dhagi karo qaabilayaasha unugyada si uu uga dhigo kuwo ka dhigaya sidaa darteedna waa kuwo ilaa 50% ka faafid badan kuwa kale. Nooca laga helay Koonfur Afrika waa mid ka dhagis badan laakiin waxaa kujira isbaddal dhanka hiddo raacyada ah kaasoo ka caawinaya fayraska si uu u baddalo qayb kamid ah muuqaalkiisa ee lagu aqoonsado taasoo ka caawinaysa in uu ka dhuunto difaaca jidhka.

Pfizer-BioNTech iyo Moderna AstraZeneca iyo Johnson & Johnson waxay ogaadeen tallaaladooda COVID-19 inay yihiin kuwo wax ka taraya nooca markii ugu horeysay laga helay Boqortooyada Ingiriiska, halka tallaalada Pfizer-BioNTech, Moderna, and Johnson & Johnson kaliya lagu arkay hoos u dhac ku yimid waxtar kooda ka dhanka ah nooca markii koowaad laga helay Koonfur Afrika.

Pfizer-BioNTech iyo Moderna waxay sheegeen in ay ka fakarayaan in ay ku daraan xoojiye tallaalkooda. Wali waxaa laguugula talinayaa in aad qaadato tallaalka COVID-19 sida ugu dhakhsaha badan ee aad u awooddo.

Waxaan ahay qof wayn oo ku dhex nool bulshada, goorma ayaan helayaa tallaalka?

Marka la tixraaco Dowladda Canada iyo goboladeeda iyo dhulkeeda, duqowga reer Canada waa in ay bilaabaan is tallaalidda marka la gaaro Maarso ayada oo dhammaan dadka waaweyn ay tahay in ay fishaan in ay qaataan tallaalka qaybtiisa koowaad ka hor Juun 2021. Sii wad in aad la socoto websaytyada dowladda aadna dhegaysato wararka si aad u hesho macluumaadkii ugu danbeeyay ee wakhtiga tallaalada laga heli doono deegaankaaga.

Waxaan daryeelaa qof weyn oo aan doonayn in uu tallaalka qaato, sideen ugu qancin karaa in uu yahay ammaan?

Waxaad ka arki kartaa su`aalaha iyo jawaabaha dadka waaweyn ee COVID-19 sida tan oo kale ama linki kasta oo kale ee hoose kaasoo ka jawaabaya su`aalaha si gaar ah ula xiriira dadka waaweyn.

Sidoo kale u cadddee dadka waaweyn ee kula nool in COVID-19 uu yahay xanuun daran, iyo in wax ka badan 95% dhimashooyinka COVID-19 ee Canada ay ku dhacday dadka reer Canada ee waaweyn da`dooduna tahay 60 sano iyo kasii weyn. Waa wax la fahmi karo in dadka waaweyn ay ka welwelaan tallaalka COVID-19, laakiin ogaanshiyaha xaqiiqooyinka in khatar kasta oo dhici karta oo ah saamaynaha xunxun ee la xiriira qaadashada tallaalku ay in badan

ka wanaagsan yihiin khatarta u dhimashada COVID-19 waa inay shakiga ka saartaa, khaasatan marka milyamaad dad waaweyn ah oo kala jooga daafaha dunida ay si badqab leh u qaateen tallaalka COVID-19 ilaa hadda.

Waxaan xubin ka ahay bulsho la midab sooco waxaana ka warwareegayaa in aan qaato tallaalka COVID-19, sideen ku ogaan karaa in uu ammaan ii yahay?

Waa wax la fahmi karo in dadka la midab sooco, khaasatan dadka Madowga ah iyo kuwa Canada Asalka ah, ay ka welwelaan in ay qaataan tallaalka ayada oo ay sabab u tahay cunsurinimada nidaameed iyo is aamin la`aanta soo jirtay ee hanaanka daryeelka caafimaadka Canada. Si kastaba ha ahaatee, dadka reer Canada ee aan caddaanka ahayn waxaa saami ahaan si aan u qalmin u saameeyay COVID-19 ayada oo ay sabab u tahay dhibaatooyinka dhanka bulshada, dhaqaalaha iyo caafimaadka ah qaadashada tallaalkuna waxay siin kartaa heerka ugu sareeya oo difaac ah ee uu iskaga difaacayo fayraska.

Intaa waxaa dheer, Pfizer-BioNTech, Moderna, AstraZeneca iyo Johnson & Johnson waxay sheegeen in waxtarka tallaaladooda ay ahaayeen kuwo joogta ah marka la eego da`da, isirka iyo faraca, iyo jinsiga dadka.

Hadda maadaama tallaaladu ay socdaan, goorma ayaan awoodi doonaa in aan ku laabano noloshii caadiga ahayd?

Dhammaanteen waxaan sii wadi doonaa in aan xirano maaskaro marka aan joogno goobaha dadweynaha, waxaan sii wadaynaa in aan kala fogaano aana guriga joogno sida ugu badan ee ugu macquulsan mustaqbalka dhow. Xakamaynta COVID-19 gudaha Canada waxay qaadan doontaa wakhti. Wakhti xaadirkaan dowladda Canada waxay rajeynaysaa in qof kasta oo reer Canada ah ee doonaya tallaalka COVID-19 uu heli doono marka la gaaro Sibteembar 2021.

Haddii in ka badan 80% dadka reer Canada la tallaalo intaa wixii ka danbeeya - waxay u eegtahay in aan gaarno heerka 'difaaca ee herd' ama difaac bulsho kaasoo noo oggolaan kara in aan kusoo laabano heerkii nolosha caadiga ahaa.

Ma jiraan tallaalo kale oo ay tahay inaan qaato?

Gabi ahaanba! Hay`adda Caafimaadka Dadwayaha ee Canada waxay dadka waawayn ee reer Canada kula talinaysaa inay la socdaan dhamaan tallaalada kuwaas oo ayaga loogu talagalay.

Tusaale ahaan, waxaa dadka waawayn lagula taliyaa inay qaataan tallaalka sanad laha ah ee influenza(hargabka) sanad kasta xagaaga, iyo inay dhammaan iska tallaalaan si ay isaga ilaaliyaan cudurada pneumococcal(sababta ugu badan ee guud ahaan ku keenta oof wareenka dadka waawayn), herpes zoster (Shingles), teetanada, xiiq dheerta (pertussis), iyo cagaarshowga A iyo B. Waxaa kuu wanaagsan in aad ka xaqiijiso bixiyahaaga koowaad ee daryeelka ama farmashiile waxyaabaha ku saabsan tallaalada aad qaadan karto.

Ilaha Dheeraadka ah ee Caawimada

- World Health Organization - tallaalada COVID-19
- Hay'adaha Caafimaadka Dadwaynaha ee Canada – macluumaadka COVID-19 iyo ilaha: hoos u dhigidda khattarta qaadista caabuqa iyo faafinta fayraska
- Hay'adaha Caafimaadka Dadwaynaha ee Canada - Qorshaha Tallaalka COVID-19 ee Canada: Bad baadinta Nolosha iyo Nolol Maalmeedka
- Bulshada Alzheimer ee Canada – Qaybinta Tallaalka COVID-19
- Xinjirowga Canada Macluumaadkii Ugu danbeeyay ee Tallaalka Astrazeneca iyo Dhiig Xinjirowga
- Hagaha Xinjirowga Canada ee Tallaalka COVID-19 iyo Ka hortaggga xinjirawga dhiigga
- Dowlada OntarioAmmaanka Tallaalka COVID-19
- Sayniska Aan Caddayn
- Sinai Health –Waydii khabiirka: Wax ka ogow tallaalada COVID-19
- Johns Hopkins Medicine- Tallaalka COVID-19: Khuraafaad la barbar dhigay xaqiiq
- CBC News - Dhaqaatiirtu waxay sheegeen in tallaalada COVID-19 inay labadaba u leeyihiin dadka waawayn ee reer Canada kuwo difaac leh ammaana u leh. Waa kuwaan waxyaabaha dadka waawayn ay u baahan yihiin inay ogaadaan
- Caalamka iyo Farriimaha - Khuraafaadka ku saabsan tallaalada ee sida faraha badan u dhex wareegaya baraha oonlaynka ee ka dhex jira dhamaan da'ha kala duwan, dhaqaatiirta ontario ayaa sidaa yiri

Si aad u barato wax badan oo ku saabsan NIA booqo
wabseedkena **https://www.nia-ryerson.ca/**
nagalana soco twitter-ka **@RyersonNIA**

NATIONAL INSTITUTE ON AGEING