

Shingles (Herpes Zoster)

Waa maxay shingles (furuurucyada maqaarka)?

Shingles, oo sidoo kale loo yaqaan herpes zoster, waa cudur uu keeno fayraska varicella zoster (VZV), oo ah isla fayraska keena busbuska (varicella). Ka dib marka qofku uu ka soo kabsado busbuska, fayrasku wuxuu ku sii jiraa jirkiisa. Kadib, fayrasku dib ayuu u kici karaa oo wuxuu keeni karaa shingles.

Shingles-ka waa furuuruc xanuun badan oo ah nabarro waxayna badanaana ka soo baxaan hal dhinac oo jirka ah. Nabarrada waxay caadi ahaan qolof fuqaan 7 ilaa 10 maalmood waxayna ku baaba'aan 2 ilaa 4 toddobaad gudahood. Dadka waxaa laga yaabaa inay dareemaan xanuun, cuncun, ama jidhidhico 1 ilaa 5 maalmood ka hor inta aanay finanku soo bixin.

Sidee shingles-ku u faafaa?

Qofka qaba shingles ma qaadsiin kara shingles qof kale. Si kastaba ha ahaatee, qofka aan waligiis qaadin busbus ama aan weligii qaadan tallaalka varicella waxa uu busbus ka qaadi karaa qof shingles qabo. Fayrasku wuxuu ku faafaa taabashada tooska ah ee dareeraha ka soo baxa nabarada finanka. Qofku waxa uu qaadsiin karaa dadka kale inta uu nabarro leeyahay ilaa ay dhammaan qolofka nabarrada ay ka fuqayaan.

Dadka shingles-ku meelo kooban uga yaalliin waa inay fururuca daboolaan, ka fogaadaan inay taabtaan fururuca, gacmahooda had iyo jeer dhaqaan, oo ay ka fogaadaan inay taabtaan shakhsiyaadka khatarta sare ugu jira dhibaatooyinka halista ah ee busbuska, sida dhallaanka, dadka uurka leh, ama shakhsiyaadka nidaamka difaaca jirkooda daciif yahay, ilaa finankoodu ay qolofka ka fuqdo.

Qofka qaba shingles ma inuu guriga ka joogaa shaqada ama dugsiga?

Guud ahaan, ilaa inta nabarada la dabooli karo, qofka shingles-ka qabaa uma baahna inuu guriga ka joogo shaqada ama dugsiga. Shaqaalaha daryeelka caafimaadka iyo kuwa kale ee la shaqeeya shakhsiyaadka khatarta sare ugu jira waa in ay shaqada ka joogaan guriga ilaa ay nabaradu qolofka ka fuqaan. Qof kasta oo aan dabooli karin nabarada waa inuu ka maqnaadaa shaqada ama dugsiga ilaa ay dhammaan nabarrada qolofka ka fuqaan.

Sideed uga hortagi kartaa shingles?

Tallaalku waa habka kaliya ee lagu dhimi karo fursadda aad ku qaadi karo shingles, maadaama fayraska keena shingles-ka uu horey ugu jiro qof kasta oo qaaday busbus.

Xarumaha Xakamaynta iyo Kahortagga Cudurrada (CDC) waxay ku talinayaan laba qiyaasood oo ah tallaalka zoster ee dib la iskugu dhisay (RZV, Shingrix®) si looga hortago shingles-ka iyo dhibaatooyinka la xiriiira ee qaangaaryada 50 sano iyo ka weyn jira. Shingrix sidoo kale waxaa lagula talinayaa qaangaaryada 19 jir iyo ka weyn jiro ee nidaamka difaaca jirkooda uu daciifiyay cudur ama daawo ay qaadayaan. Tallaalka varicella wuxuu kaa difaacaa busbuska (varicella).

Sidee loo baaraa shingles?

Bixiyeyaasha daryeelka caafimaadka ayaa laga yaabaa inay baaraan shingle-ka iyagoo ku dhisayo calaamadaha. Si kastaba ha ahaatee, shingles mararka qaarkood waxaa lagu qaldi karaa fayraska herpes simplex, ama cudurrada kale ee fururuca leh. Shingles-ka aad ayey u adkaan kartaa in laga baaro carruurta yaryar ama dadka nidaamka difaaca jirkooda liito. Si loo xaqiijiyo baaritaanka, muunado laga soo qaado finanka nabarada ama qolofyada ayaa la baari karaa si loo ogaado in fayraska varicella zoster uu jiro.

Ma leeyahay daawo shingles?

Waxaa jira dawooyin ka hortaga fayraska oo la heli karo si loo gaabiyo muddada cudurka ku hayo loona yareeyo darnaanta calaamadaha. Waa muhiim in daawooyinkan loo bilaabo sida ugu dhaqsaha badan kadib marka ugu horeysa ee finanku soo baxaan. Isla markiiba la xiriir bixiyahaaga daryeelka caafimaadka haddii aad u malaynayso inaad shingles qabto.

Minnesota Department of Health
PO Box 64975
St. Paul, MN 55164-0975
651-201-5414
www.health.state.mn.us/immunize

03/28/2023 (Somali)

Si aad ugu hesho macluumaadkan qaab kale, wac 651-201-5414.