National Institute for Public Health
and the Environment
Ministry of Health, Welfare and Sport

Difaaca ka hor tagga HPV ee wiilasha iyo gabdhaha

RIVM

A. van Leeuwenhoeklaan 9
3721 MA Bilthoven
Postbus 1
3720 BA Bilthoven
www.rivm.nl

T +31 88 689 8989
info@rivm.nl

Brograamka tallaalka Dowladda

1 tallaal ku difaac ka hor tagga 6 nooc oo kankar ah

Tallaalka-HPV waxa uu difaac ka hor tag ah kaa siinayaa lix nooc oo kankar ah. Gabdhaha ka soo bilow sannadkii 2010 ayaa ka hor tagga HPV laga tallaalaa. Laga bilaawo 2022, tallaalka loga hortaggo kansarada Laxariira HPV-ga ayaa sidoo kale diyaar u ah wiilasha. Tallalada waxay ka mid yihiin Brograamka Tallaalka Dowladda.

Waa maxay HPV?

HPV waa soo gaabinta 'humaan papillomavirus'. Fiiruska ma dareemeysid inta badan, balse waa mid si daran u faafa. Hadaba haddii aad HPV qabto, si lama filaan ah ayaad mid kale u qaadsiin kartaa. Waxaa jira infekshanno-HPV oo kala duwan. Labada ugu daran waa nooca16 iyo 18, waayo waa kuwa badanaa kankar noqda. Kankarka dhuunta minka waa midka ugu caansan.

HPV waxa uu keeni karaa in kankarka gaaro qeybo kale oo jirkaada: afka-, daloolka cunaha-, xubinta taranka dumarka, faruuraha xubinta taranka dumarka, xubinta taranka ragga iyo barta saxarada. HPV in badan ayuu dadka ku dhacaa. Sideed oo tabankii qof oo dadka ka mid ah mar ama dhowr jeer ayeey inta ay nool yihiin qaadi karaan HPV. Nasiib wanaag kulligaad kuma jirradaan. Inta badan fiiruska iskiisa ayuu jirkaada uga baxaa. Mararka qaar taasi ma dhacdo. Kolkaa toban ilaa iyo shan iyo toban sano keddib ayaa kankar kuugu dhici karaa. Sannad kasta qiyaastii 1.100 dumar ah iyo 400 rag ah ayaa kankarka HPV qaada.

Tallaalka waa mid leh difaac wacan

Tallaalka waxa uu difaac ka hor tag ah kaa siinayaa labada nooc ee ugu qatarsan ee HPV. Tallalka waxa uu si wacan u hawl gelayaa ka hor inta uusan fiiruska kuugu dhicin. Laba duris oo garabka lagaa siiyo ayaa kuugu filan in wakhti dheer aad difaac ka hesho. Durintaanka midka kowaad iyo kan labaad waa in ay u dhaxaysaa lix bilood. Gabdhaha jooga Nederland waxaa la siinaayay tallaalka-HPV muddo ka badan toban sano hadda. Waxay taa a siisay wakhti aan baaritaan ku sameyno. Waxaa taa ka soo dhalaalay in tallaalka uu 80 ilaa iyo 95% difaac ka hor tag muddo dheer ah oo infekshanka-HPV noocyada 16 iyo 18 laga helay. Iskaa isku tallaalka, waxaad xitaa dadka kale ku siineysaa difaac ka hor tag HPV.

Haatan wiilasha xitaa waa is tallali karaan

Sida gabdhaha oo kale wiilasha xitaa waa ay qaadi karaan HPV. Haddii ay da' gaaraan waxaa ku dhici kara kankarka afka- iyo daloolka cunaha, xubinta taranka ragga iyo barta saxara. Taasi awgeed haatan xitaa wiilasha waa is tallaali karaan. Tallaalka waxa uu ka difaacayaa HPV, taaso oo ka yeeleysa in aayatiinka fursadda ay kankarka HPV uu ugu dhaco ay yartahay.

Tallaalka nabadgelyadiisa waa sugan tahay

In ka badan hal milyan oo wiilal iyo gabdho ah oo dalka Netherland ah ayaa hadda si buuxda looga tallaalay HPV. Saameyn dheeraad ah oo daran lagama helin. Barta la tallaalo wax yar oo xanuun ah ayeey dhalin kartaa. Waxaa xitaa aad dareemi kartaa murqo xanuun. Mararka qaar waxaad kala kulmi kartaa calool xanuun, labalabo, madax xanuun ama qandho. Inta oo dhan waxay kaaga gudbayaan maalin ama saddex cisho. Marnaba cabasho daran oo joogto ah lagama helin. Waalidka qaar ayaa ka welwelsan in carruurtooda tallaalka keddib ay yeeshaan cabasho daalanaan daran leh. Hadda ka hor ayaa arrinkaasi laga xigtay warbaahinta mediyada. Waxaan ognahay in gabdhaha la tallaalay aysan ka daal badneyn kuwa aan la tallaalin. Taasi waxaa caddeyay baaritannada lagau sameeyay Nederland, Ingriiska iyo Norweey. Ma dooneysa in aad ogaato tallaalka dhab ahaantii waxa ku jira? Eeg markaa website-ka Brograamka Tallalka Dowladda. Waxaad sharraxaadda bukanaha ka heleysaa rvp.nl/hpv.

Sida ugu dhaqsida badan u difaacan

Tallalka waxa uu si wacan u hawl gelayaa ka hor inta uusan fiiruska kuugu dhicin. Waxaa baaritaan ka soo dhalaalay in tallalka uu muddo dheer ku difaacaayo. In da’ yar la tallaalo waa macquul. Marka laga bilaabo sannadka 2022 gabdhaha iyo wiilashaba waxaa casumaadda tallalka loo soo dirayaa sannadka ay toban jir noqdaan. Fursadda in aysan weli lakulmin fiiruska aad ayeey markaa u weeyn tahay.
Ka difaacan kankarka-HPV
Jameeca ayaad ku qaadi kartaa HPV. Fiiruska waxa uu ku faafi karaa markaa gacmaha, afka, maqaarka iyo duubka-qoyan. Inta badan jirka ayaa iskiisa fiiruska uga taqallusa. Mararka qaar taasi ma dhacdo. Markaa fiiruska waxaa uu helayaa in unugyo caaimad qaba uu beddelo. Marka uu fiiruska unugyo badan uu dhhawaco, muddo keddib waxaa uu noqonayaa kankar. Taasi waxa ay qaadan kartaa muddo toban ilaa iyo shan iyo toban dhan. Haddii aad HPV ka tallaalan tahay, waxa uu jirkaada sameynayaa curiyeyaal ka hor taga fiiruska marka uu ku soo galo. Curiyahaan la dagaalan waa ay aqoonsanaayaan fiiruska waana ay ka taqallusayan. Sidaas ayuuna fiiruska ku kareynin in uu unugyaada caafimaadka qabo in uu dhaawaco.

Su’aalo

Ma is tallalikartaa adiga oo cudur ku haayo?

Haddii aad qandho leedahay dhaafsiisan 38,5 digrii waxaa fiican in aad tallaalka dib u dhigato. Ama haddii aad uur leedahay. La tasho dhakhtarka qooyska ama dhakhtarka daryeelka caafimaadka dhallinta wakhtiga aad tallaalka qaadan karto.

Tallaalka ma ku noqon kartaa ma dhaleys?

Maya. Tallaalka kuma jiraan curiyeyaal saameyn ku leh xubnaha taranka. Hadaba tallaalka ma kaa dhigi karo ma dhaleys. Tallaalka waxa uu ka yeelayaa in jirkada aqoonsado fiiruska lagana taqalluso.

Tallaalka-HPV ma in aan iibsadaa?

Tallaalka-HPV waa lacag la’aan.

Weli macno ma leedahay in aan aad is tallaasho adigoo hore jameec u sameeyay?

Haa, xitaa adigoo hore jameec u sameeyay haddana in aad is tallaasho macno ayeey leedahay. Waxaaba dhici karta in aadan weli fiiruska qaadin. Difaaca ugu fiican waxa aad heleysaa haddii aad is tallaashid ka hor inta aadan wax jameec ah sameynin.

Sidee lagu qaadi karaa HPV?
Waxaad fiiruska ku qaadi kartaa marka aad jameec la yeelato qof qaba. HPV waxa uu kuugu soo gudbayaa markaa gacmaha, maqaarka iyo afka. HPV aad ayuu u badan yahay. Qofka aad la joogto waxaa dhici karta in uu yahay side fiiruska uusana la socon. Marka adigana sidaa ayaa laguugu soo gudbin karaa.

Macno ma sameynayaa tallaalka marka kaniiniga ka hor tagga uurka qaato?
Haa. Kaniiniga ka hor tagga uurka, waxa uu ka hor tegayaa in aadan uur qaain mase kaa difaacayo HPV. Kaniiniga ka hor tagga uurka wax saameyn ah kuma laha hawl galka tallaalka.

Macluumaadka la xiriiratallaalka

Hey'adda Dowladda ee Caafimaadka Dadweeynaha iyo Dabeecadda (RIVM) ayaa isku dubaridda Brograamka Tallaalka Dowladda ee Nederland. RIVM ayaa waalidka ka siineysa warbixin la xiriirta tallaalada ee Brograamka Tallaalaka Dowladda iyadaana soo direysa casuumadaha tallaalka. Daryeelka Caafimaadka Dhallanka (JGZ) ee nawaaxiga waxa ay fulineysaa Brograamka Tallaalaka Dowladda bixineysana tallaalada.
Marka ilmahaad la tallalo keddib, waxa ay JGZ macluumaadka tallaladaasi gelineysaa hab-JGZ iyo caddeynta tallaal ee ilmahaada. Haddii aad u oggolaato JGZ waxay macluumaadka la wadaageysaa RIVM. Waa macluumaadka tallaalka iyo astaamaha gaaka ah ee ilmahaada. Dhakhtarka dhallanka- ama kalaalisada caafimaad ee JGZ ayaa oggolaashadaada ku weydiinaayo in maclumaadka ay JGZ iyo RIVM ay is dhaafsan karaan.
Oggolaashadaani waa muhiim. RIVM waxay hawl gallo kala duwan (si wacan) u fulin karaan marka la ogyahay tallaalada dhab ahaantii ilmahaada la siiyay. RIVM waxa ay macluumaadka u adeegsaneysaa usaale ahaan in wakhtiga sax ah laguu soo diro xusuusinta tallaalada ilmahaada. Waxaa barbar socda in ay RIVM ay ku siin karto koobi oo caddeynta tallaalada ilmahaada haddii aad taasi ka codsato.

RIVM waxay kaloo macluumaadkaasi u adeegsan kartaa in tayada Brograamka Tallaalaka Dowladda ay ilaaliso. Ugu dambeeynta waxa ay RIVM u adeegsaneysaa macluumaadka in ay xisaabiyaan tirada carruurta Nederland oo la siiyaay tallaalada oo wada dhan. Haddii cudur faafa uu dillaco, waxaa dhab ahaantii aad muhiim u ah in la ogyahay tirada dadka difaac ka heysta taasi. Markaa RIVM waxa ay qiimeyn kartaa in cudurka uu faafi doono iyo ama in xeer nidaamedyo loo baahan yahay.
Warbixin dheeraad ah ka eego rijksvaccinatieprogramma.nl/jouw-toestemming

Tani waxaa soo saaray:
Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu
Postbus 1 | 3720 BA Bilthoven www.rivm.nl
jannaayo 2023

Daryeelka berrito maanta ayuu bilowdaa