This is a transcript of Sonah discussing vaccines including MMRV. (Somali)

Magaceygu waa Sonah. Waxaan deggen ahay bartamaha Bristol, aag la yiraahdo St Werburghs, Anigu waxaan hooyo u ahsaddex carruur ah. Waxaan dareemaya mahadweyn oo ah inaan ku noolyahay wadan si fudud looga heli karo tallaladda carruurteena. sida MMRV. Waxaan u maleeynayaa aniga ahaan, dhibka dhacadaas wakhtiga gaaban ah ee ah in la tallaalo iyo in la arko iyagoo dhibaataysan, waxaa hubaal ah inay ka miisaan badatay ogaanshaha inay leeyihiin difaac wakhti aad u dheer ah oo ay kaga hortgayaan qaar ka mid ah xanuunadan.

Waxaad dareemeysa inay ku jiraan carruurnimada iyaga oo leh qaar ka mid ah ilaalinta. Ilaalinta ugu fiican ay heysan karaan. Marka la gaaro waqtiga tallaalista, waxaan u maleeynaa walaacyada ugu weyn waa cunugeyga koowaad, ugu weyn, sababatoo ah waxaan oo kale horey ma ula kulmin, waxay aheyd waqti wadno taabad ah. Irbadda ayaa gasha, kadibna waxaa jiray hakin yar, ka dibna wejigooda ayaa isku soo urura marka ay oगाadaan waxa dhacay, aad ayayna u naxaan.

waxaan awooday inaan dejiyo iyaga, taasi waxay aheyd dareen wanaagsan, iyo ka fakarida ku saasan mudada dheer iyo waxayna ay mareyaan iyaga oo maraya ama aad si aad u darran u xanuunsada mustabalka ayaa sii adkaysneysa sida ay u adkeyd waqtigaas..

al wax oo aan u arkay mid aad waxtar u ah waqtiga tallaalka ayaa aheyd la hadlida waalidiinta kale ee dhawaan la tallaalay carruurtooda, iyo inaan sii fiican u fahamay waxaa u yahay habka iyo inta aad sugayso iyo sida uu jawiga u eg yahay oo kale iyo waxaa la dareemayo oo kale.Inay sifeeyaan khibraddooda waxaan u maleeynayaan inay gacan ka gaysatay u diyaargarowga, waxay iga caawisay u diyaargarowga waxa ay aniga ahaan iila muuqan lahayd. Xaqiiqdii waxay ahayd doorashada saxda ah ee qoyskayaga. Waa wax lagu qanco oo lagu nasto in la ogaado inay xoogaa difaac ah ka haystaan xanuunadaas. Waxaan u malaynayaa in mid ka mid ah waxyaabihii i caawiyey ay tahay inaan awooday inaan la hadlo waalidiinta kale iyo inaan haysto xoogaa waqti iyo meel ka sii badan oo aan ku tixgeliyo go'aanada iyo inaan gaaro go'aanno xog-ogaalnimo ah.

Waxaan u maleeynaya in fursado badan oo loogu talo galay waalidiinta inay ku sameeyaan taasii ay dhab ahaantii waxtar u ah, waxaana u maleeynaya inay jirto qiyaam dhab ah oo waalidiinta kale taas oo leh fikrado kale, carruur kale. Laakiin marka waqti heysto iyo goob aad kula hadasho shaqaale kale ee daryeelka caafimaadka. Waxay khabiir ku yihiin tani waxayna mar walba dareemayaan soo galida NHS ee dhexdhexaadka ah markaas oo ay og yihiin inaad rabto in caruurta lagu tallaalo.Laakiin dhab ahaantii awoodista ah inaad yeelato wada shakeysi, meel

ka baxan dhakhtarka qalinka GP-ga. ayaa dhab ahaantii waxtar u yeelan doontaa caawinta dadka iyo in laga taageero dadka inay gaaraan go'aamo la ogyahay kuwaas oo ku habooniyaga iyo xaaladoda. Waxaan u maleeynaya taladdayda tallaalka ee hooyooyinka cusub, aabayaasha iyo daryeelayaasha waxay noqon laheyd fursado lagu so uruuriyo macluumad badan oo aad u baahan tihiin, gaar ahaan haddii aad dareento inaad hubin.Raadi ilo lagu kalsoonaan iyo dad lagu kalsoonaan karo si aad ugala hadasho waxyaabahaas aad dareemayso hubaal la'aanta. Waxaan dareemayaa in Bristol iyo koonfur-galbeedba ay jiraan fursado qaar oo dhab ahaantii aad u wanaagsan oo wadahadal lagu dhex yeelan karo meelaha bulshada. Waxaa jira xarumo caafimaad oo bulshada ah, meelo tan oo kale ah oo ay joogaan dhakhaatiir iyo kalkaalisooyin, waxayna si farxad leh uga jawaabi doonaan walwalkaaga waxayna kaa caawin doonaan inaad gaarto go'aanka saxda ah.