

M

سوورېژه



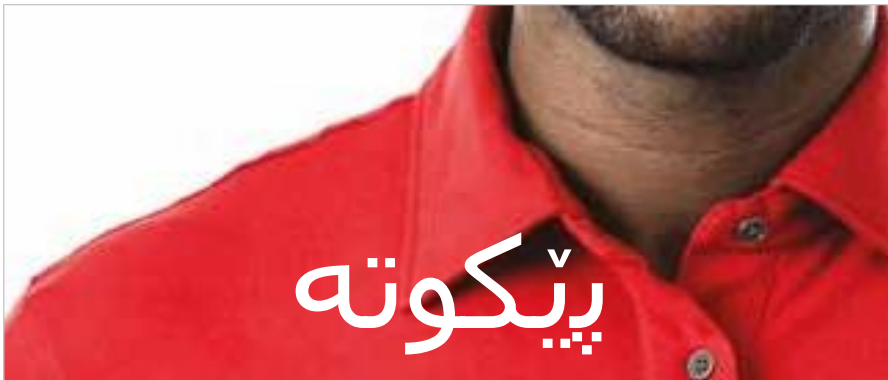
M

مله ماسی



R

سوورېژکه



پېکوته

ټهم نامیلکه سه بارهت به سوورېژه،
مله ماسی و سوورېژکه و پېکوته ی
MMR که یارمه تی به پاراستن له
به رامبه ر به هر سی نه خوشیه که
ټهدات.

پېکوته

یارمه تی به پاراستنی هه موو که سان له هر ته مه نی



سووریزه چیه؟

M

سووریزه

M

مله ماسی

R

سووریزکه

سووریزه نهخوشیکی فایرووسی زور چلکیه که له ریگای کوکه و پزمه دهگوازیتهوه. نهگه ریوه پاریزراو نهبن و لهگهل کهسیک که نهخوشی سووریزه هی هیه پیوهندی تان ههپیته، نهگه ری نه مه ههیه که ریوهش تووشی نهخوشیه که بن. نهگه ری تووشی نهخوشی سووریزه بن، حالتان خراپ دهپیته و دهپی ماوهی ۱۰ رۆژ له قوتابخانه یان شوینی کارتان دوور بکهونهوه. هیچ چارهسهری یان دهرماتییک بو نهخوشی سووریزه ههبوونی نیه.

نیشانهکانی نهخوشی سووریزه بریتیه له تا، سووری چاو و زیپکه. سووریزه بو بری کهس دهتوانیته نهخوشیکی چلکی زور جیدی پیته.

نهگه ری دهرکهوتنی نیشانهکان له پری گروپی تایبهتدا وهکوو نهو کهسانه ی که سیسته می بهرگری جهسته یان لاوازه، نهو ساواپانه که ته مه نیان ژیر یه ک ساله و ژنانی دووگیان، زورتره. نیشانهکان دهتوانیته بریتی پیته له چلکی قهفسه ی سنگ و گوئی، جهلته، فیپکه، ئانسفالیت (چلکی میشک) و ئازاری میشک. نهو کهسانه ی که تووشی نهو نیشانانه دهبن له وانهیه بو چارهسهری پیویستیان به نوستن له نهخوشخانه پیته

ئایا نه مه نهخوشیکی جیدییه؟ بهلئی، نهگه ری ههیه یه ک کهس له کوئی ۵۰۰۰ کهسی تووش پوو به نهخوشی سووریزه، بمریته و له سالی ۲۰۰۶وه، ۳ کهس به هوئی تووش بوون به نهخوشی سووریزه له بریتانیا و ویلزدا، مردوون

ملە ماسى چىه؟

ملە ماسى نەخۇشىكى قايرووسىيە كە لە رىنگاى كۆكە و پزىمە يان ھەبوونى پىۋەندى نىزىك لەگەل ئەو كەسانەى كە لە پىشوو دا تووشى ئەم نەخۇشىە چلكىە ھاتوون، دەگوازىتەوہ.

نیشانەكانى ملە ماسى بە ئاسايى دوو ھەفتە درىزەى ھەيە و لەوانەپە نیشانەكانى ۋەكوو سەر ئىشە و تاى لەگەل بىت، بەلام بەربلاوترىن نیشانەى ھەلماسىنى رىزىنەكانى لاي ملە. ئەم بابەتە دەبىتە ھۆى ئەوہى كە رۇخسارى ئبۇە ۋەكوو رۇخسارى «مشكى» لى بىت و دەبىت ھۆى ئىش و كىشە لە قووت دانى شتەكاندا.

ئالوزى ملە ماسى دەتوانىت زۆر مەترسى دار بىت و برىتى بىت لە ھەلماسىنى منال-دان يان ھىلكەگون و لە بابەتانى دەگمەندا دەبىتە ھۆى پانكىراس. ھەروەھا نەخۇشى ملە ماسى ئەگەرى ھەيە بىتە ھۆى مەنزىتى قايرووسى (ھەوكردىنى پەردەى مېشك) و ئانسفاليت (چلكى مېشك). ئەگەرچى دابەزىنى رادەى بىستن بە شىۋازى ھەتاھەتايى پاش لە نەخۇشى ملە ماسى بابەتتىكى دەگمەنە، بەلام نىزىكانى يەك كەس لە كۆى بىست كەس لەوانەپە تووشى كەمبىستى كاتى بن.

تاكوو ئىستا ھىچ دەرماتىك بۇ چارەسەرى ملە ماسى ھەبوونى نىە، كەوابوو چارەسەرى لە سەر ھىۋەر كىرنەوہى نیشانەكان چىر دەبىتەوہ. ئەگەر تووشى ملە ماسى بن لەوانەپە لەم ماوہدا پىۋىستتان بە پشوو دان و خەوتن لە مالمەوہ ھەبىت. ھەروەھا لەوانەپە پىۋىستتان بە خواردىنى چىشتى نەرم ھەبىت كە پىۋىستى بە جاوینى زۆر نەبىت. زۆرىەى تووش بووانى نەخۇشى ملە ماسى لە لاوانى گەورەسالدا رىو ئەدات كە دوو دۆزى پىكوتەى. MMR يان نەكوتاوہ.

سوورىزكە چىه؟

سوورىزكە نەخۇشىكى قايرووسىيە كە زۆر جار بە ناوى سوورىزكەى ئالمانى ناوى دەبن و بە ھۆى پىكوتەى MMR ئىستا لە برىتانىا بە دەگمەن رىو ئەدات. شىۋازى بلاو بوونى ئەم نەخۇشىە ۋەكوو نەخۇشى ملە ماسى و سوورىزكەىە. زۆرىەى خەلك، بە سووكى تووشى دەبن كە بى چارەسەرى بۇ ماوہى ۷ تاكوو ۱۰ رۆز درىزەى ھەيە. بەم ھالەوہ، ئەگەر ئىزى دووگان تووشى سوورىزكە بىت، لەوانەپە لە سەر مندالەكەى مەترسى جىدى ھەبىت.

نیشانەكانى سوورىزكە برىتىە لە زىپكە، نیشانەكانى ھەلامەت و ئىشى جومگەكان.

نیشانەكانى دواى سوورىزكە زۆر بە دەگمەن رىو ئەدات، بەلام ئەگەر ئىزىكى دووگان تووشى سوورىزكە بىت، لەوانەپە كارىگەرى مەترسىدارى لە سەر مندالەكەى ھەبىت كە لەوانەپە بىتە ھۆى لەداىك بوونى پىش كاتى مندالەكە لەگەل ئا و مروارى چا و (كىشەكانى چا و)، نەبىسى، كىشەكانى دل يان ئازارى مېشك.

دۆزی په که می پیکوته

1

پیکوتهی MMR کوتاژیکه تاکه که له پرانی مندالان یان له سهر باسکی گوره سالان ده کوتریت. ئەم پیکوته زیندووو ئەمه واتای ئەوهیه که بریتیه له پروونوسی لاواز کراوی قایرووسی سوورپژه، مله ماسی و سوورپژهیه که تاکوو ئەو پرادهیه لاواز کراوه تهوه که بی ئەوهی که کهسه که تووشی نه خووشی بکات، ده پیتته هووی پارپزراوی جهسته له بهرامبه به نه خووشیه کان.

دۆزی دووهه م

2

پیکوتهی MMR ته نیا له ئەگه ری کوتانی دوو دۆز پارپزراوی درپژه خایه نی جهسته دابین ده کات. په که مین دۆز له ته مه نی ۱۲ مانگی و دۆزی دووهه م نزیکانی سه سال و چوار مانگ پيش له ده سپیک کردنی قوتابخانه ده کوتریت. کوتانی ههردوو دۆزه که ده پیتته هووی پارپزراوی درپژه خایه نی له بهرامبه به سوورپژه، مله ماسی و سوورپژه. له گوره سالان و مندالانی گوره دا ده توانیت دوو دۆزه که به مه ودا یه ک مانگدا بکوتریت.

سی نه خووشی چلکی

3

پیکوتهی MMR له بهرامبه به سی نه خووشی چلکی کهسه کان ده پارپزرت واتا سوورپژه، مله ماسی و سوورپژه. ئەم نه خووشیانه پری نه خووشی چلکی قایرووسین که ده توانین به خیرایی له زیوان ئەو مندالان و گوره سالانه ی که پیکوته یان نه کوتاوه بلاو بینه وه - ئەم نه خووشیانه ئاسانتر له ههلامهت یان ئانفولانزا بلاو ده بینه وه.

پاراستنی درپژه خایه ن

«

پیکوتهی MMR پارپزراوترین و کاریگه رترین شیوازی پاراستنی خو له بهرامبه به سوورپژه، مله ماسی و سوورپژهیه. له و کاته وه که ئەم پیکوته له سالی ۱۹۸۸ ناسیندرا، تووش بوون بهم نه خووشیانه ده گمه نه. بهم حاله وه، بلاو بوونه وهی ئەم نه خووشیانه، به تایبهت سوورپژه، کاتی بهرز بووه ته وه که ئەژماری ئەو که سانه ی که پیکوته یان کوتاوه دابه زیوه. ئەگه له سهر ئەم بابه ته دلنیا نین که له پيشوودا پیکوته تان کوتاوه یان نه، ده توانن له پزیشکی گشتی خۆتان راویژکاری وه ربگرن، به کار هینانی دۆزی زورتر له م پیکوتانه هیچ نیشانه یکی دواپی نیه.

چه كه سانېك ده بې پېكوته بكونن؟

مندالانى ساوا

ئەگەر دوو دۆزەكه تان نه كوتاوه، يان له سهرى دلنيا نين، ده بې پېكوته له گهل پزېشكى گشتى خوتان بگرن و پاشماوهى دۆزەكه تان بكونن. به هوى ئەوهى كه ئەم پېكوته فايرووسى زىندووېه، ئېوه ده بې تاكوو يهك مانگ پاش له پېكوته كه دووگيان نه بن، كه واپوو ده بې له م ماوه دا شيوازېكى خاترجه م بو بهرگرى له دووگيانى به كار بهينن.

ده بېت به مندالان ئەم پېكوته وهكوو به شېك له بهرنامهى پېكوتهى نه ته وه پى برىتانيا پېشنيار بدرېت. دوو دۆز پېكوته بو يان بكونرېت، دۆزى يه كه م پاش له داىك بوون و دۆزى دووه م پېش له ده سپېك كردنى قوتا بخانه - به ناسايى له ته مه نى سه سال و چوار مانگيدا.

مندالان، تازه لاوان و لاوان

ئەگەر دووگيانن يان به م نزيكانه منداله كه تان له داىك بووه و دلنيا نين كه دوو دۆزى پېكوته ي MMR تان كوتاوه يان نه، له پشكنينى حهفتهى شه شى پاش له زاوژى له گهل پزېشكى گشتى يان په ره ستارى خوتان سه بارهت به م باه ته وتووېژ بكن.

ئەگەر له پېشوودا هه رگيز پېكوته ي MMR نه كوتاوه يان ته نيا دۆزېكيان وه رگرتووه، ده بې پېكوته له گهل پزېشكى گشتى خوتان بگرن تاكوو دۆزى دووه م تان بو رېك بخت. ئەگەر له پېشوودا كا تېك كه مندال بوون پېكوته ي MMR تان كوتاوه، سه ره راي ئەوهى كه يه كه مين دۆزى ئېوه چه كا تېك كوتراوه، ته نيا پېويستتان به دۆزىكى ديكه هه يه. ئەگەر پېويستتان به دوو دۆزه، ده توانن به مه وداى يهك مانگ هه ردووى بكونن.

كه سانى به سال اچوو

ئەو كه سانى كه پاش له سالى ۱۹۷۰ له برىتانيا دا له داىك بوون، له وانه يه له منداليدا تووشى نه خووشى سوورېژه، مله ماسى و سوورېژكه بووېتن يان پېكوته ي سوورېژه يان سوورېژكه يان پېش له پېشان دانى پېكوته ي MMR له سالى ۱۹۸۸، كوتاوه.

ژنانى دووگيان

ئەگەر له سهر ئەم باه ته دلنيا نين كه ئايا له پېشوودا تووشى ئەم نه خووشيانه هاتوون يان بو پاراستنى خوتان پېكوته تان كوتاوه يان نه، ده توانن داخواز له پزېشكى گشتى خوتان بكن كه ئەم پېكوته تان بو بكونرېت. ئېوه پېويستتان به دوو دۆز به مه وداى يهك مانگه، ته نانهت ئەگەر له پېشوودا ئەم پېكوته تان كوتاوه،

سوورېژه ده توانرېت له سه ر مندالى ناو زگ، نه خووشىكى چلكى زور جىدى و مه تر سىدار بېت، كه ده توانرېت بېته هوى كوېرى، نه بېسى و ته نانهت مردنېش. ئەگەر ژنېكى دووگيانن، ته نانهت ئەگەر ده تانه وېت مندالتان هه بېت، پېش له دووگيانى ده بې دوو دۆزى پېكوته ي MMR بكونن.

پښکوتەي MMR به چه شيوه‌زيک کار ده‌کات؟

پښکوتەي MMR پښکوتە‌يکي زیندووه که له به‌رامبه‌ر به سوورپښه، مله‌ماسي و سوورپښکه ئپوه ده‌پاريزيټ. دوو دوزه‌که له پي يان باسک ده‌کوټريټ. سيسته‌مي پاراستني جه‌سته‌ي ئپوه به داين کردني پري خانه که هم سي فايرووسه‌ ده‌ناسن و بيريان دپته‌وه، ولامي پښکوتە‌که ده‌ده‌نه‌وه. نه‌گه‌ر له داهاتوودا له‌گه‌ل هر يه‌ک له هم نه‌خوشيانه پپوه‌نديتان هه‌يټ، هم خانانه چالاک ده‌بنه‌وه و به خپرايي جه‌سته‌ي ئپوه بو داين کردني دژه‌ته‌ن ناگادار ده‌کاته‌وه. هم پاراستنه درپژه خايه‌نه.

کوتاني دوزي زیده‌تر هيچ زيازيکي نايټ به هوک نه‌وه‌ي که سيسته‌مي به‌رگري جه‌سته‌ي ئپوه فايرووسه‌کانی پښکوتە‌که ده‌ناسيټ و به خپرايي ده‌يانسپرنه‌وه.

له دايک بووي دهره‌وه‌ي ولاتن يان له‌وي گه‌وره بوون؟

نه‌گه‌ر له دهره‌وه‌ي ولات له دايک بوون يان له‌وي گه‌وره بوون، له‌وانه‌يه پپويستتان به دوو دوزي پښکوتە‌ي MMR هه‌يټ. ولاته‌کان پښکوتە‌ي جياواز پيشان نه‌ده‌ن و هه‌موويان پښکوتە‌ي ټيکه‌لاوي MMR به‌کار ناهينن. نه‌گه‌ر پپشينه‌ي نه‌و پښکوتانه‌ي که کوتاوتانه نيه يان له‌سهری دنيا نين، سه‌باره‌ت به‌م بابه‌ته له‌گه‌ل پزيشکي گشتي خوتان وتوويز بکه‌ن. هه‌روه‌ها له‌وانه‌يه بو پاريزراوي له به‌رامبه‌ر به نه‌خوشيه چلکيه‌کانی دیکه‌وه پپويستتان به پښکوتە‌کانی دیکه هه‌يټ.



پیکوته تا چه راده یک جهسته ده پاریزیت؟

پیکوتهی MMR له سالی ۱۹۸۸ له بریتانیا ناسیندرا و ئیستا زور به ده گمنه منوالان تووشی ئه نه خوشیه چلکیانه ده بن.

بلاوبونه وهی سووریزه و مله ماسی له سالانی دوا پیدا هه بووه. ئه م بابه ته به ئاسایی له و شوینانه پروو ئه دات که رادهی ئه و که سانهی که له وی پیکوته یان کوتاوه له خواره وهیه، به لام ئه م بابه ته له هر گازی که ده توانیت پروو بدات، که و ابوو ئه م بابه تیکی گرینگه که دلنیا بن دوو دوزی پیکوتهی MMR که کوتاوتانه ده تانپاریزیت.

نیشانه کانی دواپی پیکوته چیه؟

هه موو که سه کان تووشی نیشانه کانی دواپی پیکوته نابن، بو دابین کردنی پاریزراوی، پیکوته شیوازی ئه و سی نه خوشی چلکیه که له به رامبه ری ده تانپاریزیت، به کار دینیت، یی له که سه کان له وانه یه تووشی زیپکه ده بن که شیوازیکی لاوازی نه خوشیه که یه. له نه خوشی سووریزه، له وانه یه رو خسار هه لماسیت و وه کوو نه خوشی مله ماسی لی ییت یان له وانه یه وه کوو نه خوشی سووریزه، ئیشی جومگه تان هه ییت. ئه م نیشانه دوا یانه له راده یکی که م له ئه و که سانه ی که دوزی یه که میان کوتاوه، ده رده که وییت.

نیشانه کانی دواپی پیکوتهی سووریزه به ئاسایی کازیک که پیکوته که ده ست ده کاته کاریگه ری له سه ر جهسته - ماوهی ۶ تا کوو ۱۰ روژ پاش له پیکوته- ده رده که وییت. هه لماسینی رو خسار یان ئیشی جومگه له ماوهی دوو تا کوو سی حه فته پاش له ئه وهی که پیکوتهی مله ماسی و سووریزه که ده ست ده کاته کاریگه ری له سه ر جهسته، ده رده که وییت.

پیکوتهی تیکه لاوی MMR سالانیکه که له زوربه ی ولاتانی جیهاندا به شیوازی پاریزراو مندالان ده پاریزیت. له بریتانیا، له کاتی ناساندنیه وه له سالی ۱۹۸۸، ملیونها دوزی کوتراوه. ئه گه رچی له وانه یه پیکوته که یی نیشانه ی دواپی هه ییت، به لام زور جار لاواز و راده ی زور که متره له نه خوشیه که. نیشانه کانی دواپی جیدی پیکوته که زور ده گمنه نه.

توژینه وهی زور به بونه ی هه لسه نگانندی پاریزراوی و کاریگه ری پیکوتهی MMR ئه نجام دراوه. شایه تحاله کان زور پروونه که هیچ پیوه ندیک له نیوان پیکوتهی MMR و نه خوشی ئوتیسمدا هه بوونی نیه.

ئا یا پیکوته که کاریگه ره؟

به لی، ئه م پیکوته له پاراستنی جهسته له به رامبه ر به سووریزه، مله ماسی و سووریزه که زور کاریگه ره.

زورتر له ۹۹ له سه دی ئه و که سانه ی که دوو دوزی پیکوته که وه رده گرن له به رامبه ر به سووریزه و سووریزه که پاریزراون. ئه گه رچی بو مله ماسی ئه م راده یه که متره، ئه م بابه تانه له ئه و که سانه ی که پیکوته یان کوتاوه زور به ده گمنه پروو ئه دات.

گوارانهوی سووریزه بۆ ئەو مندالانەى که بۆ کوتانى پیکوتەى MMR زۆر بچووکن یان بۆ ئەو کەسانەى که له پیشوودا نهخۆش بوون، دەتوانیت کاریگەرى زۆر جیدی هەيیت لهسەر تەندروستى ئەوان. وهکوو کاریکی بهپارێزهوه، ژنان دەبێ تاکوو پهک مانگ پاش له کوتانى پیکوتەى MMR بهرگری له دووگیان بوون بکهن.

ئایا پیکوتەى MMR له ژیلاتین پیکهاتووه؟

له بریتانیادا، ئیমে دوو جووری پیکوتەى MMR مان ههیه که زۆر به باشی کار دهکات. پهکیکی بریتیه له ژیلاتینی وهرگیراوکر او له بهراز و ئەوی دیکه نه. ئەگەر ئەوه به باشتر دهزانن که پیکوتەیک به کار یینن که ژیلاتینی تیدا نهییت، لهگهڵ پزیشکی گشتی یان پههستاری خۆتان راویژکاری بکهن.



نیشانهکانی دوایی وهکوو زیپکه یان ههلماسینی مل تهنیا دوو یان سی رۆژ دهمیڤیتتهوه و چلکی نین. ئەمه واتای ئەوهیه که ئەگەر ئەم نیشانه دواییانه لهسەر ههستهتان دهبرکهویت، ئەم نهخۆشیه چلکیانه له ئیوهوه بۆ کەسانی دیکه ناگۆزیتتهوه.

له بابەتانی دهگمەندا، پیری زیپکهی سووری ئامالشین که وهکوو کهوهپی بچووکه، دهتوانیت تاکوو شهش هفته پاش له پیکوتەکه دهبرکهویت.

بۆچی من یان مندالهکم دهبی پیکوته بکوتم؟

ئیه دهبی پیکوتهکه بهبۆنهى پاراستنی خۆتان له بهرامبهربه ئەم سی نهخۆشیه چلکیه بهکاربهینن. بهم شیوازه ئیه یارمهتی به پارێزراوی ئەو کەسانه ئەدهن که ناتوانن پیکوته بکوتم. ئەم کەسانه وهکوو مندالانی ئیه زگ داپک، ئەو مندالانەى که پۆ کوتانى پیکوته زۆر بچووکن و مندالان/ گهوهسالانیک که سیستهمی بهرگری جهستهیان لاوازه و ناتوانن پیکوته بکوتم. ئەم بابته یارمهتی به بهرگری له بلاوبوونهوهی نهخۆشیهکه ئەدات.

ههروهها ئەگەر لهگهڵ مندالانی ساوا کار دهکەن یان وهکوو بهشیک له کاری خۆتان چاودیری له کەسانی دیکه دهکەن، دهبی پیکوته بکوتم.

ئايا كەسپىك ھەيە كە نايىت پېكوتەي MMR بىكوتىت؟

بە ھۆي ئەوھى كە پېكوتەي MMR پېكوتەيىكى
زىندوھە، نايىت بۇ ژنانى دووگيان يان كەسازىك
كە بە توندى تووشى نەخۆشيكە ھاتوون،
بىكوتىت.

بۇ نموونە ئەو كەسانەي كە نەشتەرگەرى
پەيوھەندى مېشكى ناو ئىسكىان كىردوھە يان بە
بۇنەي لاوازي سىستەمى بەرگىر جەستەيان
پىر دەرمانى تايىبەت بەكار دېنن.

ئەگەر لە سەر ئەم بابەتە دۇنيا نىن سەبارەتى
لەگەل پىزىشكى گىشتى خۇتان وتووئىز بىكەن.
ئەگەر دژە كىردارى ئانافىلاكتىكى تەسدىق كراو
بە نىئومايسىنتان ھەبووھە، نايىت پېكوتە بىكوتن.
ئەگەر دژە كىردارى ئانافىلاكتىكى تەسدىق كراو
بە ژىلاتىنتان ھەبووھە، دەبى لەگەل پىزىشكى
گىشتى خۇتان وتووئىز بىكەن و ئەم بابەتە پىك
بىخەن تاكوو پېكوتەي بىكوتن كە لە ژىلاتىن
پىك نەھاتووھە.

حەساسىيەت بە ھىلكە

ھەموو ئەو كەسانەي كە لە بەرامبەر بە
ھىلكە حەساسىيەت يان ھەيە، ۋەكوو ئەو
مىندالانەي كە نەخۆشى تەنگى ھەناسەيان
ھەيە، دەتوانن پېكوتەي MMR بىكوتن.
ھەر كەسپىك كە دژە كىردارى ئانافىلاكتىكى بە
خۇدى پېكوتەي MMR ھەبووھە دەبى لەلايەن
پىسپورىپكى حەساسىيەتەۋە ھەلسەنگاندنى بۇ
بىكوتىت

ئەگەر ۋا بىر دەكەنەوھ
كە لەوانەيە لە پېشەوھ
تووشى سوورئىزە،
ملەماسى يان
سوورئىزە ھاتوون،
بابەتپكى گرینگە كە
مەترسى گوازرانەوھى
چلک بۇ كەسانى دىكە
كەم بىكەنەوھە. ئىوھ
دەبىت:

- بۇ ۋەرگىرتى راوئىزكارى
لەگەل پىزىشكى گىشتى
خۇتان پېوھەندى بىگرن،
لەوانەيە ئەوان پېوئىستىان
ھەبىت لە كۇتايى رۇژدا
لەگەلئان چاوپىكەوتىان
ھەبىت تاكوو لە پېوھەندى
ئىوھ لەگەل ئەو كەسانەي
كە لە بەرامبەر ئەم
نەخۆشە چلکيانە لاوازن،
ۋەكوو مىندالانى ساوا و
ژنانى دووگيان، بەرگىر
بىكوتىت.

- لانىكەم چوار رۇژ پاش لە
ئەو كاتەي كە يەكەمىن
زىپىكە سوورئىزە لەسەر
جەستەتان دەرکەوتووھە، لە
روپىشتن بۇ قوتابخانە يان
كار دەسپرابىگرن.

- پاش لە چاك بوونەوھە، ئەم
بابەتە پىك بىخەن كە
پاشماوھى دۇزى پېكوتەكە
ۋەربىگرن. ئەم بابەتە دەبىت
ھۆي ئەوھى كە ئىوھ بە
پرادەي دوو بەرامبەر زۇرتىر
لە بەرامبەر ئەم
نەخۆشيانە پارئىزاو بن.

نیشانه‌کانی نه‌خۆشیکان چه شتازیکن؟

سوورپژه

تا، نیشانه‌کانی
هه‌لامه‌ت، زیپکه، زامی
چاو یان هه‌لماسینی چاو

مله‌ماسی

تا، ئیپشی سه‌ر و
هه‌لماسینی پرژینه‌کانی
سه‌ر روخسار

سوورپژکه

هه‌لماسینی پرژینه‌کان،
ئیپشی ناخ، تا و
زیپکه

ئایا جیدییه؟

به‌لی

له هه‌ر ۵ که‌س، یه‌ک
که‌س ده‌روات بو
نه‌خۆشخانه و له هه‌ر ۱۵
که‌س، که‌سیک به‌ توندی
تووشی نیشانه‌کانی
دوایی ده‌بیته سوورپژه
ده‌توانیته بیته هۆی
نه‌بیسی، جه‌لته، ئازاری
میشک و هه‌لماسینی
میشک. له‌ سالی ۲۰۰۶،
سی‌ که‌یسی مردن
به‌هۆی تووش بوون به
سوورپژکه له‌ بریتانیاوه
هه‌بووه.

به‌لی

ئه‌گه‌رچی زۆربه‌ی
بابه‌ته‌کان لاوازن، به‌لام
مله‌ماسی ده‌توانیته بیته
هۆی مه‌نزیته‌ی قاپرووسی
وه هه‌لماسینی ئازار
هینهری هیلکه‌گونه‌کان و
له‌ بابه‌تانی ده‌گمه‌ندا بیته
هۆی پانکریاس

به‌لی

ئه‌گه‌ر چی زۆر بابه‌تیکی
ده‌گمه‌نه، سوورپژکه له
ماوه‌ی دووگیانیدا ده‌توانیته
بیته هۆی پری نه‌خۆشی
جیدی له‌ مندا‌لانی نۆو زگ
دایک وه‌کوو نه‌بیسی،
کوپری و ته‌نانه‌ت مردن.

چه که سانیک پښتیاڼ به کوتانی پښکوته هه یه؟

- هه موو نه و مندالانه ی که ته مه نیان له سه ره وه ی یه ک ساله ده بی دوو دوز پښکوته بکوتن. یه که مین دوز یه ناسایی له ته مه نی یه ک سالی و دوزی دوو هه م له ته مه نی سی سال و چوار مانگیدا ده کوتریټ.
- مندالانی گه وره تر و گه وره سالان ده بی دوو دوزی پښکوته که به مه و دای یه ک مانگه وه بکوتن.
- ژنانی دوو گیان ده بی پښ له دوو گیان بوون له پاریزراوی خویان دلنیا بن یان له سه ر نه م بابه ته دلنیا بن که خیرا به دوی له دایک بوونی منداله که وه، پښکوته یان کوتاوه.



نه گه ر دوو دوزی پښکوته که تان نه کوتاوه، هیچ کات بو کوتانی پښکوته دیر نه.

له چه شوینیک ده توانم پښکوته که وه ربگر م؟

لای پزیشکی گشتی خوتانه وه

- هه موو مندالانی ته مه ن یه ک تاکوو سی سال و چوار مانگ ده بی نه م پښکوته وه کوو به شیک له پښکوته کانی ناسایی خویان له لایه ن پزیشکی گشتیه وه وه ربگر م.
- مندالانی گه وره تر و گه وره سالان له نه گه ری کوتانی یه ک دوز یان به ته و اوی پښکوته که یان نه کوتاوه، ده بی پښو هندی له گه ل پزیشکی گشتی خویان بگر م.
- ژنانی دوو گیان له نه گه ری نه کوتانی دوو دوزه که، ده توانم پاش له له دایک بوونی منداله که یان، پښکوته که له لای پزیشکی گشتی خویانه وه وه ربگر م.

له فوتابخانه ی ژپوه

به پری له نه و لاوان و گه وره سالانه ی که دوزه کانیان نه کوتاوه، پښکوتی MMR له گه ل پری پښکوتی وزه به خشی لاوانیان پی پشنیار ده درټ.

له ریگای خزمه تگوزاریه کانی ته ندرروستی پسپورانیه خاوه نکاری ژپوه

فه رمانبه رانی چاودیری کانی ته ندرروستی به پښو هندی راسته خو له گه ل نه خو شان ده بی له م بابه ته دلنیا بن که له به رامبه ر به نه م سی نه خو شیه پاریزراون.

سوورېژە تەنیا نەخۆشى تایبەت بە مندالان نیه

M سوورېژە	M ملەماسی	R سوورېژکە
---------------------	---------------------	----------------------

نەگەر دەتانهوئیت سەبارەت بە MMR زانیاری زۆرتر بە دەست بیهینن، تکایە چاو لە ئەم مالبەرە بکەن.
www.nhs.uk/conditions/vaccinations/pages/mmr-vaccine.aspx



© کپی رایت تاج 2016 کۆپی رایت کراون ۲۰۱۶ ©
3219250 1p 75k 06/2016 (PUR)

یەكەمین جار لە 2016/06 بۆ بوو تەو

لەوانەیه نافرۆکی ئەم بەلگە بێ ئیزنامەى فەرمى یا بێ نرخ بۆ
بەکارهێنانى شەخسى بۆ بکرتەو

بۆ داخواری پروووسى زۆرتر لە ئەم نامیلکە، چاو لە ناویشانی مالبەرى
خوارەو بکەن:

<http://www.orderline.dh.gov.uk>

یان بە ژمارەى خوارەو پێوەندى بگرن :

1002 123 0300

مینیکام: 0300 123 1003

(رۆژانى دووشەمه تا کوو هەینی، کاتژمێر ۸ بەیانی تا کوو ۶ دوایوهرۆ)

www.nhs.uk/vaccinations