Talaalka Measles, Mumps and Rubella (MMR)

Talaalku (ama iraabka ama durniinka ilmahu) waxa weeye sida ugu wanaagsan ee loogaga hor tegi karo cudurada khatarta ah. Ururada Canadian Paediatric Society iyo the National Advisory Committee on Immunization waxa ay si adag isugu raaceen talaal joogto ah.

Talaalka MMR wuxuu isugu jiraa saddex waxaanu ka hortagaa measles (jadeecada), mumps (qanjo-barar), iyo rubella (German measles). Waa in lasiiyo caruurta marka ay sanadka hore u buuxsamo hadana waa in talaalkan la siiyo marka ay dugsiga bilaabayaan (inta u dhaxaysa afar ilaa lix sanno). Talaalka laga-ga hor tegayo measles, mumps iyo rubella waxa sharciyan la isiga baahan looga baahan-yahay caruurta tagta dugsiyada Ontario (haddii aan laga dhaafin)

Talaalkan waa in dadka waaweyn ee aan hore looga talaalin measles, mumps ama rubella la siiyo. Dumarka uurka leh ee loo sheegay in aanay ka talaalayn rubella, waa in la siiyo talaalka MMR isla marka ay ilmaha dhalaan.

Measles

Measles ama jadeecadu waa cudur khatar ah. Waxay leedahay xumad badan, qufac, finan, san iyo indho roor. Jadeecadu waxa ay dadka haysaa muddo toddobaad ama laba toddobaad ah. Mid ka mid ah 10-kii caruur ahba jadeecadu way ku xumaan kartaa oo waxa ku dhici kara dhego xanuun ama oof-wareen. Mid ka mid ah 1000-kii qof ee ay ku dhacdona, waxay ku noqon kartaa encephalitis, xanuun ku dhaca maskaxda. Tani waxay keeni kartaa dhaawac maskaxeed iyo maskax guur ama garaad beel. Jadeecada 3000-kun ee ay ku dhacdaba qof ayaa u dhinta. Si naadir ahna waxa dhaca in jadeecada uu xumeeyo cudur loo yaqaan SSPE (subacute sclerosing panencephalitis), xanuun aad u xun oo ku dhaca maskaxda loona dhinto. Jadeecadu sidoo kale haddii ay ku dhacdo qof uur leh, ilmaha ayey ka soo ridaa ama iyada oo aan gaadhin sidkeedii ayey ka dhalisaa.

Jadeecad waxa dadku u kala qaadaa si fudud. Qofka qaba qufaciisa, hindhisadiisa iyo xitaa hadalkiisa ayaa dadka kale ka qaadaan. Ka hor intii aan aad loo isticmaali jirin talaalkan, gebi caruurta oo dhan ayey jadeecadu ku dhici jirtay. Hadda, maadaama si joogto ah la isiga talaalo, caruur tiro yar ayey ku dhacdaa Canada. Cudurka SSPE-guna wuxuu ku dhowyahay dabar-go.

Mumps

Mumps (ama qanjo barar) wuxuu keeni karaa xumad, madax xanuun iyo daamanka iyo dhabanada oo barara. Barar-ka waxa keena xanuun ku dhaca qanjidhada dhareerka. Mumps waxay keeni karaan qoor-gooye, cudur ku dhaca biyaha iyo maqaarka laf-dhabarta iyo maskaxda. Mid ka mid ah 10-kii qof ee uu ku dhaco qanjo barar-ku ayaa qaada qoor-gooye. Nasiib wanaag, qoor-gooyaha laga qaado qanjo-xanuunku sida caadiga ah ma noqdo mid yeesha dhaawac aan laga bogsan karin. Qanjo-bararka dadka qaar ayaa ku dhego-beela.

Mumps ama qanjo-bararku wuxuu barar-riyaa oo xanuujiyaa xiniin-yaha mid ka mid ah 4-tii nin ama will ee uu ku dhaco. Xaniin-yaha xanuunayaa wax yar ayey keenaan dhalmo la'aan. Mumps-ku Mumps-ku wuxuu xanuun damqasho badan u keenaa dhiska taranka mid ka mid ah 20-kii dumar ah ee uu ku dhaco. Haddii uu Mumps ku dhaco ruux uur leh saddexda bilood ee hore, waxa kordha fursada ay gabadhu ku dhicinayso. Dadku waxay ka qaadi karaan qanjo-xanuunka qof qabaa haddii uu ku qufaco, hindhiso ama la hadlo. Waxa kale oo laga qaadi karaa haddii la taabto dhareerka/candhuufta qofka qaba qanjo-bararka.

Rubella (German Measles)

Cudurkan Rubella wuxuu aad khatar ugu yahay dumarka uurka leh. Haddii uu qofka dumarka ah ee uurka leh ku dhaco bilaha hore, waxa ay u badan tahay in ilmuhu dhinto ama uu aad u laxaad beelo. Laxaad la'aanta ugu badan ee ku dhacda ilmaha waxa ka mid ah, indho iyo dhego-la'aan, maskaxda oo aan si fiican u shaqayn iyo wadno xanuun.

Rubellaha caruurta ku dhacaa waa mid sahlan; kala badh caruurta uu ku dhaco Rubelluhu ma yeeshaan finan. Xanuunkani wuxuu ku xunyahay caruurta waaweyn iyo dadka waa weyn, gaar ahaan dumarka. Rubelluhu wuxuu keeni karaa xumad, cuno xanuun, qanjidhada qoorta oo barara iyo finan ka soo baxa qoorta iyo wejiga. Xanuun, damqasho iyo xubno barar aan in badan waarin ayuu u keenaa dhalinta iyo dadka waaweyn, gaar ahaan dumarka. Rubellaha ka dib waxa qofka ku dhici kara cudurka loo yaqaan arthritis(ama xubno xanuun). Waxa kale oo Rubelluhu keeni karaa dhiiga oo yara guntama iyo encephalitis (maskax barar)

Rubellaha waxa laga qaadaa haddii qof qabaa kugu qufaco, hindhiso ama kula hadlo. Waxa kale oo laga qaadi karaa taabashada candhuufta qofka qaba.

Ilaa xad intee le-eg ayuu talaalka MMR ka difaaci karaa measles, mumps and rubella ilmahayga?

Talaalku wuxuu difaaca boqolkiiba 99 dadka qaatay labada irbadood/talaal ee lagaga hortago measles-ka. Waxa kale oo uu mumpska ka difaacaa boqolkiiba 95 rubellahana wuxuu ka difaacaa boqolkiiba 98. Ka hortaga measleska, mumpska iyo rubellaha ee talaalkani waa mid ah qofka noloshiisa oo dhan ah oo qofku talaalo kale uma baahanayo. Cudurku wuxuu noqdaa mid fudud haddii uu ku dhaco qof talaalkiisa hore u qaatay.

Ma yahay talaalka MMR mid aan wax yeelo lahayn?

Haa. Badi caruurtu dhibaato kalama ku lanto. Talaalka MMR-ku wuxuu shan ilaa 12 maalmood kadib markii la talaalay caruurta qaarkood u keeni karaa xumad ama xabuub .
Xumada iyo xabuubku waxay jiraan dhowr maalmood. Mar-mar ayey xumada badani keentaa gariir. Gariirku wuxuu ka timaadaa xumada badan ee uu talaalku keeno ee kama yimaado talaalka laftiisa. Tani ilmaha kama dhigto inuu suuxdimo, dhaawac maskaxeed ama dhibaatooyin kale oo ku lug leh dareemayaasha la kulmo.

Gariirka ka yimaada xumada badani waxay u badan tahay in uu ku dhaco caruurta hore u gariiri jirtay ama waalidkood iyo walaalahood gar-gariir lee yihiin.

Qaybta mumpska ee talaalku waxay keeni kartaa xumad iyo qanjidhada qoorta oo barara. Qoor-gooye(cudur ku dhaca biyaha iyo maqaarka daboola laf dhabarta) way yar tahay intuu dhacaa, wuxuu ku dhacaa qof ka mid ah 800,000-kii qof ee la siiyo talaalka. Qoor-gooyaha ka dhasha talaalka mumps-ku waa mid sahlan, dhaawac maskaxeed oo rasmi ahina ma dhaco.

Qaybta rubella ee talaalku waxay mid ka mid ah toddobadii caruur ah u keeni kartaa xumad yar, xabuub ama ganjidhada qoorta oo barara. Tani waxay badi dhacdaa lix ilaa 10 maalmood talaalka kadib, waxaanay jirtaa maalin ilaa 2 maalmood. In ka yar mid labadii boqol ee caruur ahna xubnaha qaarkood ayaa barar iyo xanuun yeelan kara. In ku dhow mid afartii hablood ee teenage-ka ah iyo dumarka waa-weyn ayaa laga yaabaa in ay xubnaha qaar aad u xanuunaan oo bararaan toddobaad ilaa saddex toddobaad ka dib marka la talaalo. Xubno xanuunku wuxuu jiraa muddo yar oo dhowr maalmood ah. Aad ayey u yartahay in Arthritis(ama xubno xanuun) rasmi ahi dhaco.

Waxa la sheegay in bisha ka dambaysa ta la isku talaalay MMR ay dhacdo dhiig xinjiroow fudud oo aan raagin. Marxaladani waxay dhacdaa mar-mar dhif ah mana yeelato dhibaato in badan jirta.

Dumarka uurka leh iyo dadka kaleba kama qaadi karaan measles, mumps ama rubella ilmo dhowaan laga talaalay. Dhibaato uma keenayo talaalkani dumarka caruurta nuujinaya. Guud ahaan, faa'iidada talaalka ayaa ka badan wax yeeladiisa. **Waa inaad had iyo goor dhakhtarkaaga ka waraysato dhibaatooyinka iyo faa'iidooyinka talaalkasta.**

Yey tahay in aan la siin talaalka MMR?

Waa in aan la siin talaaka caruurtan iyo dadkan waaweyn:

- qof kasta oo jiran xumad ama xanuun kale oo ka badan hargabna qaba
- qof kasta oo markii hore loogu talaalay talaalkan xasaasiyad xun(oo la yidhaa anaphylaxis) ka qaaday
- qof kasta oo qaba xanuun hoos u dhiga quwada jidhku iskaga celiyo cudurada
- qof kasta oo qaata dawooyin hoos u dhiga quwada jidhku iskaga celiyo cudurada
- dumarka uur ka leh: Haddii qof dumar ah la siiyo iyada oo aan ogayn in ay uur leedahay, waa in ay la hadashaa dhakhtarkeeda. Haseyeeshee, khatarta ku jirta in ilmaha caloosha ku jiraa dhaawacmo, markan oo kale, way yar tahay. Sidoo kale, dumarka jooga da'da lagu dhalo waa in la-gula taliyaa inaanay uuraysan muddo bil gudaheeda ka dib marka ay qaataan talaalkan MMR.
- qof kasta oo xasaasiyad ka qaada antibiotic-ga loo yaqaan neomycin
- qof kasta oo la siiyey irbada gamma globulin saddex ilaa 12 bilood ka hor, (tani waxay ku xidhan tahay talaalku inta uu le'e kaa iyo sida la isugu muday).

Haddii aad is leedahay adiga ama ilmahaagu waxaad ku jirtaan qolooyinkan sare, fadlan la xidhiidh dhakhtarkaaga ama rugta caafimaad ee kuugu dhow.
Haddii la ilaalinayo qofka kadib marka la siiyo talaalka, waxa talaalka MMR la siin karaa dadka xasaasad ka qaba beedka xitaa haddii ay caaroonayaan, xiiqsan-yihiin, neeftu qabanayso ama wejiga iyo afku bararo marka ay beed cunaan.

Yaan la xidhiidhaa haddii aan su'aalo ka qabo talaalka ?

Wixii faah-faahin dheeraad ah la xidhiidh dhakhtarkaaga ama xarunta caafimaad ee kuugu dhow.

Diiwaan gelinta talaalada Kadib marka ilmahaaga ama adiga lagu talaalo, hubi in dhakhtarku kaadhka jaalaha ah ku diiwaan geliyo talaalka. Waxaad u baahan doontaa diiwaan gelintan inaad siiso rugtaada caafimaadka marka ilmuhu dugsiga bilaabayo ama talaalo kale la siiyo. Diiwaanadaada meel adag dhig!