

كوتانى كۆفئىد-۱۹ و ئەنفلۇنزا (ھەلامەت) : ۋەلامى پىرسىيارە كانت

ھەرىكەت لىھە قايروۋسە كانى ھەلامەت و كۆفئىد-۱۹ دەمىننەۋە و لە سوراندان ئەم زىستانە. ھەرىۋىيە كوتان باشترىن خۇپاراستن دابىن دەكات لەدژى ھەردوۋ نەخۇشەيەكە، ھەم بۇ خۇت و ئەۋانەي ئاگايان لەتۇيە و ئازىز و خۇشەۋىستانە. لەخوارەۋە ۋەلامى ئەۋ پىرسىيارەنەيە كە خەلكى كىردوۋىيەتى لەۋ ھاۋكارانەمان لەكاتى خۇكوتاندا، لەسەر خۇكوتان.

1 - چۇن ھەرىكەت لە كوتانى (فاكسىن) ھەلامەت و كۆفئىد-۱۹ كار دەكات ؟

فاكسىنى كۆفئىد-۱۹ ۋە ھەلامەت بەھەمان شىۋەي ھەموو كوتانەكانى دىكە كار دەكەن: ئەۋىش بەشىۋەي ناردنى ئاماژە بۇ سىستىمى بەرگىرە لەشت بەجۇرئە كە دژەيەك دروست بكات بتوانى شەر لەگەل فايروۋسەكە بكات. كاتى كە سىستىمى بەرگىرە لەشت فىرى ئەۋە بوو كە دژايەتى فايروۋسەكە بكات ئىتر دەتوانى لەكاتى سەرھەلدانى ئەۋ فايروۋسەدا بتپارىزى. فاكسىن دەستكارى (دى ئېن ئەي) تۇناكات ھەروھەھىچ فاكسىنى ھەلگىرى فايروۋسى زىندوو نەي. ۋەرگىرتى فاكسىن رىگايەكى خىراتر و سەلامەتترە بۇ سىستىمى بەرگىرە لەشت بۇ ئەۋەي فىر بىت چۇن پارىزگارى لەخۇي بكات و دژە-لاشە دروست بكات ھەتا بتوانى لەۋرېنگەۋە بتپارىزى لە نەخۇشى، باشترە ھەتا نەخۇشەيەكە بگىرە.

2 - من دوو جار يان سى جارى تر كوتراوم بۇ كۆفئىد ھەروھە سالى پار كوتراوم بۇ ھەلامەت . ئىتر بۇ ئەي دىسان فاكسىنى ترم لى بدەن؟

ئەۋ پارىزگارىيەي كە فاكسىنى ئەنفلۇنزا و كۆفئىد-۱۹ دابىنى دەكات بە تىپەرىبوونى كات بۇ ھەموۋان كەم دەبىتتەۋە، ھەردوۋ فايروۋسەكەش باشن لە پەرەسەندن بۇ جۇرە نوپىيەكان كە بە شىۋازى جىاۋاز بىلادەبنەۋە. ئىمە دەتوانىن بەسەر ئەمەدا زال دەبىن بە داۋاكرىن لەۋ كەسانەي كە زۇرتىن مەترىسيان لەسەرە لە توشبوون بە Covid-19 يان ئەنفلۇنزا بۇ 'بەرزكردنەۋەي' بەرگىرە لەشيان بە كوتانى زىادە. بۇ Covid-19، كۇرسى سەرەكى كوتان بۇ ئەۋ كەسانەي تەمەنيان لە سەرۋوى 18 سالىۋەيە سى ژەمە - يەكەم كوتان، دوۋەم كوتان و بووستەر ۋاتە بەھىزكردن. ئەگەر كەسكى بەتتەمەنىت، يا دوۋگىانىت يان كىشەي تەندروستىت ھەيەكە ماناى ئەۋەيە زىاتر مەترىسەت لەسەرە لە توشبوون بە فايروۋسى كۇرۇنا، ئەۋا كوتانى زىادەي كۆفئىد-۱۹ ت پىشكەش دەكرىت ئەگەر بزانى بۇدەشى، بۇ ئەۋەي كە زۇرتىن پارىزگارىت لىبكات.

بۇ ئەنفلۇنزا، داۋا لەۋ كەسانە دەكرىت كە زۇرتىن مەترىسيان لەسەرە سالانە جارىك فاكسىنى ئەنفلۇنزاى ۋەرزى ۋەرىگرن. ئەم فاكسىنە سالانەيە بۇ پاراستن لە نوپىن جۇرى فايروۋسى ئەنفلۇنزا دروستكراۋەكە لە سووراندایە و دەمىننەۋە.

3 - ئەگەر فاكسىن كارى نەكرد، ئايا خەلك ھەر توشى كۆفئىد و ھەلامەت دەي دۋاى ئەۋەي كوتران ؟

ئەۋە راستەكە ھەرىكەت لە فايروۋسى ھەلامەت و كۆفئىد-۱۹ كوتان ناتوانى ۋا بكات كە توشيان نەي، چۇنكە ئەۋ دوو فايروۋسە زۇر زىرەكەن لە خۇگۇرپىن دا. بەلام لەگەل ئەۋەشدا، ئەگەر بىت و تۇژەمەكانى كوتانت ۋەرگىرتى بەشىۋەيەكى زۇر باش ئەگەرى توشبوون كەم دەكاتەۋەكە فايروۋسەكە زۇر بەخراپى بگىرە، رەۋانەي خەستەخانە بكرپى ياخود خوا نەخۋاستە بمرى بەھۇيانەۋە.

4 - ۋا ژيان ئاساپى بوۋتەۋە، بۇچى من دەي ھەر فاكسىنى كۇرۇنا لەخۇم بەم؟

ئىستا كە كۇت و بەندەكانى سەبارەت بە Covid-19 ھەلگىراون، لەۋانەيە ۋا دەرکەۋىت كە Covid-19 رۇيشتوۋە. بەلام، يەككە لە ھۇكارە سەرەكىيەكان كە ژيان لە ئىنگلتەرا ئاساپى بوۋتەۋە ئەۋەيەكە زۇر كەس كوتانىان بۇ كراۋە، بە تايبەتى ئەۋانەي كە زۇرتىن مەترىسيان لەسەرە لە توشبوون بە كۆفئىد-۱۹، ۋەك بەسالچوۋان و ئەۋ كەسانەي كە بارودۇخى تەندروستى تايبەت و خراپيان ھەيە.

له ئینگلتەرا ئاستی بەرزى کوتانمان به جۆرىکه که جۆرى ئۆمیکرون له Covid-19 به سووک دادەنریت، بەلام هەمان ئەم جۆره بوو ته هۆى مردنى هەزاران کەس له نىوان کەسانى به سالاجوو که نه کوتراون له هەندى ولاتانى دیکهى وهک هۆنگ کۆنگ.

نابیت له بیرمان بچیت پەتای Covid-19 چەندە کوشندە بوو. له بەریتانیا له نىوان مانگی ئازارى 2020 بۆ ئایى 2022 203,158 حالتهى مردن به نهخۆشى Covid هەبوو و 1.8 ملیون کەس تووشى کۆفیدی درێخایەن بوون. له سالتیکدا له مانگی ئازارى 2020 تا مانگی ئازارى 2021، پيش ئەوهى کوتانى Covid بلاو بێتەوه، رێژهى مردن له بەریتانیا به رێژهى 21% زیاتر بوو له تیکرای پینج سالى پيشوو. ئیمه ناتوانین لهم فایرۆسه دنیابینەوه و لى نهترسین.

5 - من توشى کۆرۇنا فایرۆس بووم ئیتر بۆجى دەبى فاکسین بەدم لهخۆم ؟

ئەگەر تۆ توشى Covid-19 ت بوى، رەنگه سیستەمى بەرگرى لەشت دژتەن بەرهم بەینیت که هەندىک پارێزگارى لیدەکات. بەلام ئاستى بەرگرى لەش که بههۆى هەوکردنەوه بهکەوه دەستپێدەکات پيشبى نهکراوه. بۆ هەندىک کەس لهوانەيه بەرز بىت، له کاتیکدا هەندىکى تر بەرگرىبه کى کهمیان هەيه و لهوانەيه توشى Covid ببن، دیسانەوه.

جۆرى وهلامدانەوهى بەرگرى جهستەت که دواى وهگرتنى فاکسینى Covid ئەنجامى دەدات زۆر بههیزتر و متمانه پیکراوتره له وهلامدانەوهى ئەوکاتەى که توش بووى به فایرۆسه که.

یه کىکى تر له و شتانهى رهچاوکردنى پىوسته ئەوهيه که ئەو پاراستنەى که فاکسینى Covid-19 یان بههۆى هەوکردن واته توشبون پيشکەشى دەکات به تپه پىوونى کات کهم دەبیتەوه، بۆیه گرنکه بەرگرى جهستەت به ژەمى زیاده پر بکەیتەوه.

6 - من نیکه رانم که فاکسینى کۆفید-19 کارىگەرى خرابى هەبیت لهسەر نهزۆکى و هەروهها چالاکى سیکسىم؟

زانبارى هەله هەيه که فاکسینەکانى Covid-19 لهوانەيه کارىگەرى لهسەر مندالبوون، ئارەزووى سیکسى یان ئەدای سیکسى خەلکى هەبیت. فاکسینى Covid کارىگەرى لهسەر توانای دووگیانبوونت نابیت، کارىگەرى لهسەر کوالیتى سپیرمه کانت نییه، هەروهها ئارەزووى سیکست یان توانای بەردەوامبوونى کۆئەندامى زاوژیت ناگۆریت و کارىگەرى نیه لهسەر ئارەزووى سیکسى. وهک هەموو فاکسینەکان، کوتانەکانى Covid-19 سیگنالیک دەنێرن بۆ سیستەمى بەرگرى لەشت بۆ دروستکردنى ئەو دژتەنانهى که فایرۆسه که دەناسنەوه و بەرەنگارى دەبنەوه. هیچ پیکهاتهیه کىان تیدا نییه که کارىگەرى لهسەر توانای مندالبوونت یان توانای سیکسیت هەبیت، هەروهها پیکهاته کانى فاکسینە که له ماوهى چەند رۆژیک له جهستەتدا دەمىنیتەوه.

7 - من کەسێکى سکپرم، یاخود شیرى خۆم دەدەم به منداله کهم، ئایا فاکسینى کۆفید زىانى دەبى بۆ کۆرپه له کهم هەروهها چەند فاکسینم پىوسته؟

ئەگەر دووگیانیت، زۆر گرنکه هەموو ئەو کوتانانەى Covid-19 ت هەبیت که له کاتى دووگیانیدا پيشبار کراون، لهوانەش هەر جۆره فاکسینیکى تر بۆ بههیزکردن، تەنانەت ئەگەر تۆ لەش ساغ و تەندروست بى، هەروهها هەموو ئەو فاکسینانەى ترى Covid که مافى خۆته وەر گرتبى. ئەوا سەلامەتە فاکسینى Covid وەرگرى له هەر قۇناغیکى دووگیانیتدا بى. پیکهاته کانى فاکسینە که ناتوانن بپه رنەوه بۆ ناو مندالدا کەت، دواى چەند رۆژیک جهستەت بهجیدەهێلن هەلبەت دواى ناردنى سیگنالیک بۆ سیستەمى بەرگرى لەشت بۆ دروستکردنى ئەو دژتەنانهى که فایرۆسه که دەناسنەوه و بەرەنگارى دەبنەوه.

وهک هەموو فاکسینەکان، لهوانەش ئەنفلۆنزا، توپزینەوه وکان دەریانخستوو که دژتەنى پارێزەر که له کوتانى Covid پهرهى سەندوو دەتوانیت له دایکەوه بۆ کۆرپه مندالدا بگوازرتەوه، و دواى له دایکبوون له ریکهى شیرى دایکەوه، یارمهتى بەرگرى له کۆرپه که دەدات بۆ چەند مانگی به کەمى ژيانان.

8 - من نینگەرانم دەربارەى كارىگەرە خراب و لاوه كىه كانى فاكسىنى كۆفید-۱۹ و ئەنفلۇئىزا، من چاوەرپى چى بكم له مبارهوه؟

كارىگەرىيە لاوه كىيە باوه كان زۆر كەمتر مەترسىدارن له تووشبوون به فايرۆسى كۆرۇنا يان ئەنفلۇئىزا يان ئەو ئالۆزىيانەى كه پەيوەنديان به هەر فايرۆسكەوه هەيه، كارىگەرىيە كانى زۆر كەمتره و بەزۆرى له ماوهى چەند رۆژيكدان نامىنيت. ئەگەر پىدەچىت كارىگەرىيە لاوه كىيە كانت خراپتر بىن يان ئەگەر نىگەرانىت، پەيوەندى بكم يان كلىك له سەر 111 NHS بكم. ئەگەر داواى ئامۆزگارى له پىسپۆرىكى تەندروستى دەكەيت، دلىنبا به كه دەربارەى كوتانەكەت پىيان دەلىيت بۆ ئەوهى بتوانن به باشى هەلسەنگاندن بۆ بكم.

هەموو كەسك جىاوازه، بۆيه ئەو كارىگەرىيە لاوه كىانەى كه لهوانەيه تووشى ببىت (ئەگەر هەر فاكسىنىكت دەست بكمەوت) بهندە بهوهوه كه كام فاكسىن وەرده گرىت، ئايا به كەم يان دووهم ژمى تۆيه و تو وهك تاكىك. كارىگەرىيە لاوه كىيە باوه كان برىتين له:

- نازار و هەست كردن به قورسى و هىلاكى له قۆل و بالدا ئەو جىگايەى كه دەرزيه كەى لىدراوه.
- سەرئىشەو نازار له ماسوله كه كاندا.
- لەرز
- سەرگىژ خواردن و رشانهوه
- سكچوون
- هەست كردن به هىلاكى
- تا و گەرمى لەش بەرزبونەوه بۆ سەرو ۳۷ پلەى سىلسى.
- نازارى جومگە كان.

هەر وهه لهوانەيه نىشانە كانى هاوشىوهى ئەنفلۇئىزات هەبىت له گەل چەندىن جار لەرز بتگرى بۆ ماوهى يەك يان دوو رۆژ.

شىنگە لىكى سادە هەيه كه دەتوانىت بىكهيت بۆ كەمكردنەوهى نىشانە كان، وهك خواردن دەرمانى نازار شكىن وهك پاراسىتامۆل.

داوى وهگرتنى فاكسىنى Covid، رەنگە هەندىك كەس تووشى گۆرانكارى له سورى مانگانە ياندا بىن. ئەم گۆرانكارىيانە بەزۆرى بچووكن به راورد له گەل گۆرانكارىيە كان كه به شىتو به كى سروشى له كاتى سورى مانگانە دا روودەدەن، و به خىراپى پىچەوانە دەبنهوه.

گرنگە ئاماژە بهوه بكمەيت كه به بى گۆيدانە ئەوهى كه ئايا تووشى كارىگەرى لاوه كى دەبىت يان نا، هىشتا سوودمەند دەبىت له پاراستنى فاكسىنە كان. تەنانەت ئەگەر داوى فاكسىنى Covid-19 تووشى كارىگەرى لاوه كى بوويت، ئامۆزگارىت دەكەين هەموو ژمە پىشنيار كراوه كان وهبرىگرىت. كۆرسى تەواو پىشنيار كراو باشترىن پاراستن له فايرۆسە كه دەدات به تۆ و كەسانى تر.

9 - من له يەك كاتدا هەردوو فاكسىنى كۆفید ۱۹ و هى هەلامەتم له خۆم داوه، ئايا كارىگەرىيە لابه لايە كانى ئەو فاكسىنە خراپتره؟

ئەگەر تۆ شمولى ئەوه بكمەى كه هەردوو فاكسىنى كۆفید-۱۹ ي بەهێز كردن و هى هەلامەت لى بدرى، ئەوه دەكرى هەردوو فاكسىنە كه وهگرى (بەلام دەرزيه كه دەدرى له قۆلى جىاواز). دياره كارىگەرىيە لابه لايە كانى ئەو دوو فاكسىنە خراپتر نا بۆ به به كەوه، هەندى كەس پىيان باشه كه هەردوكيان به به كەوه له خۆى بدات هەتا نازار و كارىگەرىيە خراپە كانى كه مەتر بكمەتوه.

10 - فاكسىنى كۆفید-۱۹ زۆر به خىراپى دروست كراو، ئايا من چۆن بزنام سەلامەتە؟

هەموو ئەو فاكسىنانەى Covid-19 كه له بەرىتانيا به كاردەهێنن، به هەمان سى قۇناغى تاكىكردنەوه كلىنىكىه كان تىپەرىون كه هەموو فاكسىنىك پىيدا تىدەپەرىت.

ئەوان له سەر دەيان هەزار كەس له جىهاندا تاكىكرانەوه و بۆ خىراكدن پەرەپىدانى فاكسىنى Covid-19، سى قۇناغى تاكىكردنەوه كه رىكخران بۆ ئەوهى سەرىك بكمەون. هەر وهه به رهه مەپىنانى فاكسىنە به لىندەرە كان پىش كۆتالى هاتنى تاكىكردنەوه كان دەستىپىكرد، ئەمەش يارمەتیدەر بوو بۆ خىراكدن كاتى گەياندن.

ھېچ گۆشەيەك لە تاقىکردنەوھى فاكسىنەكان و دىنبايون لەوھى كە ستانداردە توندەكانى سەلامەتى و كارىگەرييان تىدايە نەبدرار. چەندىن مليار كەس لە دژى كۆفید-۱۹ كوتانىان بۆ كراوھ.

1 1 - من مەترسى توشبونی كۆفید-۱۹ و ھەلامەت نىھ ، ئىتر بۆچى دەبى خۆم بكۆتم؟

لە كاتىكدا كە راستە زۆرىھى ئەو كەسانەى تووشى نەخۆشى Covid-19 يان ئەنفلۆنزا دەبن تواناى چاكبوونەوھىيان ھەيە، ھەردوو فایرۆسە كە پىشېبى نە كراوھ لە چۆنىھتى كارىگەرى لەسەر مەرفەھەكان و تەنانەت كەسانى گەنج و تەندروست دەكرى زۆر ناتەندروست بن يان بەھۆى ھەردوو فایرۆسە كەوھ بمرن. ھەروھە ھەندىك كەس تووشى ئالۆزى توند دەبن بەھۆى Covid-19 نىكەى دوو ملیون كەس لە بەرىتانيا بە نەخۆشى كۆفیدی درىژ خايەن دەژىن ، كە نىشانەكانى Covid دواى زياتر لە چوار ھەفتە دواى تووشبوونىيان بەردەوامە. لەبەرئەوھى نەخۆشىيە كە زيان بە سىيەكان و دل و مېشك دەگەيەنئىت، رەنگە ببىتە ھۆى كىشەى تەندروستى درىژخايەن كە تا ئىستاش بىسپۆران كار بۆ تىگەيشتن دەكەن لەو بارەوھ.

ھۆكارىكى تر ھەيە بۆ ئەوھى بىر لە ھەرگرتى ھەردوو فاكسىنە كە بكەيتەوھ: ئەوان كەسانى دەوروبەرت دەپارزىن. تەنانەت ئەگەر تۆ بەھۆى فایرۆسە كەوھ نەخۆش نەبىت ، بەلام دەكرى فایرۆسە كە بگوازىتەوھ بۆ كەسېكى تر كە رەنگە بۆ ئەو كەسە زياتر كارىگەرى لەسەر بىت.

1 2 - ئايا من پىويستم بەھەردوو ك فاكسىن ھەيە، كۆفید-۱۹ و ئەنفلۆنزا؟

بەلى. ئەگەر تۆ مافى فاكسىنى ئەنفلۆنزا تەھەيە گەنگە فاكسىنى ئەنفلۆنزا لەخۆت بەدى ھەروھە ھەر كوتانىكى Covid-19 كە پىشكەشت دەكرىت. فاكسىنى ئەنفلۆنزا و Covid-19 تۆ دەپارزىن لە دوو ھەوكردى جياواز كە ھەردوو كيان دەتوانن زۆر جددى بن، بەتايبەتى بۆ ئەو كەسانەى كە مەترسى زياتريان لەسەرە.

1 3 - ئايا فاكسىن گۆشتى بەرزى تىكەنە؟

لە فاكسىنى Covid-19 دا ھېچ ناوھەرۆكېك لە بنەجەى ئازەلدا نىيە و ئەنجومەنى پزىشكى ئىسلامى بەرىتانيا و ئەنجومەنى مۇسلمانانى بەرىتانيا پىشنىارىيان كەردوھ كە كۆمەنگەى مۇسلمانان دەرفەتە كە بقۆزەوھ بۆ ھەرگرتى كوتانى Covid-19 لەكاتى پىشكەشكردى، ئەمەش بەگۆرەى ياساى شەرىعەت . فاكسىنى ئەنفلۆنزاى دەرزى كە NHS پىشكەشى گەورەكان دەكات ھېچ توخمىكى جىلاتىنى گۆشتى بەراز لەخۇناگرىت.

فاكسىنى ئەنفلۆنزاى لووت بۆ مندالان بەراستى بېرىكى كەم لە جىلاتىنى گۆشتى بەراز لەخۆدەگرىت. ئەو دايك و باوك يان چاودىرانەى كە نارەزايەتى ئايىنىيان ھەيە بەرامبەر بە فاكسىنى ئەنفلۆنزاى لووت دەتوانن داواى فاكسىنى ئەنفلۆنزاى دەرزى بۆ مندالەكانيان بكەن.

1 4 - من نىگەرانم دەربارەى دەرزى لىدان ، نەك فاكسىن ، ئايا ھېچ ھاوكارىك ھەيە لەمروھو؟

زۆر كەس تا رادەيەك لە دەرزى لىدان دەترسن. ئەوھ تەواو ئاسايىھ و ئەوانەى خەلك دەكوتن زۆر راھاتوون – تكيە ھەست بە شەرمەزارى مەكەن.

ئەگەر نىگەرانىت لە دەرزى لىدانەكەت، كاتىك دەگەيتە شوپنى كوتانەكەت كەسېك ئاگادار بكەرەوھ. ئەوان راھىنراون بۆ يارمەتىدانى ئەو كەسانەى كە ترسىان ھەيە يان دلەراوكىيان ھەيە و دەتوانن پىشكەشى بەكەن.

زۆرىھى ئەو كەسانەى كە دەترسن لە دەرزى و دەچنە شوپنى فاكسىنەكە دەلپن ھەستيان بە دەرزىيەكە نەكردوھ.

5-1 - ئەگەر ھاتوو لە کاتی دەرزى لىدان من بورامەوہ ياخود توشى دئەراوئى ھاتم ؟

تکايە ھەست بە نىگەرانی و شەرمەزارى مەکن. ئەم جۆرە حالەتانە باون و ئەوکەسانەى کوتان ئەنجام دەدەن راھىنراون بۆ پشتگىرىکردنى ئەو کەسانەى کە پىوستان بە يارمەتى زیادە ھەيە بۆ کوتان. ئەگەر نىگەرانیەت لە وەرگرتنى فاکسىنە کەت و لە کاتی لىدانی دەرزىدا بىھۆش بوويت يان ھەستت بە دئەراوئى کردووہ، لە رابردوو، تکايە کەسئىک لە کلينىکە کە ئاگادار بکەرەوہ کاتئىک دەگەيتە شوپىنى کوتان.

بۆ زانیارى زياتر سەبارەت بە کوتانەکانى کۆفید-۱۹ و ئەنفلۆنزا ، ھەرۆھە دەربارەى ئەوہى کئى بۆى ھەيە لە خۆيان بدات، ھەرۆھە چۆن وەرزانە دەتوانى لەخۆتى بدەى ، بە يارمەتى خۆت سەردانى ئەم مالىپەرەى خواروہ بکە :
www.grabajab.net