**Warqada Macluumaadka Talaalka Gawracatada ee loogu talagalay Xiriirada Dhaw**

**Maxaa la ii soo bandhigay tallaalkan?**

Waxaa laguu soo bandhigay tallaalkan sababtoo ah waxaad tahay qof aad xiriir dhow la leedahay cudur la yiraahdo gawracatada. Tallaalka gawracatada ayaa ah habka ugu wanaagsan ee looga hortagi karo caabuqa gawracatada.

**Waa maxay gawracatada?**

Gawracatada waa cudur halis ah oo inta badan ku bilaabma cune xanuun oo si dhakhso ah u keeni kara dhibaatooyin xagga neefsashada ah. Waxay dhaawici kartaa wadnaha iyo habdhiska dareenka, xaaladaha daran, way dili kartaa. Isla bakteeriyadu waxay kaloo sababi kartaa nabar maqaarka ah, gaar ahaan lugaha.

**Sidee loo faafiyaa gawracatada?**

Gawracatada waxa lagu kala qaadaa marka ay la taabto dhibco neef-mareenka ah oo ka yimaada cunaha qofka qaba gawracatada ama mid sidata bakteeriyada, qufaca iyo hindhisada. Mararka qaarkood, faafitaanku wuxuu sidoo kale ku dhici karaa taabashada walxaha taabtay nabarrada maqaarka ama boogaha dadka cudurka qaba.

**Sidee looga hortagaa gawracatada?**

Tallaalka gawracatada waxa lagu bixiyaa qayb ka mid ah barnaamijka tallaalka carruurnimada adduunka oo dhan. Tallaalku aad buu wax ku ool u yahay oo badbaado leh sidaas darteed cudurku hadda waa naadir Ireland. Waddamada adeegyada tallaalka la carqaladeeyey, infekshanka gawracatada ayaa aad ugu badan.

**Tallaalku ma iga joojin doonaa inaan ku dhaco gawracatada?**

Hadda waxaa lagu siinayaa tallaalka gawracatada sababtoo ah waxaad tahay qof aad xiriir dhow la leedahay qof qaba infekshanka gawracatada. Tallaalkani waxa kale oo uu ka ilaaliyaa cudurrada dabaysha iyo teetanada.

Haddii si buuxda lagaa tallaalay gawracatada markii aad yaraa, hal dose oo tallaal ah ayaa hadda lagula talinayaa si kor loogu qaado ilaalintaada waana badbaado badan.

Haddii aanad si buuxda u talaalin yaraanti (ama aadan hubin in si buuxda laguu tallaalay), waxaa lagugula talinayaa inaad hadda qaadato hal dose oo tallaal ah. Tallaalkani wuxuu kaa caawin doonaa inaad bilowdo ka hortagga gawracatada, laakiin sidoo kale waa muhiim inaad hesho qiyaaso badan oo tallaal ah ka dib si aad u dhammaystirto koorsada tallaalka oo aad u hubiso inaad si buuxda u ilaaliso.

**Ma jiraa qof aan qaadan karin tallaalka?**

Waxaa jira sababo aad u yar oo aadan qaadan karin tallaalka. Waa inaadan qaadan tallaalka haddii aad dareen-celin xasaasiyadeed oo daran (anaphylaxis) ku yeelatay tallaal hore ama qayb ka mid ah tallaalka. Fadlan u sheeg kooxda caafimaadka ee qabanqaabinaysa tallaalka haddii ay taasi kugu dhacday.

**Ma jiraan wax saameyn ah oo ka yimaada tallaalka?**

Sida dawooyinka oo dhan, tallaaladu waxay sababi karaan waxyeelo. Inta badan kuwan waa kuwo dhexdhexaad ah ama, wakhti gaaban, qof walbana ma helo.

Waxaa laga yaabaa inaad xoogaa guduudato, barar ama jilicsanaan cududda meesha lagugu muday, ama heerkul ama madax xanuun ayaa kaa yeelan kara. Calaamadahani waxay caadi ahaan baaba'aan dhowr maalmood gudahood.

Waxyeellooyinka halista ah, sida falcelinta xasaasiyadda daran, aad bay dhif u yihiin. Tallaalkaagu waxa uu u tababaran yahay in uu daweeyo dareen-celinta xasaasiyadda halista ah ee dhifka ah.

Haddii aad aad u liidato ka dib qaadashada tallaalka, waxa laga yaabaa inaad u bukooto sabab kale. Haddii aad ka walaacsan tahay, fadlan raadso talo caafimaad.