

LD منظمة اطباء العالم LÄKARE I VÄRLDEN MEDICI DEL MON
MÉDICOS DO MUNDO MÉDICOS DEL MUNDO 世界の医療団
世界医生组织 DOCTORS OF THE WORLD منظمة أطباء العالم
DOKTERS VAN DE WERELD MÉDICOS DO MUNDO
के डॉक्टर MÉDECINS DU MONDE 世界医生组织 DOCTORS
I DEL MONDO ΓΙΑΤΡΟΙ ΤΟΥ ΚΟΣΜΟΥ DOKTERS VAN DE
दुनिया के डॉक्टर MÉDECINS DU MONDE 世界医生组织 DO

In association with



BritishRedCross



كوتانی فایرۆسی كۆرۆنا (كۆفید-۱۹)

ئینگلتھرا، سکوٹلھندا و ویلز

پیکوته کانی فایرۆسی کۆرۆنا (کۆفید-۱۹) سهلامهت و کاریگهرن. باشتین بهرگیت له
بهرامبهر فایرۆسی کۆرۆنا پێ دهدهات.

وهشانی ۱ (له ۲۰۲۱/۳/۳ نۆی کراوتهوه)

کوردی | Kurdish



ناوهرۆك

- 2 كى دمتوانىت پىكوتەكەى دەست بگەوئىت؟
- 3 چۆنىمەتى پىدانى پىكوتەى كۆفید-۱۹
- 4 چۆنىمەتى دەستكەوتتى پىكوتەى كۆفید-۱۹
- 6 پىكوتەكانى كۆفید-۱۹ چەندە سەلامەتن؟
- 7 پىكوتەى كۆفید-۱۹ چەندە كارىگەر؟
- 7 كارىگەرىبە لومكەيەكانى كۆفید-۱۹
- 8 پىكەتەكانى پىكوتەى كۆفید-۱۹
- 8 زانىارىبى زىاتر

كى دمتوانىت پىكوتەكەى دەست بگەوئىت؟

پىكوتەكانى كۆفید-۱۹ كە لەلايەن دەزگای تەندروستىي نىشتمانى پىشكەش دەكرىن بە بىيەر امبەر بۆ ھەموو كەسىكى پىنگەيشتوو لە نىنگلنەرا، سكوئەندا و وئىلز بەردەست دەبن، بىگۆيدانە دۆخى كۆچبەرى. ئەمە ئەو كەسانە دەگرىتەو كە ھىچ پەنابردنىكيان بۆ سەرمایەى گشتىي نىيە (NRPF). دەزگای تەندروستىي نىشتمانى لە ئىستادا پىكوتەى كۆفید-۱۹ پىشكەش بەو كەسانە دەكات كە بەر امبەر قايرۆسى كۆرۇنا لە مەترسىدان.

پىكوتەكان لە ھەندىك دەرمانخانە پىشكەش دەكرىن، لە ناوئەندە خۆجىيەكانى كوتان كە لەلايەن پزىشكە گشتىيەكانەو بەرپۆھ دەبرىن و ھەروەھا لە ناوئەندە گەورەكانى كوتان.

دەزگای تەندروستىي نىشتمانى كوتان بۆ خەلك ئەنجام دەدەن بە رىزبەندى مەترسى كلينىكى، بەشپۆھىەكى گشتى بەندە بە بارودۆخى تەندروستىي ئىستا و كۆمەلەى تەمەن لە بەتەمەنەو بۆ گەنج. ھەندىك خەلك زىاتر لە مەترسىدان لەچا و ئەوانى تر بەھۆى تەشەنەبەوونى مەترسىدان لە ئەنجامى كۆفید-۱۹.

پىكوتەكە دەدرىت بە:

- كەسانى تەمەن ۵۵ سالى و سەر ووتر
- ئەو كەسانەى كە لە مەترسى زۆردان بەھۆى قايرۆسى كۆرۇنا (ئەوانەى كىشەى تەندروستىي درىژخايەنەيان ھەيە)
- ئەو كەسانەى كە لە مەترسى زىاترى تەشەنەبەووندان بەھۆى قايرۆسى كۆرۇنا بەھۆى ھەبوونى كىشەى تەندروستىي (وھو نەخۆشى درىژخايەنى رىگرتن لە سىيەكان (COPD)، تەنگەنەفەسى، نەخۆشىەكانى دل، نەخۆشى گورچىلە يان جگەر، شەكرە و كىشە تەندروستىيە درىژخايەنەكانى تر)
- ئەو كەسانەى كە لە خانەكانى چاودىرى دەژىن يان ئىش دەكەن.
- كارمەندانى چاودىرى تەندروستىي و كۆمەلەيەتى
- ئەو كەسانەى كە كەمئەندامىي فېرېبوونيان ھەيە
- ئەو كەسانەى شايستەن بۆ دەر مالىەى چاودىر پىكەر

حكومەتى شانشىنى يەكگرتوو ئامانجى ئەوھىە تا كۆتايى مانگى تەموز يەكەم دۆزى پىكوتە پىشكەشى ھەموو كەسىكى پىنگەيشتوو بگات.

نىنگلنەرا: دوايىن زانىارى لەسەر كوتانى كۆفید-۱۹ بۆ كەسانى گەورەى بەتەمەن بخوئەو

سكوئەندا: دوايىن زانىارى لەسەر كوتانى كۆفید-۱۹ بۆ كەسانى گەورە بخوئەو

نەگەر تۇ ھېشتا شايسىتە نېت

چاومەرى بىكە تا پەيوەندىت پېو دەكرېت. دەزگای تەندروستىي نېشتمانى ئاگادارت دەكاتەوه كاتىك نۆرەي تۇ ھات بۇ وەرگرتنى پىكوتەكە.

نېنگلنەر: دوايېن زانيارى لىسىر شايسىتەبوون بۇ پىكوتەي كۆفېد-۱۹ و پىداوېستىيەكانى پىكوتە بخوئىنەوه

ئايا پىكوتەكە بۇ ھەموو كەس گونجاوه؟

ھىچ بەلگەيەك نىيە كە پىكوتەي كۆفېد-۱۹ سەلامەت نەبىت ئەگەر تۇ سىكېر بىت. بەلام بەلگەي زىاتر پېويستە پېش ئەوھي تۇ بەشپوھي ئاسايى پېشكەشت بىكرېت.

لېزىنەي ھاوبەشى كوتان و پىدانى بەرگري رېنمايى خۇي نوي كىرۇتەوه بۇ پېشنيار كىردنى ئەوھي كە پېويستە رەچاوي وەرگرتنى پىكوتە بىكەيت ئەگەر سىكېر بىت و:

- لە مەترسى زۇردا بىت بۇ توشبوون بە قايرۇسى كۆرۇنا بەھۇي ئەو شونىنەي كاري تىدا دەكەي
- كېشەي تەندروستىت ھەبىت بەو واتايەي تۇ لە مەترسى زۇردا بىت بۇ تەشەنەسەندنى مەترسىدار بەھۇي قايرۇسى كۆرۇناوه

تۇ پېويست ناكات دواي كوتان خۇت بە دوور بىكرېت لە سىكېر بوون. پىكوتەكان ھىچ قايرۇسىكى زىندوويان تىدا نىيە و ناتوان خۇت يان مندالەكەت توشى قايرۇسى كۆرۇنا بىكەن. ھىچ بەلگەيەك نىيە كە پىكوتەكانى كۆفېد-۱۹ كار لە مندالبوون دەكەن.

تۇ دەتوانى پىكوتەي كۆفېد-۱۹ وەر بىكرې ئەگەر شىر بە مندال دەدەيت. قسە لەگەل پىسپورىكى چاودىرىي تەندروستى بىكە پېش وەرگرتنى كوتانەكە. ئەو سوود و مەترسىبەكانت لەگەل تاوتوتى دەكات.

نېنگلنەر: دوايېن رېنمايى فاكسىنى كۆفېد-۱۹ بخوئىنەوه ئەگەر تۇ سىكېر بىت، لەوانەيە سىكېر بىت يان شىر بە مندال دەدەيت

سكۆتلەندا: دوايېن رېنمايى فاكسىنى كۆفېد-۱۹ بخوئىنەوه ئەگەر تۇ سىكېر بىت، لەوانەيە سىكېر بىت يان شىر بە مندال دەدەيت

ویلز: دوايېن رېنمايى فاكسىنى كۆفېد-۱۹ بخوئىنەوه ئەگەر تۇ سىكېر بىت، لەوانەيە سىكېر بىت يان شىر بە مندال دەدەيت

تۇ نابىت پىكوتەي كۆفېد-۱۹ وەر بىكرې ئەگەر ھەر كاتىك كاردانەوھي ھەستىارىي مەترسىدار (لەناوياندا ئانافىلاكسى)ت بۇ دۆزىكى پېشوووي ھەمان پىكوتە يان ھەر پىكەتەيەكى ناو پىكوتەكە ھەبووئىت.

ئەو كەسانەي كە كېوونى بەرگري لەش و توشبوون بە (HIV)يان ھەيە (بىگويىدانه ژمارەي CD4) دەبىت پىكوتەكەيان پى بىرېت.

ئەو كەسانەي كە خۇي مەيىن يان نەخۇشپىيەكانى خۇي بەربوونيان ھەيە ھېشتا دەكرې پىكوتەكە وەر بىكرې بەلام لەوانەيە پېويست بىكات راوئىز بە دابىنكەرى چاودىرى خۇيان بىكەن بۇ دلنابوونەوه لەوھي كە لە كاتى گونجاوي ماوھي چارەسەر كىردن پىيان دەدرېت.

چۇنيەتى پىدانى پىكوتەي كۆفېد-۱۹

پىكوتەكانى كۆفېد-۱۹ ھەموويان بەشپوھي دەرزى لىدانىك دەبن لە قۇلى سەرموھ. پىكوتەكان بە دوو دۆز دەدرېن. تۇ دۆزى دووھ سى بۇ ۱۲ ھەفتە دواي وەرگرتنى دۆزى يەكەم وەر دەرگريت.

كاتىك كە پىكوتەي يەكەمت وەرگرت كارتىكى بچوكت پى دەدرېت كە وىردەكار بىيەكانى پىكوتەكەي لەسەرە. تۇ دەبىت ئەو كارتە بەساغى بپارىزى. ئەگەر دۆزى پىكوتەي دووھمت لە ناوھندىكى كوتانى جىاوازا دا وەرگرت كارتەكە دلنابىي ئەوھ دەدات كە تۇ جۇرى دروست لە پىكوتەكە وەر دەرگريت.

چۆنلەن دەستكەۋەتلى پىكوتەنى كۆڧىد- ۱۹

پىكوتەكانى كۆڧىد- ۱۹ كە لەلايەن دەزگاي تەندروستىي نىشتمانى پىشكەش دەكرىن بىبەر امبەر بۇ ھەموو كەسكى پىگەپىشتوو لە شاتشىنى يەككرتوو بەردەست دەبن، بىگۆيدانە دۇخى كۆچبەرى.

ئەگەر لاي پزىشكىكى گىشتى (GP) ناوت تۆمار كر دىت ئەوا وەرگرتنى پىكوتەكە ئاسانترە. ئەمە ئەو دەلئىيا دەكاتەو كە تۆ ژمارەى دەزگاي تەندروستىي نىشتمانىت ھەمە و دەتوانى ناوت تۆمار بىكەى بۇ كاتى كونان ئەگەر تۆ شاپىستە بى (بەپىي تەمەن يان بارودۇخى كلينىكى). خۆتۆمار كردن لاي پزىشكىكى گىشتى واتە تۆ دەتوانى دەستىشت بگات بە خزمەتگوزار بىبەكانى تر تەندروستى و چاودىرى.

پزىشكى گىشتى دكتورى پزىشكىكى خىزانە. لە ئىنگلئەرا، سكۆتلەندا و وېلز، ھەر كەسكى دەتوانىت لاي پزىشكىكى گىشتى خۆى تۆمار بگات و خزمەتگوزار بىبەكانى چاودىرى سەرەناى بىبەر امبەر پى بگات، بىگۆيدانە دۇخى كۆچبەرى.

ئەگەر لە ئىستاندا لاي پزىشكىكى گىشتى ناوت تۆمار نەكردوۋە پىبوستە پزىشكىكى گىشتى ناوچەى بدۆزىمە و ئىستا خۆت تۆمار بىكەىت، تەنەنەت ئەگەر ھىشتا بۇ پىكوتەكەش شاپىستە نەبىت. تۆ دەتوانى پزىشكىكى گىشتى لە نرىك ئەو شۆپىنەى كە لىي دەژىت بدۆزىمە لەر يگاي مالىپەرى دەزگاي تەندروستىي نىشتمانى بۇ ئىنگلئەرا، سكۆتلەندا يان وېلز، يان دەتوانى تەلەفون بۇ پزىشكى گىشتى ناوچەى خۆت بىكەى و داوا بىكەى كە وەك نەخۆش ناوت تۆمار بىكەىت.

نۆرىنگەكانى پزىشكى گىشتى دەتوانن تەنەنا ناوى ئەو كەسانە تۆمار بىكەن كە لە ناوچەى خۆجىيى ئەوان دەژىن. ئەگەر تۆ لە دەروەى سنورى نۆرىنگەى پزىشكى گىشتى دەژىت ئەوا پىبوستە پزىشكىكى گىشتى نرىكتر لە خۆت لەو شۆپىنەى كە لىي دەژىت بدۆزىمە.

تۆ پىبوست دەكات كە فورمىك پىر بىكەىتەو تا خۆت لاي پزىشكىكى گىشتى تۆمار بىكەىت. تۆ دەتوانى سەىرى مالىپەرى نۆرىنگەى پزىشكە گىشتىبەكە بىكەى تا بزانى ناخۆ دەتوانى لەسەر ئىنتەرنىت خۆت تۆمار بىكەىت. دەبىت داوا بىكەى كە وەك نەخۆشى ھەمىشەى (نەك نەخۆشى كاتى) تۆمار بىكەىت. دەتوانى داوا لە نۆرىنگەى پزىشكە گىشتىبەكە بىكەى تا لە پىر كەندەوەى فورمەكە يارمەىت بەن ئەگەر پىبوست پى بوو.

ئايا پىبوستىم بە ھىچ بەلگەنامەىك دەبىت بۇ خۆ تۆمار كردن لاي پزىشكىكى گىشتى؟

ھەندىك نۆرىنگە لەوانەى دەواى دابىن كەردنى بەلگەنامەى لى بىكەن، وەكو بەلگەى ناوئىشان، بەلگەى پىناس يان بەلگەى دۇخى كۆچبەرى، يان ژمارەى دەزگاي تەندروستىي نىشتمانى بۇ مەبەستى خۆ تۆمار كردن، بەلام ئەوان ناىت تۆمار كردنى تۆ رەت بىكەنەو ئەگەر نەتوانى ئەمانە دابىن بىكەىت.

ئەگەر نەتوانى ئەم بەلگەنامانە دابىن بىكەىت، تۆ پىبوستە بلئى كە ئەم بەلگەنامانە نىبە بەلام ئەوەى كە تۆ لە سنورى دامەزراوەكە دەژىت و دەتەوئىت لاي پزىشكىكى گىشتى وەك نەخۆش خۆت تۆمار بىكەىت.

ئەگەر رووبەر ووى كىشە بوو ئەو لەكاتى خۆ تۆمار كردن لاي پزىشكى گىشتى، ئەم سەرچاوانەى خواروۋە لەوانەى يارمەىت بەن. ئەگەر تۆ لە سەر ھىل خۆت تۆمار دەكەى و داواى بەلگەنامەى لى كرا، تۆ دەتوانى سەرچاوەكان بە ئىمەىل بۇ نۆرىنگەى پزىشكى گىشتى بىتارىت:

- دەزگاي تەندروستىي نىشتمانى ئىنگلئەرا كارتى زەردى بۇ يارمەىدانى ئەو كەسانەى كە بەلگەنامەىان نىبە بۇ خۆ تۆمار كردن لاي پزىشكىكى گىشتى لە ئىنگلئەرا دابىن كەردوۋە. تۆ دەتوانى كارتەكە نىشانى كارمەندى پىشواى پزىشكە گىشتىبەكە بەدى كاتىك بۇ خۆ تۆمار كردن دەچىت. تۆ دەتوانىت كارتى زەرد لە رىكخراوۋە خىر خاۋىبە خۆجىبەكان، بانكەكانى خۇراك، چاودىرى تەندروستى (Healthwatch) خۆت يان لە پزىشكانى جىھان (Doctors of the World) وەر بىكەىت.
- حكومتى سكۆتلەندى رىنماى بۇ پزىشكە گىشتىبەكان لە سكۆتلەنداى دەكردوۋە: "ھىچ بەلگەنامەى بۇ خۆ تۆمار كردن لاي پزىشكى گىشتى پىبوست نىبە. نەبوونى تۆنانى دابىن كەردنى ناسنامە يان بەلگەى ناوئىشان لەلايەن نەخۆشەو بە ھۆكارى ماقول دانانرىن بۇ رەتكەندەو يان دواخستنى تۆمار كردنى نەخۆش."
- يەكئىتى پزىشكىكى بەرىتانى لە رىنماى بۇ پزىشكان لە ئىنگلئەرا، سكۆتلەندا، وېلز و ئىرلەنداى باكورى خۇبدا دەلئىت "ئەگەر نەخۆش نەتوانى بەلگەنامەكانى ناسنامە دابىن بگات، ئەو ھۆكارى ماقول نىبە بۇ رەتكەندەو تۆمار كردنى."

ئەگەر دامەزراوەی پزىشكى گىشتى رەتى كەردە نەوت تۆمار بىكەت، نەخۆشەكان لە نىنگلئەرا دەتوانن پەيوەندى بىكەن بە 03003112233. نەخۆشەكان لە سكوئەندا و [وئىلز](#) پيوستە پەيوەندى بە ئەنجومەنى تەندروستى خۆجىبى خۇيان بىكەن. نەخۆشەكان ھەر وەھا دەتوانن پەيوەندى بە پزىشكى جىھان (Doctors of the World) بىكەن بە ژمارەى 08081647686 (ژمارە تەلەفونى بىبەرامبەر) بۆ پارمەيدانى خۆ تۆماركردن لای پزىشكى گىشتى.

ئەگەر تۆ بىلانەيت

تۆ دەتوانى لای پزىشكى گىشتى خۆت تۆمار بىكەت تەننەت ئەگەر ناوئىشانىكى جىگىرىشت نەبەيت. تۆ دەبەيت بۆ دامەزراوەى پزىشكى گىشتى روون بىكەتەو ھە تۆ ناوئىشانىكى جىگىرت نىبە بەلام لە ناوچە خۆجىبەكە دەمىنەتەو ھە دەتەوئەت ھەك نەخۆش خۆت تۆمار بىكەت. تۆ دەتوانى ناوئىشانى كاتى بەكار بەنەيت، كە لەوانەبە ناوئىشانى ھاورئىبەك يان ناوئىشانى رۆژانە بىت، يان دامەزراوەكە دەتوانەت نەوت تۆمار بىكەت بەبى ناوئىشانىك.

تۆ پيوستە دۇنيا بىبەو كە پزىشكى گىشتى رىگايەكى بۆ پەيوەندىكردن بە تۆو ھەبە بە تەلەفون ئەگەر پيوستى بوو (بۆ نمونە، بۆ ئەنجامى پشكىنەكان).

ئەگەر تۆ لە نشىنگەى پەناخوزان دەمىنەتەو

ئەگەر تۆ پەناخوزايت و لە نشىنگەى وەزارەتى ناوئىشانى ناوئىشانىكى بارى كۆپەر، ھەك ئوتىل دەمىنەتەو، ئەوا پيوستە ناوئىشانى ئەو نشىنگەبە بەكاربىنى لەكاتى خۆ تۆماركردن لای پزىشكى گىشتى و ئەو بلىنى كە تۆ سەلماندى بەلگەنامەكانى ناوئىشانى نىبە چونكە تۆ لە نشىنگەى پەناخوزانى كە لەلایەن وەزارەتى ناوئىشانى كراو. ئەگەر پزىشكى گىشتى رەتى كەردەو كە نەوت تۆمار بىكەت، پيوستە قسە لەگەل داينەكى نشىنگە يان ھارىكارى كۆچبەر (Migrant Help) بىكەى بە ژمارەى 08088010503 (ژمارە تەلەفونى بىبەرامبەر).

ئەگەر زانەيت كە وەزارەتى ناوئىشانى دەتگوازەتەو بۆ نشىنگەبەكى نوئى، نابەيت ھەرگىزنى پىكوتەى كۆفەيد-۱۹ دوابخەى بۆ دواى گواستەو. تۆ دەتوانى دۆزى دووھەت لە پىكوتەكە لە ناوئىشانى كوتانى نرىك نشىنگە نوئىبەكەت ھەربەرى.

تۆ پيوستە ناگادارى كارتە بچووكەكە بىت كە پىت دەدرىت لە يەكەم دىمانەى كوتانى خۆت و بۆ دووھە دىمانەت بىبە تاوھكو ناوئىشانى كوتان دۇنيا بىبەو لەوھى تۆ جوورى دروستى پىكوتەت پىدەگات.

ناو تۆماركردن بۆ كاتى كوتان

نىنگلئەرا

تۆ دەتوانى ناوئىشانى خۆت بۆ كاتەكانى كوتان لە سەر ھىل تۆمار بىكەى ئەگەر يەكەم لەمانەى خوار ھەو دەتگرىتەو:

- تۆ ۵۵ سال يان زىاترىت
- تۆ لە مەترسى زۆرداى بەھۆى فاپرۆسى كۆرۇنا (ئەوانەى كىشەى تەندروستى درىژخايەنباى ھەبە)
- تۆ لە مەترسى زىاترى تەشەنەبوئى بەھۆى فاپرۆسى كۆرۇنا بەھۆى ھەبوونى كىشەى پزىشكى (وھكو نەخۆشى درىژخايەنى رىگرتن لە سىبەكان (COPD)، تەنگەنەفەسى، نەخۆشىبەكانى دىل، نەخۆشى گورچىلە يان جگەر، شەكرە و كىشە تەندروستىبە درىژخايەنەكانى تر)
- تۆ كارمەندىكى تەندروستى ھىلى پىشەوھى شاىستەى
- تۆ كارمەندىكى چاودىرى كۆمەلەبەھى ھىلى پىشەوھى شاىستەى
- تۆ كەمئەندامى فىربوونت ھەبە
- تۆ شاىستەى بۆ دەرمانەى چاودىرىكەر

تۆ دەتوانى كاتى كوتان تۆمار بىكەى لە ناوئىشانى كوتانى گەورە يان دەرمانخانەبەك كە كوتانى كۆفەيد-۱۹ داينە دەكات. تۆ پيوست ناكات چاودىرى بىكەى تا لەلایەن دەزگای تەندروستى نىشمانىبەو پەيوەندىت پىو بەكرىت.

تۆ دەتوانى ناوئىشانى خۆت بۆ كاتى كوتان لە سەر ھىل تۆمار بىكەى.

تۆ نامەيەكى بانگه‌يشتكردن يان پەيوەندىيەكى تەلەفونىت بۆ وردەكارىيەكانى مەوعىدى كوتانەكە پىدەگات. ئەگەر تۆ بەنيازى ئامادەى مەوعىدەكە بىي، پىويست ناكات هېچ شىتېك بەكەيت بۆ پشتراستكر دىنەوى ئەوى كە تۆ بۆ مەوعىدەكە دەچىت. تۆ دەتوانىت كاتى مەوعىدەكە بگورىت يان هەلبىيو شىننىتەوه ئەگەر ناتوانى ئامادە بىيىت تاكو كاتى تۆ بدرىت بە كەسكى تىر.

ويئز

كە نۆرەى تۆ هات بۆ وەرگرتى پىكوتەكە، تۆ راستەوخۆ لەلايەن دەزگای تەندروستىي نىشتمانىيەوه پەيوەندىت پىوه دەكرىت. تۆ دەكرى بە ھەر يەكە لە تەلەفون يان نامە پەيوەندىت پىوه بەكرىت.

ئايا ھەوال لە من دەدرىت بۆ وەزارەتى ناوخۆ ئەگەر پىكوتەكە وەر بەگرم؟

زانبارىي تۆ لەگەل بەشى كۆچبەرىي وەزارەتى ناوخۆ ھابەشى پىي ناكرىت كاتىك تۆ دەستت بە خزمەتگوزارىيەكى دەزگای تەندروستىي نىشتمانى دەگات كە بۆ ھەموو كەس بىبەرامبەرە، بىگۆيدانە دۆخى كۆچبەرىي. ئەمە خزمەتگوزارىيەكانى پزىشكى گشتى و پشكىنىي كۆفېد-۱۹، خزمەتگوزارىيەكانى چارەسەر و كوتان دەگرىتەوه.

تۆ نابىت داوات لى بەكرىت كە دۆخى كۆچبەرىي خۆت بەسەلمىنى كاتىك لای پزىشكىي گشتى خۆت تۆمار دەكەى يان ناوت بۆ مەوعىدى كوتانى كۆفېد-۱۹ تۆمار دەكەى.

ھەندىك فەرمانگەى نەخۆشخانە و كۆمەلگەى دەزگای تەندروستىي نىشتمانى كە پەيوەندىيان بە پشكىنى، چارەسەر يان كوتان بۆ قايرۆسى كۆرۇنا نىيە بىبەرامبەر نىن بۆ كەسانىك بەيى دۆخى كۆچبەرىي بەردەوام. ئەم فەرمانگانە لەوانەىە زانبارىي لەبارەى تۆو ھابەشى پىي بەكەن، وەكو ناو، ناوئىشان، بەروارى لەدابىكبون، لەگەل بەشى كۆچبەرىي وەزارەتى ناوخۆ. ئەمە بۆ پشتراستكر دىنەوى دۆخى كۆچبەرىي ئىستاتە يان بۆ ھەوالدان لە كرىي نەدراوى چاودىرى تەندروستىي. زانبارىي لەبارەى تەندروستىي تۆ ھابەشى پىي ناكرىت.

لەو ھەلومەرجانەى كە نىگەرانى سەلامەتى بۆ تاكەكان يان بۆ كۆمەل ھەيە، فەرمانگەكانى دەزگای تەندروستىي نىشتمانى دەكرى داوا بەكرىن كە زانبارىي نەخۆش لەگەل پۆلىس، دادگان و فەرمانگەكانى حكومەت ھابەشى پىي بەكەن.

پىكوتەكانى كۆفېد-۱۹ چەندە سەلامەتن؟

ئەو پىكوتانەى كە بۆ بەكار ھىنان لە شانشىنى يەكگرتوو پەسند كراون لەگەل پىوەرە توندەكانى سەلامەتى، جۆرىتى و كارىگەرى يەك دەگر نەوہ كە لەلايەن ئازانسى سەر بەخۆى رىكخستنى بەر ھەمەكانى چاودىرىي تەندروستى و دەرمانەكان (MHRA) دانراوہ.

ھەر پىكوتەيەكى قايرۆسى كۆرۇنا كە پەسند كراوہ دەبىت بە ھەموو تاقىكر دىنەوى كلينىكى و پشكىنەكانى سەلامەتيدا تىپەرىت كە ھەموو دەرمانە رىپىندراوہكانى تىر پىيدا تىدەپەرن. (MHRA) شوپىن پىوەرە نىودەو لەتىيەكانى سەلامەتى دەكەوئىت.

ھەموو پىكوتەكان تاقىكر اونەتەوہ لەسەر ۱۵۰۰۰ بۆ ۵۰۰۰۰ كەس لە سەرانسەرى جىهان. لە سەر ھەردوو پىاوان و ئافەرتان، لەسەر خەلكى بە پاشىنەى نەژادى جىاوازوہ، و ھى ھەموو تەمەنەكان لەنىوان ۱۸-۸۴ تاقى كراونەتەوہ. تۆيژىنەوہكان بەردەوام دەبن تەنانت لەكاتى بلاوكر دىنەوى پىكوتەكەش بۆ زانىنى ئەوى كە چەندە كارىگەرن لە رىگرىكردن لە نەخۆشىيەكە يان ھەلگرتنى قايرۆسەكە كە لەوانەىە بگواز رىتەوہ بۆ كەسانى تىر، و بۆ فراوانكردى بەكار ھىنانىان بۆ مندالان.

تا ئىستا، مليونان كەس پىكوتەى كۆفېد-۱۹ يان پىي دراوہ و ھەوالدان لە كارىگەرى لاومكى جدى، وەك كار دانەوى ھەستىارى، زۆر دەگمەن بووہ. ھىچ تەشەنەسەندىكى ماو مدرىژ ھەوالى لى نەدراوہ.

بۆ دەستكەوتنى زانبارىي زىاتر لەبارەى ئەو پىكوتانەى كە لە شانشىنى يەكگرتوو پەسند كراون، ئەمانە سەير كە:

• GOV.UK: پىكوتەى فايزەر/بايونىتىك بۆ كۆفېد-۱۹ لەلايەن (MHRA) پەسند كراوہ (تەنھا نىنگلىزى)

• GOV.UK: بیکوتەى ئۆكسۇرۇد/ئاسترا سىنىكا بۇ كۆفید-۱۹ لەلایەن (MHRA) پەسند کراوه (تەنھا ئینگلیزی)

• GOV.UK: بیکوتەى مۇدیرنا بۇ كۆفید-۱۹ لەلایەن (MHRA) پەسند کراوه (تەنھا ئینگلیزی)

بیکوتەى كۆفید-۱۹ چەندە کاریگەرە؟

دۆزى يەكەمى ھەر بیکوتەيەكى كۆفید-۱۹ دەبیت بەرگریبەكى باشت لە بەرامبەر قایرۆسى كۆرۆنا پى بدات. بەلام تو پئویستە كە دوو دۆز لە بیکوتەى كۆفید-۱۹ وەرگریت تا بەرگری ماوه درئزترت پى بدات. دەرڤەتیک ھەیه كە تو لەوانەیه ھیشنا توشى قایرۆسى كۆرۆنا ببیت یان بلاوى بكەیتەوه تەنانەت ئەگەر بیکوتەكەشت وەرگرتبیت. ئەمە واتە گرنگە كە:

- بەردەوام بى لە شوینكەوتنى رینمایبەكانى دووركەوتنەوى كۆمەلایەتى
- ئەگەر دەتوانى، شتیک ببۆشە كە لوت و دەمت داپۆشیت لەو شوینانەى كە دوور كەوتنەوه لە خەلكى تر سەختە

کاریگەرییە لاوەکییەكانى كۆفید-۱۹

زۆربەى کاریگەرییە لاوەکییەكانى بیکوتەى كۆفید-۱۹ سووكن و نابیت زیاتر لە ۲-۳ رۆژ بخایەنن، بۆ نمونە:

- نازارى قۇل لەو شوینەى دەرزیبەكەى لى دراوه
- ھەستکردن بە ماندووتى
- سەرئیشە
- ھەستکردن بە نازار
- ھەستکردن بە نەخۆشى یان نەخۆش بوون
- بەرزبوونەوى پلەى گەرمى لەش یان تا

تو دەتوانى نازار شكین وەرگری، وەك پاراسیتامۆل، ئەگەر پئویستت پى بوو.

ئەگەر پلەى گەرمى بەرزت ھەبوو كە زیاتر لە ۴۸ كاتر میرى خایاند تو لەوانەیه قایرۆسى كۆرۆنا یان نەخۆشیبەكى ترت ھەبیت. كۆكە و لەدەستدانى بۆن یان تام کاریگەرى لاوەكى بیکوتەكە نین بۆیە ئەگەر ئەم نیشانانە لە تودا سەرى ھەلدا تو پئویستە پشكیننیک بۇ قایرۆسى كۆرۆنا بە جوونە سەر ھیل ریک بخەى.

ئەگەر نیشانەكانت خراپتر بوون، بۇ ماوهى زیاتر لە ۴۸ كاتر میریان خایاند یان نیگەران بووى، پەیوئەندى بە پزیشكى گشتی خۆتەوه بكە لەنئوان ۸ى بەیانى و ۶.۳۰ى دواى نیوہرۆ یان بە ۱۱۱ لە كاتى تردا (ئەم ژمارەبە بۆ پەیوئەندىكردن بئیبەر امبەرە). تو پئویستە وەرگریكى زارەكى بە زمانى خۆت پەیدا بكەى بۇ ولامدانەوى بەردەوام بە "yes" بۇ ھەموو پرسیارەكان.

کاردانەوه ھەستیارییەکان

پیش ئەوێ بکوتریی بە ستافی چاودیری تەندروستی بئێ ئەگەر ھەرگیز تووشی کاردانەوێ ھەستیاریی مەترسیدار بووێت. تۆ نابیت پیکوتەێ کۆفید-۱۹ وەرگری ئەگەر ھەرگیز کاردانەوێ ھەستیاریی مەترسیدار (لەناویاندا ئانافیلاکسی) ت ھەبوو بۆ:

- دۆزی پینشووی ھەمان پیکوتە
- ھەر پیکھاتەیکەێ ناو پیکوتەکە

کاردانەوێ ھەستیاریی مەترسیدار دەگمەزن. ئەگەر کاردانەوێت بۆ پیکوتەکە ھەبوو، عادەتەن دوای چەند خولەکیک روو دەدات. ستاف و خۆبەخشان لە ناوئەدەکانی کوتان بۆ مامەلەکردن لەگەڵ کاردانەوێ ھەستیارییەکان و چارەسەرکردنی دەستبەجێ بۆیان راھێنیاں پیکراو.

تۆ دەتوانی ھەر کارێگەرێکەێ لاوەکی گومانلێکراو بەدەی بە بەکار ھێنانی [بلائی سەلامەتی کارتی زەردی فایرۆسی کۆرۆنا](#).

پیکھاتەکانی پیکوتەێ کۆفید-۱۹

پیکوتە پەسندکراوێکانی کۆفید-۱۹ ھیچ بەرھەمێکی ئازەلی یان ھێلکەیان تێدا نییە.

ئەنجومەنی پزیشکی ئیسلامی بەرینانی [پیشنیاری ئەوێ دەکات کە پیکوتەکە وەرگیری ت](#). کەنێسەێ کاسۆلیکی و تووێتی کە بەکار ھێنانی پیکوتەکانی کۆفید-۱۹ لەرووی ئەخلاقییەوێ قبۆلکراو.

زانیااری زیاتر

پزیشکانی جیھان (Doctors of the World): [کلینیک و زانیااری وەرگیردراوی کۆفید-۱۹](#)

خاچی سووری بەرینانی (British Red Cross): [پیکوتەکانی کۆفید-۱۹: ئەوێ پێویستە بیزانیت](#)

دەزگای تەندروستی نیشتمانی ئینگلتەر (NHS England): [پیکوتەێ فایرۆسی کۆرۆنا \(کۆفید-۱۹\)](#)

دەزگای تەندروستی نیشتمانی زانیااری (NHS Inform): [پیکوتەێ فایرۆسی کۆرۆنا \(کۆفید-۱۹\)](#)

تەندروستی گشتی وێلز (Public Health Wales): [زانیااری پیکوتەێ کۆفید-۱۹](#)