

Dhammaan dadka 65 sano ka weyn oo la siin doono cirbad xoojin ah ka hor intaan la gaarin ciidda masiixiga (jul), iyo degmooyinka oo isticmaali kara shahaadada koroonaha

Wasiirka caafimaadka- iyo daryeelka Ingvild Kjerkol waxay isla markaana degmooyinka ka codsanaysaa in ay dhammaan dadka 65 sano ka weyn u fidiyaan cirbadda xoojinta ah ee tallaalka koroonaha ka hor intaan la gaarin ciidda masiixiga. Waxay cusboonaysiisaa difaaca in cudurka aad loogu xanuunsado, oo waxay ka hortegi kartaa in cadaadisku isbataallada aad ugu bato.

– Tallaalladu waxay dadka si fiican uga difaacaan in cudurku ku dhaco iyo in ay ku xanuunsadaan, laakiin waxtarkooda ayaa muddo kaddib yaraada. Waxaa weliba ugu sii daran dadka kuwooda ugu da'da weyn. Waxaa taas darteed aad iyo aad muhiim u ah in ay cirbadda saddexaad u qaataan sida ugu dhakhsaha badan ee suurtaggalka ah, ayay tiri Kjerkol.

Qaar badan oo ka mid ah dadka hadda isbataallada yaalla ayaa waxay yihiin dad waaweyn oo la tallaalay dabayaaqadii qaboobaha.

Waxaa kale oo degmooyinka looga baahan yahay in ay lix-iyo-toban jirrada iyo toddoba-iyo-toban jirrada siiyaan cirbaddii labaad ee tallaalka. Taas ayaa gacan ka geysan doonta in la xaddido is-qaadsiinta cudurka ee dadka da'daas ah.

– Laakiin degmooyinka oo keliya ma aha ciidda laga doonayo in ay wax qabtaan. Kulligeen ayaa nagala doonayaa. Maxaa yeelay qaar badan oo naga mid ah ayaan raacin taladii ahayd in guriga la joogo haddii la xanuunsan yahay. Taas ayaana sabab u ah in fayraska koroonaha iyo fayrasyo kaleba ay hadda si degdeg ah bulshada ugu faafaayaan. Taas oo keenta dadka cudurka qaadaya iyo kuwa u

xanuunsanaya oo sii bata iyo cadaadiska saaran adeegga caafimaadka oo sii kordha, ayay tiri wasiirka caafimaadka- iyo daryeelku.

Shahaadada koroonaha

Degmooyinka ay ka jiraan tillaabooyinka ka-hortagga cudurrada waxaa hadda loo oggol yahay in ay shahaadada koroonaha isticmaalaan si ay wax ugu debsiyaan dadka tallaal buuxa qaatay, kuwa infakshanku ku dhacay iyo kuwa 48-dii saac ee u danbeeyay laga qaaday tijaabada covid-19 oo cudurka laga waayay. Taas oo ka dhigan in aysan khasab ahayn in la tallaalan yahay si shahaadada loo isticmaalo.

Xeer-hoosaad cusub oo la go'aamiyay 19-ka nofeembar ayaa taas suurtaggal ka dhigaya. Si ay degmooyinku u billaabaan isticmaalka shahaadada, waa in ay marka hore go'aamiyaan tillaabooyinka ka-hortagga cudurrada.

– Waxaa kale oo degmooyinka looga baahan yahay in ay dadka aan tallaalnayn u fidiyaan tijaaba-qaad degdeg ah oo bilaash ah. Qabanqaabooyinka iyo goobaha isticmaalaya shahaadada koroonaha, waxay adeegsanayaan ab lagu hubinayo in ay shahaadooyinku yihiin kuwo shaqaynaya. Carruurta iyo dhallinyarada ka yar 16 sano uma baahna shahaado koroone, ayay tiri Kjerkol.

Agaasinka caafimaadka ayaa degmooyinka u diyaarin doona tilmaamaha habka looga baahan yahay in ay u nidaamiyaan isticmaalka shahaadada koroonaha.

– Waxaan jecel nahay in bulshadu furnaato inta ugu badan ee suurtaggalka ah, isla markaana ay degmooyinka uu cudurku ka dillaacay ay soo rogaan tillaabooyin. Waxaan rajaynaynaa in uu xeer-hoosaadku degmooyinka uu cudurku ka dillaacay u sahli doono in ay soo rogaan go'aammo heer deegaan ah kuwaas oo looga hortageyo faafidda cudurka. Waxaan qabnaa in shahaadada koroonuhu ka taxaddarayso danaha ganacsatada iyo kuwa shakhsiyaadka gaarka ah ba, oo ay yaraynayso faragelinta ka dhalata tillaabooyinka, ayay tiri Kjerkol.

Tallaalka aan buuxin ma keenayo in qofka laga dhaafo xayiraadaha heer deegaan.

Ilaa iyo hadda heer deegaan oo keliya ayaa loo isticmaalayaa

Nooca EU ee buluugga ah ayaa loo isticmaalayaa waddanka gudihiisa. Ilaa iyo hadda waddanka oo dhan loogama isticmaali karo shahaadada koroonaha in laysaga dhaafo tillaabooyinka ka hortagga cudurrada, waxaa looga isticmaali karaa keliya degmooyinka ay ka jiraan tillaabooyinka ka hortagga cudurrada ee heer deegaan ah. Iska hubi xeerarka shahaadada koroonaha ee degmadaada.

Waxay sidoo kale dawladdu qiimayn ku samayn doontaa baahida loo qabo in shahaadada koroonaha intaas in ka badan waddanka gudihiisa lagu isticmaalo, laakiin waxay taasi u baahan doontaa in sharciga wax laga beddelo.

– Waxaan eegi doonaa in shahaadada koroonaha laga dhigan karo tillaabo looga hortago in bulshada la xiro iyo in is-qaadsiinta cudurku sii badato. Waxay arrimahani u baahan yihiin in lagu sameeyo qiimayn qoto dheer oo laga soo eegayo dhan siyaasadeed, habboonaanta iyo dhinac sharci ab, gadaal ayaanan ugu soo laaban doonaa, ayay tiri Kjerkol.

Shahaadada koroonaha ee waddanka gudihiisa lagu isticmaalayo waa sidan

- Shahaadada koroonuhu waxay tusaysaa in aad tallaalan tahay iyo in kale, in uu kugu dhacay cudurka covid-19 iyo in kale iyo natiijada haddii aad haysato tijaabo-koroone oo muujinaysa in cudurki laga waayay. Shahaadada koroonaha waxaad ka helaysaa haddii aad la soo degto abka helsenorge, ama aad gasho bogga helsenorge.
- Shahaadada koroonuhu waa buluug. Cagaar iyo guduud midna ma aha, sida uu ahaan jiray boggi hubinta shahaadada waddanka ee hore.
- Carruurta uma baahna shahaado koroone, laakiin waalidka ayaa [carruurta u soo dejin karin shahaadada koroonaha](#) sida tusaale ahaan marka ay gelayaan xudduudka waddan taas dadka uga baahan.
- Dhammaan dadka haysta lambar dhalasho ama lambar D, oo laga hayo macluumaad tallaal, tijaabo laga qaaday oo cudurka laga waayay ama uu cudurka koroonuhu ku dhacay, waxay leeyihiin shahaado koroone.

Meelaha soo socda ee degmooyinka xayiraadda soo rogay ayaa lagu isticmaali karaa shahaadada koroonaha

- Qabanqaabooyinka ka dhaca goobaha dadweynaha
- Makhaayadaha
- Goobaha jimicsiga iyo hoolalka dabbaasha
- Shaleemo, tiyaatar, goobaha ruwaayadaha, matxafyada, jirdiinooyinka maaweelada iyo goobaha dhaqanka- iyo madadaalada ee la midka ah.