

# Daryeelka Ka Hortagga ah - Ilmaha

Ma ogtahay inta jeer ee ay tahay inaad iska baarto ama aad u tagto dhakhtarkaaga?  
Ma taqaanaa baadhitaano iyo adeegyada loo arko inay looga hortagayo cudurka?



## Waa maxay adeegyada daryeelka ka hortagga ah?

Waa muhiim inaad si joogto ah u booqato bixiyaha daryeelkaaga aasaasiga ah (PCP) ama dhakhtarka carruurta si aad u hesho daryeel ka hortag ah. Daryeelka ka-hortagga ahi wuxuu u ogolaanayaa takhtarkaaga (PCP) inuu helo dhibaatooyin caafimaad ee suurtagal ah ka hor inta aadan xanuunsan. Markaad hore u heshid dhibaatooyin caafimaad, takhtarkaaga (PCP) wuxuu kaa caawin karaa inaad hesho daryeelka aad u baahan tahay si aad caafimaad u hesho.



## Goorma ayay adeegyadu bilaash yihiin?

Adeeg la mid ah waxa uu noqon karaa ka hortag (lacag la'an) ama ogaanshaha (wada bixinta, caymis ama wax laga jari karo ayaa lagu codsado).

Daryeelka ka-hortagga ah waa lacag la'aan (kharash la'aan kuwo xubinta) haddii:

- Ku taxan hagahan laga helay [osuhealthplan.com/forms-and-downloads](https://osuhealthplan.com/forms-and-downloads)
- Waxaa buuxinaya bixiyaha shabakada ama farmashiyaha aad doorbidayso. Tag [osuhealthplan.com](https://osuhealthplan.com) oo isticmaal qalabkayaga Raadi Bixiyaha si aad u hesho dhakhaatiirta shabakada
- Loo sameeyay ka hortag ujeedooyinka



DARYEELKA	SABABTA ADEEGA	MAXAAD BIXIN DOONTAA
Daryeelka ka hortagga	Si looga hortago dhibaatooyinka. Wax calaamado ah ma lihid.	Wax ma bixinaysid wax kasta. <i>lacag la'an</i>
Daryeelka Baritaanka	Waxaad leedahay calaamad, ama waxaa lagugu baaray arrin caafimaad oo la yaqaan.	Tani waa sheegasho caafimaad. Waxa laga yaabaa in lagaa jarayo, lacagaha aad bixineyso iyo caymiska aad codsanayso. Xusuusnow in booqashadaada xafiiska PCP ay lacag la'aan tahay haddii bixiyahaagu uu qeyb ka yahay shabakada koowaad. Haddii lagu sameynayo baaritaanka dhiigga ama raajada, kuwani waxay kaaga baahan doonaan inaad bixiso dhammaan ama qayb ka mid ah kharashka.



# Daryeelka ka hortagga caafimaadka carruurta

Da'da	TALO	Qiimaha
<b>Ilmaha dhashay</b>	Hal booqasho 3 – 5 maalmood ka dib bixista	<b>lacag la'an</b>
<b>0 – 2 sanno</b>	Hal booqasho oo ah 1, 2, 4, 6, 9, 12, 15, 18 iyo 24 bilood	<b>lacag la'an</b>
<b>3 – 6 sanno</b>	Hal booqasho oo 30 bilood ah iyo hal booqasho sannad kasta da'da 3 - 6	<b>lacag la'an</b>
<b>7 – 10 sanno</b>	Hal booqasho 1-2 sano kasta	<b>lacag la'an</b>
<b>11 – 18 sanno</b>	Hal booqasho sanad kasta	<b>lacag la'an</b>

TALLAALKA	TALO	Qiimaha
<b>Bus-buska cudurka (jadeecada)</b>	Hal qaadasho oo u dhexeeya 12 iyo 15 bilood. Qaadashada labaad inta u dhaxaysa 4 iyo 6 sano jir. Carruurta da'doodu tahay 13 sano iyo wixii ka weyn ee aan horey u qaadin tallaalka ama cudurka, laba qaadasho oo 4 ilaa 8 todobaad u dhaxeysa.	<b>lacag la'an</b>
<b>COVID-19-ka</b>	Talooyinka CDC ee hadda la xiriira tallaalka COVID-19, fadlan booqo <a href="https://cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines">cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines</a> .	<b>lacag la'an</b>
<b>Gawracatada, teetanada, xiiqdheer (xiiqdheer)</b>	Mid ka mid ah qiyaasta DTaP 2, 4, 6, 18 bilood iyo 4 – 6 sano jir (5 qiyaasood). Hal qiyaas oo ah Tdap inta u dhaxaysa 11 ilaa 12 sano kadibna waxaa la siiyaa Td 10kii sanoba mar. Dadka da'doodu ka weyn tahay 7 sano ee aan horey loo talaalin waxay qaadan karaan hal qiyaas oo ah Tdap.	<b>lacag la'an</b>
<b>Hargabka (Hargab)</b>	Laba qiyaasood oo 4 toddobaad u dhexeeya carruurta caafimaadka qabta ee u dhexeeya 6 bilood iyo 8 sano marka ugu horreysa ee ay qaataan tallaalka. Carruurta hore u qaatay tallaalka hargabku waxay heli karaan hal qiyaas sannadkii.	<b>lacag la'an</b>
<b>Hargabka wata nooca b</b>	Hal qiyaas oo ah 2, 4 iyo 6 bilood iyo hal mar inta u dhaxaysa 12 iyo 18 bilood.	<b>lacag la'an</b>
<b>Cagaarshow A</b>	Laba qiyaasood oo ugu yaraan 6 bilood u dhexeeyaan inta u dhaxaysa 12 iyo 23 bilood. Carruurta aan horey loo talaalin, laba qaadasho ayaa la siin karaa ugu yaraan 6 bilood ka dib marka uu dhakhtarku go'aansado.	<b>lacag la'an</b>
<b>Cagaarshoowga B</b>	Hal qiyaas oo la siiyo dhammaan dhallaanka cusub ka hor inta aan laga tagin isbitaalka, waa qiyaas labaad oo u dhexeeya 1 – 2 bilood iyo qiyaasta saddexaad inta u dhaxaysa 6 – 18 bilood. Laga yaabaa in ay bilaabato inta u dhaxaysa 2 – 18 jir haddaan la talaalin ilmaha ayago yar.	<b>lacag la'an</b>
<b>HPV-ga (aadanaha caabuqa babloom)</b>	2 ilaa 3 qiyaasood muddo 24 – toddobaad ah oo ka bilaabmaya da'da 11 ee wiilasha iyo gabdhaha. Dhakhtarkaaga ayaa talaalka ku siin kara da'da 9 sano haddii uu ilmuhu halis weyn ku jiro.	<b>lacag la'an</b>
<b>Cudurka dabaysha</b>	Hal qiyaas oo ah 2 iyo 4 bilood iyo hal mar inta u dhaxaysa 16 – 18 bilood ( 3 qiyaasta guud ah). Kadib, hal qiyaas oo u dhexeeya 4 – 6 sano jir.	<b>lacag la'an</b>
<b>Jadeeco, qaamo-qashiir, Cudurka shubanka (MMR)</b>	Hal qiyaas oo inta u dhaxayso 12 iyo 15 bilood iyo ilbiriqsi oo inta u dhaxaysa 4 iyo 6 sano. Waxaa la siin karaa carruurta da'da weyn haddii aysan horey u qaadin tallaalka ama xanuunka.	<b>lacag la'an</b>
<b>Qoorgooyaha (Qoorgooyaha)</b>	Hal qiyaas inta u dhaxaysa 11 ilaa 12 sano, iyo mid kale 16 sano. Haddii qiyaasta koowaad la qaato inta u dhaxaysa 13 ilaa 15 sano, markaa qiyaasta labaad la qaato inta u dhaxaysa 16 ilaa 18 sano. Dhakhtarkaaga ayaa talaalka ku siin kara da'da 2 sano haddii uu ilmuhu halis weyn ku jiro.	<b>lacag la'an</b>
<b>Bararka sambabka (Koola bacaari)</b>	Hal qiyaas oo ah 2, 4 iyo 6 bilood iyo hal mar inta u dhaxaysa 12 iyo 15 bilood. Carruurta ka weyn da'da 2 sano waxaa la siin karaa hal mar haddii aan horay loo talaalin. Carruurta leh xaalad caafimaad oo horey u jirtay waxaa la siin karaa qiyaas dheeri ah. Carruurta khatarta ku jirta waa la talaali karaa da'da 7 ka dib.	<b>lacag la'an</b>
<b>Caabuqa Rato</b>	Hal qiyaas markuu jiro 2, 4 iyo 6 bilood.	<b>lacag la'an</b>

TALLAALADA