

# Vakslêdana parastinê

## Rênasiya vakslêdana gelekzimanî



Das Gesundheitsprojekt  
Mit Migranten  
für Migranten



MSD

INVENTING FOR LIFE

*Ethno-  
Medizinisches  
Zentrum e.V.*



# Impressum

Schutzimpfungen – mehrsprachiger Impfwegweiser  
Mehrsprachiger Wegweiser zum Thema Impfen für  
Migrantinnen und Migranten in Deutschland

Herausgeber: Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.  
Königstraße 6, 30175 Hannover | Deutschland  
info@ethnomed.com  
www.ethnomed.com

Redaktion und fachliche Unterstützung: Dipl.-Sozialwiss. Ramazan  
Salman, Dipl.-Sozialwiss. Michael Kopel, Dipl.-Psych. Ahmet Kimil,  
Dr. med. Matthias Wienold (Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.),  
Dr. med. Gerhard Pallasch (Kreisgesundheitsamt Stade)

Wir danken der Firma MSD SHARP & DOHME GMBH für die freundliche  
Unterstützung bei der Realisierung dieser Broschüre. Weitere  
Informationen zum Unternehmen finden Sie unter [www.msd.de](http://www.msd.de).

Lektorat/Gestaltung/Satz: Bernd Neubauer

Übersetzung: Dolmetscherservice Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.

Abbildungsnachweise:

Abb 1: © Eckhard Fischer, Muldenstein

Abb 2: Cynthia Goldsmith, Centers for Disease Control (USA); ID 8243

Abb. 3–7: Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.

Abb. 8: nach STIKO Epidemiologisches Bulletin, Heft 34 (2018)

Abb. 9: modifiziert nach Janeway CA et al. Immunobiology,  
6. Auflage (2005), Garland Science

Bildquellen: S. 1, 10, 12, 15, 27, 33 © Fotolia.com

Der vorliegende Wegweiser ist für eine breite Öffentlichkeit  
vorgesehen. Um die inhaltliche Richtigkeit zu gewährleisten,  
sind alle Rechte vorbehalten. Eine andere Verwendung als  
im gesetzlich festgelegten Rahmen bedarf der vorherigen  
schriftlichen Genehmigung durch das Ethno-Medizinische  
Zentrum e.V. Bitte schreiben Sie uns.

Dieser Wegweiser ist in 16 Sprachen erhältlich:

Albanisch, Arabisch, Bulgarisch, Deutsch, Englisch, Französisch,  
Griechisch, Italienisch, Kurdisch, Persisch, Polnisch, Rumänisch,  
Russisch, Serbokroatisch, Spanisch, Türkisch

6. Auflage

Stand: September 2018



# Peyva bixêrhatinê

Xwendevanên dilovan,

Xizmetguzariya baş ya tendurustiyê ji hêla penaberan ve, daxwaza siyaseta bingehîn a tendurustî û pêkvejiyanê ya hukumeta Elmaniya li dar dixê. Armancên destnîşankirî û pîvandar, di çarçeweya vê çalakîyê de, ku rewşê baştir bike, di program û plana çalakîya pêkvejiyanê, ya welatê Elmaniya de hatiye bicihkirinê. Di halê hazir de, tişt a pêdivî di warê tendurustiyê de, ku ji bo penaberan bête kirinê, hîna têrê nake. Kem û kurî û kêmasî di agahiyan û di rewşekirinê de, her weha rêgirên di sistema tendurustiyê de, wek sedemên sereke têne binavkirinê hene. Di herdû beşan de, gavên berbi pêş ve hatin avêtin.

Ev rênas û rênişandera vaxslêdanê ya bi gelek zimanan, dikare bibe stûneke gelek baş di xizmetkirina tendurustiyê de bo penaberan li Elmaniya. Parastin û parêziya tendurustiyê vekirî û liberçav, di erkên welat yê yasaya bingehîn de, hatine bicihkirinê. Stûn û karê bigehîn ku hatiye danan, ew e ku para her hemwelatîyêkî, di Vaxslêdanê de hebe. Ne xweber e, ku vaxslêdanên parastinê, parçeyekî fermî di kataloga xizmetê ya sîgorta nexweşiyê de ye. Ji ber wê jî, karmendên tendurustiyê yêni wiyaletan, li gor pêşniyarên komîteya vaxslêdanê ya bi ser peymangeha Robert-Koch ve ne, kar dikin û li ser wê bingehê katalogên, ku cureyên vaxslêdanê têne pêşniyarkirin, têde têne weşandin.

Wergirtina hemî cureyên vaxslêdanê li welatekî, nişaneke giring e, di xizmetkirina tendurustiyê de. Bilindkirina rêjeya vaxslêdanê di nav xelkên ku pêşmalbatên wan penaber in, de û bi taybetî zarok û gencan, armanceke giring e ya plana çalakîya welatî ji bo pêkvejiyanê. Amadebûna ji bo vaxslêdan, bigiştî baş e, lê kemûkurî hîn jî di ronîkirin û gihandina agahiyan de bo cihên pêdivî hene.

Navenda Tendurustiya regezan (Ethno-Medizinische Zentrum), ji sala 1989an ve, bi karê ku mijarên siyaseta tendurustî û ji hêla kultûrî ve hestiyar bo penaberan dike. Navberkarên tendurustiyê li sersanê Elmanîyayê projektê *Mit Migranten für Migranten* = ji penaberan bo penaberan yê Vaxslêdanê, serpêhatîyên wan digel bi serketî ne. Navenda Ethno Medizinische Zentrum vê rênişander û rênasa Vaxslêdanê bi belavkirina bi 16 zimanan stûnekî din yê bingehîn û pêdivî bo xizmetkirina tendurustiya koçber û penaberan dideyne. Bi hêviya ku ev rênasa Vaxslêdanê bi şêweyekî fereh bête berbelavkirin.

Hermann Gröhe  
Wezîrê dewleta Elmaniya yê Tendurustiyê



# Pêşgotin

Xwendevanên dilovan,

wateya penaberiyê jiyana biliv e. Ev civata global ya îroyîn nimûneya zêdebûna imkana ye, ku mirov bilive. Ji ber xurtbûna rêkên gihandinê yên navnetewî, ku gelek mirov ji gelek hêlên dinyayê, ji gelek welatan tên û digihin hev, weha jî di bin sîbera van têkiliyan êş jî ji cihên dûr peyda dibin û dikarin zû

bi zû berbelav bibin. Di vê pêvacoyê de, vaxslêdanê di warê tendurustiyê de, ku cihê metirsiya welatan e roleke berbiçav dilîze: Tevdîrên parastinê yên tendurustî, dikarin her hemweliyekî biparêze, ji wê bêhtir dikare bibe dîwarekî bihêz li dijî berbelavbûna hindêk nexweşiyên taybet li nav hemwelatîyan.

Bi vê boneyê çavdêriya kêmasiyên vaxslêdanê di nav penaberên li Elmaniya dijin de tête kirin. Weha bo nimûne, ew zarok ên, ku li welatên xwe jidayik bûne û di temenkî biçûk de li Elmaniya binecih bûne, di dema ketina xwendegehê de zorbeyî caran diyar dibe ku vaxslêdanên wan kêmtir in. Yek ji wan sedemên sereke, gelek caran diyar dibe ev kêmasiya han netêgehiştin û zanîna zimanê elmanî ye, digel ku ew salên dirêj in li vir dijin an jî nû hatibin û ev dibe rêgir, ku ew xizmetên tene pêşkêşkirin di warê sîstema tendurustiyê li Elmaniya de ji wan sûd wernegire.

Wek hun tê tînin der, ku vaxslêdan netenê babeteke bo vaxslêdana zarokan, belê bo her temenkî jî heye. Em dibînin, ku kartêkirin û tenahî ya vaxslêdanê ta demekê tête guftûgokirin û guman li ser çêdibe ev jî mirov tevlihev dike ji ber wan agahiyên şaşwergirtî, lewra jî pêdivî bi pêşkêşkirina agahiyên hemereng kurt û cihgirtî heye.

Em bihêvî ne, bi vê rênasa liberdest bikaribin kêmasiyên agahiyên di biwarê vaxslêdanê de bi zimanê dayikê dagirin û bi vê rêkê erkên xwe bicih binin, daku penaber derziyên vaxslêdanê li xwe bixe bi wê sûdwergerîtinê be mîna wan pîrraniyan yên bi zimanê elmanî dizane.

Ramazan Salman

Berpîrsê navenda tendurustî ya – regezan/ rêvebirê MIMI-projektê tendurustiyê

# Naverok

Mikroba nexweşiyên infeksiyonî û rêkên parastinê .....	6
Bingehên vaxslêdanê û dermanên wê.....	10
Pêşniyar bo vaxslêdanê û bihayê (fiyata) wê.....	11
Salnameya Vaxslêdanê ya 2018an, ya -STIKO .....	12
Ji bo risk û komplikasyonên vaxslêdanê .....	14
Wateya civakî ya Vaxslêdanê .....	16
Pirsê praktîk yê li ser vaxslêdanê.....	17
Nexweşiyên gering yê bi sedema vaxslêdanê pê nayên ketin .....	20
Têgehên pispor yê herî giring*.....	25
Adrêsen giring yê pisporiyên wî biwarî .....	28
Plana vaxslêdanê ya min bixwe .....	32
Ya girig bi kurtasî.....	34

\* Di vî deqî de çend têgehê bi nivîsa **şin** hatine nivîsîn. Hun ê vê ji rûpelê 25an de wek kurteşirovekirinan bibînin.

# Mîkroba nexweşiyên infeksiyonî û rêkên parastinê

## Sedema nexweşiyên Infeksiyonî çine?

Gelek **nexweşiyên Infeksiyonî** ji sedê salan ve naskirî ne. Encamên bixwe li ser sedemên wan nexweşiyên hîn nû ne. Demeke dirêj mirovan agahiyên nerast an jî nedestnîşankirî hebûn. Hinek ji wan agahiyên şaş bi wan navan îro jî rûdidin. Bo nimûne peyva Malaria ji îtalî hatiye û wateya wê ya peyvê „bayê xerab“.

Bêhtirîn nexweşiyên Infeksiyonî ji sedemên **Vîrus** û **baktêriya** pêk tên.

## Baktêri

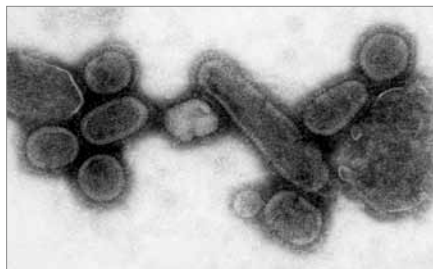
Mirov di bin navê baktêriyan de bûnwerên bi şanekê fehem dike (Şikil. 1), gelek biçûk in, ku mirov wan bi çavan nikare bibîne. Gelek ji wan baktêriyan erkên girîng pêk tînin û ji bo gelek fonksiyonên bedenê wekî sistema hezmê, parastina ji nexweşiyên fungal jî bo xwedimalê hevcene. Ji bê wana derfetên jiyane nîne.



Şikil. 1: Wêneyê Komputerê yê baktêriya xendikokê (*Bordetella pertussis*)

## Virûs

Vîrus hîn ji baktêriyan biçûktir in. Di serê derziyê de gişt 8 billion Virûsê persivê cih digrin (Şikil. 2). Virûs dikarin derbasî şanên mirovan bibin û wan jî bo zêdekirina virûsan mecbûr bikin Ew dibe sedema xerab kirina şanên ku ew dikevinê.



Şikil. 2: Wêneyê mikroskopa elktronan ji Virûsê persivê

### Infeksiyon çiyê?

Di bin navê Infeksiyon an jî Infeksiyona laşê mirova têdigehe ku di laşê mirovî de mikrob bicih û pirr bûne (bo nimûne Baktêriya û Virus). Tenê ispata mikrobekî di laşê mirovda (infeksiyon) ne nexweşiyêke.

Lê gava kû ew mikrob di laşa mirovda dibin sedema nişanên (Symptomen) wekî ta, xwenebaşdîtin an jî nişanên li ser cerm weki sorbûn, wê caxê jî infeksiyon dibê nexweşiya infeksiyonan.

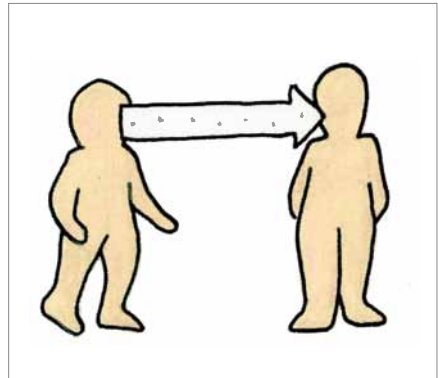
Yê ku li pê infeksiyonan bikeve dikare mirovê din jî pê bixe û nexwes bike, bêt ku ew bixwe zanibe ku nexweş e an jî ji vegirtina xwe hayedar be. Jiber wê jî nexweşiyên vegirtinê zû berbelav dibin.

### Mikrobên nexweşiyê Çawa têne guhestin?

Ji bo infeksiyona rêkên veguhestinê û belavkirinê wateyêke wê mezin heye. Bitinê dema hijmareke mezin ji mikrobên bêtêkçûn derbasî laş bibin, dikare bibe nexweşiya infeksiyonan. Rêkên veguhestinê yê cuda bi mikrobên û nexweşiyê ve pabend in.

### Infeksiyona dilopî

Dema pişkandin, kuxik, axaftin û hilimkêşan û berdanê nuqutên şilavê azad dibin, dikarin mikrobên werbigirin. Li gor mezinbûna dilopan çendî wana dirêj nav hewayê dimînen û dikaren li gel hilmê mirovên din jî nexwes bike. (Şikil. 3).



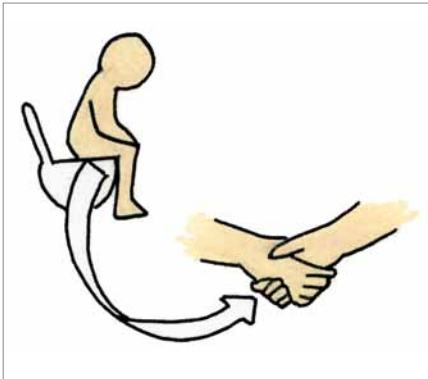
Şikil. 3: Infeksiyona dilopî

### Veguhestina di rêya destav-dev re

Hinek mîkrob bi destava mezin re derdikevin û li derdorên belav dibin. Bi taybetî di welatên ku asteya pakijiyê nebilind mîkrob di ava vexwarinê de hene. Her kesekî, ku avê vexwe, xwarina nekelandî an jî meyweyê ne qeşaltî bixwe, dikare ku êş wî vegire.

### Infeksiyona lepax

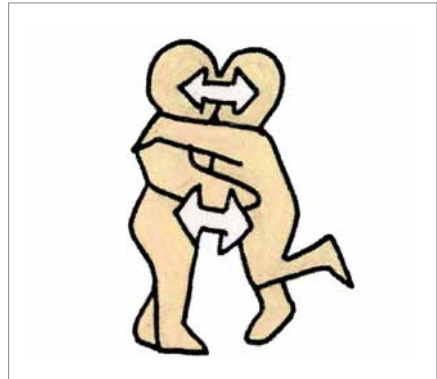
Gelek caran nexweşî nerasterast tîn Veguhestin. Nexweşî berya hemî tiştî di rêya dest an jî mijadan(heyok), bi taybetî ew yê deravêtiyan dikarin bîn belavkirin û mirovên din jî nexweş bikin. (Şikil. 4). Mîkrobên ku zikêşê û hindûrçûyîne çêdikin xwediyê berwedêriyê mezinin. Hijmara wan kêmtir be jî dikarin mirovan nexweş bikin.



Şikil. 4: Infeksiyona lepax – veguhestina di rêya destav-dev re

### Infeksiyona bi Kontak (hingavtin)

Hinek mîkrob di rêya hingavtina laşî re çêdibe bo nimûne bi maçîkirinê an jî bi rêya sex tîne veguhestin (Şikil. 5). Veguhestina nerasterast di rêya destmalê an jî kursiyên destavê kêmtir çêdibe.



Şikil. 5: Infeksiyon bi hingavtinê

### Veguhestin di rêya kêzik (inzekt) û bûnewerên jîndar yê din re

Gelek nexweşî hene kû kêmtir ji mirov bo mirov tîne veguhestin. Ji bo belavbûna xwe ew hevcedariya guhêzbarekîne. Bêhtirîn ji guhêzbaran kêzik in. Dema pêşiya taya zer tibayekî gez bike, infeksiyon bi rêya xwîne dibe. Eger derengî gezek li mirovekî da, ew dikare di eynî dem de pê re bibe sedema vegirtina Vîrusa-taya zer.



### Xwîn û şilavîyên laş yê din

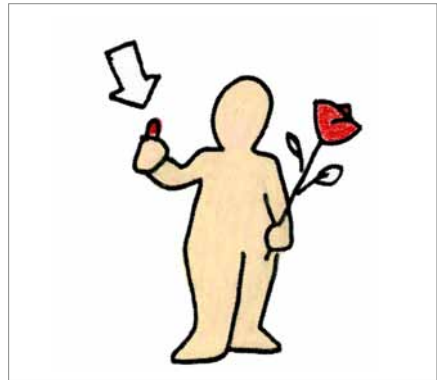
Hinek mîkrob hene xwe bi rêya xwînê (Şikil. 6) an jî şilavên din yê nav laşî mîna tûk, histêr, avikê û ava ji vajîna dertê belav dibe. Hingavtina laşî ya nêzîk wek infeksiyona bi hingavtinê roleke wê mezin heye. Infeksiyona bi rêya rehên xwînê (guhestina xwînê) li Elmaniya kêr dibe, ji ber xwîn gelekî di bin çavdêriyê de ye. Gelek caran di rêya guhestina xwînê re, di dema ducaniyê de, jiber gera xwînê ya dayik û zarok bi hev ve gelek girêdayî ye.



Şikil. 6: Veguhestin di rêya xwînê re  
Ev di dema ducaniyê de

### Infeksiyona bi rêya birînê

Di birîndariyê de gelek caran mîkrob dikevin nava birînê û dibin sedama infeksiyonan. (Şikil. 7). Ji bo nexweşîya infeksiyonî menzînbûna birînê ne gerîngê. Wek minak eger mirovek bi qîtê gulê xwe birîndar bike, dikare bi nexweşîya tetanûsê (kuzaz) bikeve.



Şikil. 7: vegirtina bi rêya birînê

# Bingehên vaxslêdanê û dermanên wê

## Vaxslêdan çî ye û çawa kar dike?

Vaxslêdan dihêle hêza berxwedanê ya mirov beramber sedemên metirsîdar bi taybetî Baktêrî û Virusan çalaktir bike. Her usa ji ew dikarin mirovan li ber hindêk komplikasyonên nexweşiyên, seqetiyên laş an jî derûnî yê metirsîdar jî piparêzên.

Gelek mirov hene li dijî gelek nexweşiyên infeksiyonî vaxs li xwe dane, ev jî nahêle ku gelekî berbelav bibe. Bi sedema karekterên guhêrbar yê vaxslêdanan mirov jî Vaxslêdana parastinê diaxive. Di dema niha de li Elmaniya vaxslêdan jibo parastina 25 nexweşiyên infeksiyonî bi kar tên.

## Rêbaza vaxslêdanê birastî hêsane:

Mikrobên qelsketî an jî yê mirî dibin parçeyek ji dermanê vaxslêdanê. Sîstema parastinê ya mirovan wan mikrobên mirî yê vaxsê wekî mîkroba nexweşiya „normal“ nasdikê û li dijî wan mîkroban li gel şaneyên parastinê **antîkor** û **şanên hizirkirinê** ava dikin.

Gava kontak bi mikrobên rastî di demki paş vaxslêdanê da ew antîkor yê kû hatinê çêkirinê bedenê wê gavêda diparêzin. Şanên hizirkirinê ji bo parastina ji mîkroban di demeke dirêj berpîrsîyarin.

Her çiqas kartêkirina vaxslêdana gelek serfiraz be jî ew mirovan % 100 nikare biparêze.

## Dermanê Vaxslêdanê çawa tê bikarannîn?

Dermanê vaxslêdanê dikare bi gelek reyan bikar bîn. Zêdetir ew derzîyan, di tevna bin çerim, di tevna masulkanda an jî di çerm de bikar têt. Tenê hindik dermanê vaxslêdanê hene ku têne vexwarin an jî xwarin.



# Pêşniyar bo vaxslêdanê û bihayê (fîyata) wê

## Kî biryarê werdigire kû ji diji çi û kengî vaxslêdan bê cêkirin?

Li Elmaniya vaxslêdan ne mecbûrî ye. Her yek dikare biryara xwe bide piştî şirovekirina li gel doktor bike û vaxslêdaneke estnîşankirî bo xwe yan jî zaroka xwe baş bibîne. Ev biryareke azad û takekesane ye.

Komîsiyona vaxslêdan li peymangeha Robert-Koch (RKI) herdem bi pîrsa kîjan vaxslêdan jibo kê û kengî hevce û basê pêva mijûle (kurti: **STIKO**). Endamên STIKO hemî doktor û pisporên din in, ku ji hêla wezarata tendurustiyê ya Elmaniya ve têne gazîkirin. Endametî di STIKO de karekî erkê şahnaziyê ye. Endam serbixwe ne û biperpirsiyarî erkên xwe cihbichî dikin.

STIKO hersal pêşniyarên bo vaxslêdanê nûjin dike, bitaybetî **salnameya vaxslêdanê** (Şikil. 8, binêre r 12/13).

Ev rûpel dinivîse kû kîjan vaxslêdane dibê wekî **vaxslêdana standerd** bîn dîtin.

Li kêleka wê jî vaxslêdanên bi pişeyan ve girêdayî, **vaxslêdana bi sedemî** û **vaxslêdana gerê** têne şirovekirin û pêşniyarkirin.

Ev tavsîye digel sedemên pêşniyaran li ser malperên – Internête ya ya peymangeha – Robert Koch ([www.rki.de](http://www.rki.de)) têne dîtin.

Pêşniyarên STIKO ji bo **xêzên vaxslêdana parastinê** ya komîteya hevpişk ya yekîtiyê (GBA) ya doktoran, doktorên diranan, doktorên psikoterapî, nexweşxaneyan û sigortayên nexweşiyê li Elmaniya bûne bingeh.

Xêzên vaxslêdana parastinê hemî sigortayên fermî mecbûr dihêle kû wan xizmetên vaxslêdanê wekî yên fermî qebul bikin.

Ew jibo kesên sigortekirî bêpere ye.

Vaxslêdanên geştan (ji bilî vaxslêdana li dijî feleca zarokan) û vaxslêdanên xwediyê pişeyan mecbûr in li xwe bixin (ev xwediyê karî bi xwe digire) nemcbûre ku sigorta bihayê wê bide. Xêzên vaxslêdana parastinê dikare, ku jibîr bibe an jî vaxslêdana rotinî rojekê berya rojbûna 18 saliyê bêne lêdan û sigorta wê pêre wê bide.

# Salnameya Vaksîdanê ya 2018an, ya -STIKO

## Salnameya vaksîdanê çi ye?

Lîsteya vaksîdanên rotîn di salnameya vaksîdanê ya STIKO, ya ku jibo temenên destnîşankirî dê pêşniyar bibin, rêzkirî ye. Hevceye kû Vaksîdan gor imkanan di demên zû de, pêk bînin.



## Salnameya Vaksîdanê ya 2018an, ya -STIKO

(Li tenîştaya wê binêre Şikil. 8, Rûpel 13)

Pêşniyarên ji bo temenên vaksîdanê, bi heftî, mehane û salane têne danê. Bo nimûne: vaksîdanê di temenê ji 9–14 salî: wate, ji 9. Rojê heyana 15. jidayikbûnê.

## Şirovekirin

G	Vaksîdanê bingehîn
A	Vaksîdanê nujankirî
S	Vaksîdanê standerd (Rotîn)
N	Vaksîdanê kû paşê hat dayîn (Derengdayîn)
a	Zarokên berwext jidayik dibin gilmik ji dermanê vaksînanê zêdetir di heyva 3an de werdigirin, wate dibin 4 gilmikên dermanê vaksînanê.
b	Eger vaksîdanê 1em di temenê 6 heftiyan de, bête pêkanin, her yek li gorana dermanê bikarhatî ew 2 an 3 gilmikên dermanê vaksînanê kû bikêmanî 4 heftî di navberê de hebin, pêdivî ye.
c	Di dema danê dermanê vaksînanê de, dibe ev curî, e nema bête danê
d	Vaksînanê standerd ya keçikan û gencan ji temenê 9–14 salî bi 2 gilmikên dermanê vaksînanê û navberê bikêmanî ji 5 mihan, li nik yê dubare lêdana vaksînanê, ji temenê 14 salî ve an bi navbera carekê û ya din de ji < 5 mihan di navbera 1. û 2. gilmikan de ye gilmik 3 têtê xwestin (ji kerema xwe pêzanînin pisporek werbigirin).
e	Nûkirina vaksînanê Td (Td=Tetanos û difterî) her 10 salan. Vaksînanê T din ya dereng carekê mîna bihevve vaksînanê Tdap (Tdap = Tetanus, Diphtherie û kuxuka awayê = Pertussis), an. Li dema delîlekî mîna bi hev re vaksînanê dap-IPV (IPV = feleca zarokan Poliomyelitis).
f	Carekê vaksînanê bi dermanê vaksînanê- MMR (MMR = Sorik, Beqik und kelmêşa elmanî) ji bo mirovên di pey Sala 1970 de ji dayikbûnê re ≥ 18 salî bêyî vaksînanê diyar Bê vaksînanê an jî vaksînanê di dema zaroktiyê de.
g	Vaksînanê bi 23-dermanê- ciyawaz-yê iltihaba fişikê "Polysaccharid".

Vaksledan	Temené bi heftiyan	Temen bi heyvan										Temen bi salan				
		6	2	3	4	11-14	15-23	2-4	5-6	9-14	15-16	17	ji 18 úbjorde	ji 60 úbjorde		
Tetanus		G1	G2	G3	G3	G4	N	A1	A2	N	N	A (belki N) <sup>e</sup>				
Difteriya, xenaq		G1	G2	G3	G4	G4	N	A1	A2	N	N	A (belki N) <sup>e</sup>				
Xendikok		G1	G2	G3	G4	G4	N	A1	A2	N	N	A (belki N) <sup>e</sup>				
<i>Influenza Hemofilyos</i> tpa b (Hib), Arsimazarokan		G1	G2 <sup>c</sup>	G3	G4	G4	N	N								
Feleca Zarokan (Poliomyelitits)		G1	G2 <sup>c</sup>	G3	G4	G4	N	N	A1	N	N	belki N				
Hepatitis B		G1	G2 <sup>c</sup>	G3	G4	G4	N	N	N							
Pneumokokken <sup>a</sup>		G1		G2	G3	G3	N						S9			
Virusén rota	G1 <sup>b</sup>	G2	(G3)													
Meningokokken					G1 (ji 12 heyvan úbjorde)				N							
Sorik, Berguh, Mirkutik					G1	G2			N			sf				
Xurya avi					G1	G2			N							
Arsim, Grip													S (Vaksledana salane)			
Human Papiloma Virus (HPV)									G1 <sup>d</sup>	G2 <sup>d</sup>	N <sup>d</sup>					

(Şikil. 8: Serrastkirina li gora STIKO-Salname 2018.)

# Ji bo risk û Komplikasyonen vaxslêdanê

## Kî biryar ji bo rêdayîna dermanê vaxslêdanê dide û kî çavdêriyê dike?

Kî bixwaze agahiya li ser babeta vaxslêdanê webigire, zû nas dike, ku pircaran agahiyên dijber û gelek caran jî yên şaş hene. Bawerbûna çavkaniyan ji bo kesên ne pisporîn ne hesane. Ew gelek agahiyên li biwarê vaxslêdanê de carnan dibin sedema nebawerî û sedema nelêdana vaxsê.

Ya berçav ew e, ku dermanê vaxslêdanê tenê wê li Elmaniya destûrdarî be, dema bête çesipandin, ku bi rêjeyêke bilind ewlekarî û kartêkiriyeke nişan bide. Divê firman (karxaneyên) dermana ger bi lêkolînan kû têda hezarên mirovan beşdar bûne, bîn tenahîkirin û ispatkirinê.

Karmendê niştîmanî û navnetewî vê çavdêriyê bi rê ve dibin. Li Elmaniya peymangeha welatî Paul-Ehrlich-Institut (PEI) wek karmendên berpirsiyar jibo destûrdanê û çavdêriya dermanên vaxslêdnê berpirsiyar in. Ji derveyî ê tenê destûr di rêka Komîsyona- YE li ser asteya Ewropayê (EMA) dikare bête dan.

Bi alîkariya lêkolînan tenahiyê dikarin gelek, eger ne hemî jî bandûren nexastin peyda dibin, berya destûrdanê binivîsin. Zêdebarî wê jî, her pileke dermanê vaxslêdanê derve, hevceye kû ji armendê welatî bêne destûrdan.

## Çi bandûren nexastin di ber re yên vaxslêdanê hene?

Wek berê şirove bûbû, ku parçeyek mezin ji dermanê vaxsê jî mîkrobên qelsbûyî an jî yên mirî pêk têt. Hinek çalakî dihingivin hev, dema mîkrob digihe laş piştî vaxslêdanê iltîhabeke ku tê xwestin û reaksiyoneke gelekî normal peyda dibe.

Pêvegirêdayî bi vaxslêdanê ve, êş û azarên nezirardar peyda dibin.

Caran cihê vaxslêdanê sor an jî iltîhab pêre çêdibe. Li ba hinekan azariya rehan jî li cihê ku derzî lêketî çêdibe. Li wir perça girêkên lemf de, ta, serfêşan, dilhevketin, westandin çavlixew peyda dibû.

## Dermanê vaxslêdanê yên ji virusên

**Zindî** tîn avakirin dikarin di %5 mirovanda bibe sedame nexwesiya vaxslêdanê. Ew nexwesiya kopya nexwesiya raste lê yekî siste û ne zirardare û jî bo parastina bedenê mirove.

Bigiştî ev bandûren nexastin di pey vaxslêdanê de peyda dibin hêsan in û di hundur 3 roj heta bi heftiyekê de wenda dibin. Tenê kêmcaran bandûren nexastin demeke dirêjtir berdewam dikin û wek **komplikasyonen (aloziyên) vaxslêdanê** têne destnîşankirin. Aloziyên (komplikasyonen) vaxslêdanê ger bêne qeydkirin. Doktor divê agahiyên li ser wan aloziyan nivîsgeha tendurustiyê bişînin.

02.10.2012an ve, nexweş dikarin û pêdiviyê jî, li ser kartêkirin (Tasîr) ji encamên

vakslêdanê peyda bibin, nojdar, dermander an jî karmendên dermana agahdar bikin. Li ser vê <http://verbraucher-uaw.pei.de> ku ji bo encamdana tişta neçavliwêzê wek vekartêkirina vakslêdanê hatiye.

Di pergalên gelekî kêmtir de reaksiyonên nayên tehemulkirin diyar dibin. Doktor ger diyar bikin kû gelo hin **alerji** li dijî hinek xamên dermanê vakslêdanê hene an na. Doktor ger him li ser başiyan, imkanên metirsiyanê û serpêhatiyên wê digel vakslêdana plankirî, berya derzîlêdanê bi nexweş ra biaxive. Hun dikarin pirsên mayî dokore xwere bi wi awayî zelalbikin.

### **Encama vakslêdanê eger ziyamend be çi bibe?**

Têgeha **ziyana vakslêdanê** di guftûgoyên çapemeniyê de gelek caran bi şaşî wekî bandûren nexastin tên nasdan. Le na be kû mirov ji bandûren nexastin yê demî, cewa me jî şirovekir, ziyana vakslêdanê fambike.

Mirov tenê dikare li ser ziyana vakslêdanê, biaxife, eger dema encama vakslêdanê ziyaneke tendurustî bimîne an jî ziyaneke aborî derkevin û diyar bibe ku birastî vakslêdan bûye sedema wan ziyanan.

Eger **pêşniyarkirina vakslêdanê** ya geleri bibe sedema ziyane, wê çaxê mafê zerarmend heye kû dewlet hemu xizmeta wi mirovî bede ser xwe. Lê hevceye bê gotin kû ziyana vakslêdanê gelekî kême. Dibe ku ev pergal ji nav yek milyan



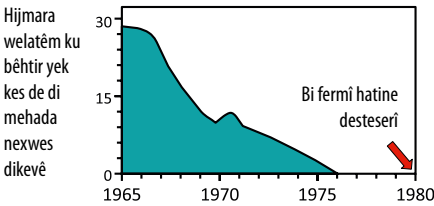
vakslêdanê peyda bibe. Metirsî qasî yekî, ku brûsk lê bixe mezine.

# Wateya civakî ya Vakslêdanê

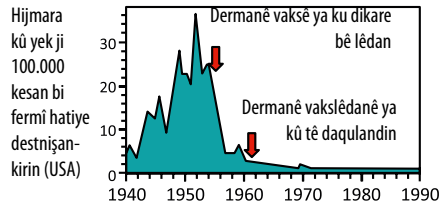
Li Elemaniya dirêjîya temenê mirovan di 100 salên dawî de ji 40 salî hatiye hildan û xwe duçarî zêde kiriye. Sê sedemên giring ji bo wê bûyerê tîn naskirin: paqijîya ava vexwarinê, başbûna rewşa hijyenî û vakslêdan. Başkirina xizmeta tendurustî beramber wan tiştên din roleke biçûk dilîze.

Bandûren pozîtîv (erênî) yê vakslêdanên rêkxistî baş berçav in. Di wêneyê Şikil. 9 de kartêkirin di nimûneya xuriyê û Feleca zarokan gelek diyar dibe.

## Xwuri



## Feleca Zarokan (Poliomyelitis, „Polio“)



Şikil. 9: Bandûrên vakslêdanê. Li ser nimûneya xuriya û feleca zarokan (Poliomyelitis) mirov dikare karê mezin yê kû vakslêdanê li ser hijmara pergala bibîne. Vakslêdana biserketî ta niha ya li dijî xuraya ye. Spasi bo rêkxistina navnetewî ya tendurustiyê (WHO) di sala 1980î de ya karkir bo nemana nexweşiya xuraya li cîhanê.



# Pirsê praktîk yên li ser vaxslêdanê

Bi vaxslêdanê re pir caran pirsiyar derdikevin. Em dixwazin li vir, li ser çend pirsan rawestin. Bêgirêdayîya wê bûyerê, hûn dikarin ji bo her pirsgirêkek bi sedema vaxslêdanê derkeve û ji bo riskên metirsiyane pirsê ji doktorê xwe biken.

Doktor mecbûre, ku berîya vaxslêdanê şîretan li te bike û hertiştî bine ser zimanu te agahdar bike. Hûn dikarin wan derfetan ji bo xwe bikar bînin!

## Kijan doktor vaxslêdanê dike?

Bigîştî her doktorek mafê wî heye vaxslêdanê bike. Lê ne her doktor dikare pere vaxslêdanê ji sîgorta nexweşiyê bigire. Lê mafên doktorên zarokan û yên malan û her usa jî . doktorê jinan mafê wan ji bo vaxslêdanê Heye.

## Ez mecbûrim xwe ji bo vaxslêdanê amade bikim?

Jo bo vaxslêdanê amedakirinekî taybet ne hevceye. Le hun ger **nasnama xwe ya vaxslêdanê (pirtûka vaxslêdanê)** tev xwe bînin. Her usa jî eger hûn cûn doktorekî nû hûn nasnama xwe ya vaxslêdanê li tev xwe bibin. Eger we nasnama xwe ya vaxslêdanê wendakirîye an jî eger ya we qet nine, doktorê we dikare yekî nû ji bo wê amade bike. Zarokên ji 16 salî civantirin, dibê dê û bavên wan destura xwe bidin. Eger pirsên we ji ser vaxslêdanê heye wana binivîsinin û ji doktorên xwe bipirsin.

## Buhayê Vaxslêdanê çiçase?

Hemî vaxslêdanên ku ji hêla STIKO ve hatibûn pêşniyarkirin ji bo kesên sîgortekirî **bêpere ne**. Her wesa ji dermanê vaxslêdanê bêpere ne.

Vaxslêdana ku bo pişeyî pêdivî be, pêdivî ye xudanê karî bide. Sîgorte nemeçbûr e buahyê vaxslêdanê seferan – Jîbilî (xêrjî) vaxsa dijî feleca zarokan) bide. Lê dîsan jî gelek ji van sîgorteyên serbixwe perên vaxslêdanê ji bo seferan tîn pêşniyarkirin didin, Virûsa HPV ji bo yên di ser 18salî re an jî parastina ji arsimê( persivê, girîpê) ji bo mirovên di bin 60 salî re hemî an jî parekî didin. Li destpêkê pirsê ji sîgorta xwe an jî doktorên xwe bikin.

## Kengî vaxslêdan dibe û kengî nabe?

Tenê sedemên kêma yên tîbbîye hene kû vaxslêdanên pêşniyarkirî neyêne ledan an jî dereng bînin lêdan. Dû sedemên herî giring nexweşiyêke infeksiyonî û alerjî dijî parçeyekî ji dermanê vaxslêdanê. Nexweşiyêke infeksiyonî ligel pêketina bi germê heta 38,5 °C – ku ba zarokên biçûk pîrr caran tînin –ne sedem ji bo nedana vaxslêdanê ye.

Mixabîn gelek caran jî mirovên bi nexweşiyên **kevnar** (chronik) wek nexweşiyê şeker (Diabetes), asthma û nexweşiyê dilgera xwînê nikarin vaxslêdanê bidin, ji tîrsa, ku ziyar li wan bibe.

Lê di alê din da mirovên bi nexweşiyên kevvar dikarin zêdetir ji vaxslêdanê feyda bikin, ji ber kû sîstema parastinê ya bedena wan ji ya bedenên mirovên bi tendrustî bêhêztire û dikarin bi hesan bi nexweşiyên infeksiyonî bikevin. Hûn dikarin doktorên xwe ji bo informasyon bipirsin.

### **Li dijî çi nexweşiyên dibê mirov vaxslêdan bibe?**

Berê xwe bide pêşniyarên STIKO (li slanameya vaxslêdanê binêre, şikil. 8). Eger vaxslêdanên ku tên pêşniyarkirin li igel zarokan an jî civanan bi tevayî an jî tenê parçeyek hatine lêdan, dive ev hemî beriya 18 saliyê ger werin lêdan. Ji ber kû lêdana wan vaxslêdanên beriya gêhistina 18 salî erkeka fermî ya sîgorta ye û **bêpere ye**. Salnameya vaxslêdanê tenê vaxslêdana standerd diyar dike. Li gora şert sedem û mercên jiyandê vaxslêdanên din yê bi fêde ji hene (**nîşanên Vaxslêdanê**).

Gelek sîgorta bûhaya wan vaxslêdanan, her wesa vaxslêdanên ji bo seferiyê, hemî an jî hinek digrin ser xwe.

Ji bo ne zanîyan ne hesene ku hemî vaxslêdanên pêşniyarkirî bişopênin. Jiber wê yêkê, em şîretê li te dikin, di demên tevdirkirî de- ya baş salê carekê bi doktorên xwe re li ser vaxslêdanê bi axifin û deftera vaxslêdanê binêrin.

Berya seferêkî dûr ya plankirî bi kêmasî bi 6 heftiyên agahiyên pêdivî li ser vaxslêdanan ji bo geştan werbigirin.

### **Çi pêdivî ji bo jinên kû yê zarokan dixwazin, yê ducanî û şîrdayê bêne berçavkirin?**

Hemî jin yê di temenê dikare zarok ji wan re çêbibin, bitaybetî ew jinên bi daxwazên zarok destnîşankirîne, divê bilez rewsa xwe ya vaxslêdanê diji mirkutik û xurya avê bidin berçav. Ev mîkrob dikare zaroka çênebûyî re seqetiyê peyda bike û bibe sedema mirinê. Ya giring jî parastina wana ji xendikoke ye.

Ji bo parastina zarok dibê di dema ducaniyê tenê vaxslêdana pêdivî were lêxistin. Vaxslêdan li dijî Arsimê jibo jinên bi ducanî tê pêşniyarkirin.

Jibo jinên ducanî yê vaxslêdana parastina wan kême e, divê mirovên derdorên wan derziyên vaxslêdanê li xwe bidin. Bi wî awayî jina ducanî zarokên têne parastin kû bi nexweşiyên nekevin. Careke din: eger defret hebe, dibe vaxslêdan ya endamên malbatê jî berya ducaniyê li gor zagonên listeya vaxslêdanê-STIKO (Şikil. 8) temam bibe. Jinên zarokan şîr didin, dikarin hemî vaxslêdanên pêdivî werbigirin ji bilî ya li dijî taya zer.

### **Divê ez çi serederiyê piştî vaxslêdanê bikim?**

Piştî vaxslêdanekê pêdivî nîne serederiyên tabet bêne bicihanîn. Hinek sistbûn an jî tayek dikare peyda bibe, ku tu sê rojan li ser hev bêtaqet bimînî. Ji ber wê jî piştî vaxslêdanê dibê karên sportik yê giran ku mirov gelekî biwestîne neyên kirin. Ku gerim hebe hevceye keu dermanên kû dikarin germê.

## Çi ne vaxslêdanên bo geştan yê pêdivî min in?

Li ser malpera navenda jîbo tibba geştê (<http://www.crm.de> an jî <http://www.impfkontrolle.de>), civaka Elmanî ji bo tibba tropic (<http://dtg.org>) û peymangeha Bernhard-Nocht (<http://www.gesundes-reisen.de>). Ew agahiyê tendurustiyê li ser gelek welatan, digel yê ku vaxslêdan pêşniyar kirî. Hevceye kû hûn xwe li ser van herdû xalên seferî yê jêr agahdar bikin.

## Hevceye ku hûn demekî zû da dest pê bikin

Ji bo parastina mirov ji bo gelek vaxslêdanan bi kêmanî 6 heta 8 heftiyên dem hevceye. Eger berya seferê bi demeke kurt da vaxslêdana li dijî taya zer (Ochropyra)- an jî iltîhaba çermê mêjû (Meningitis) hatiyê lêdan, li hinek welatên kû serfer bo wan dibe, nayên qebûllkirin û dibe ku hûn di sindorda werin vegerandin û nehêlin derbazî wî welatî bibin. (Tab.1)!

## Rewşa peredanê zelal bikin

Xêrjî vaxslêdana li dijî feleca zarokan (Polio) sigorta ne mecbûre misrefên vaxslêdanên seferê bide ser xwe. Ji ber wê yekê ger hûn di demeke guncayî de, vê pirsê bi sigorta xwe re çareser bikin.

Vaxslêdan dijî	Dema dawî ji bo vaxslêdanê	Ta kengî vaxslêdan diçe	Têbînî
Taya zer (Ochropyra)	10 roj berya Geştê	Dirêjahiya jiyane*	Vaxslêdan tenê di cihê tabet ji bo vaxslêdana taya zer
Iltîhaba çermê mêjû (Meningitis)	10 roj berya Geştê	3 sal piştî Vaxslêdanê	Piranî Kombinyona dermanê vaxslêdanê li dijî taya A, C, W135 û Y

Tab. 1: Agahî bo nivîsina vaxslêdana geştê li dijî taya zer û iltîba tevna mejî. Hinek welat hene ku bo seferê daxwaza belegeyê bo vaxslêdana li dijî nexweşiyên taya zer û/an iltîhaba çermê mêjû (Meningitis) (sertefîka vaxslêdanê ya internasyonal di deftera vaxslêdanê de). Hin welat daxwaza hin vaxslêdanên din dikin (bo nimûne vaxslêdana Arsimê). Di dema guncayî de agahiyan werbigire.

\* Hinek welat hene, daxwaza hin belgeyên zêdetir ji geştîyarên tene welatê wan dikin, mîna belgeya Germahiya zer- Dubarevaxslêdan, eger ew belgeya vaxslêdan germahiya zer kevtir ji 10 salan be. Ji ber wê jî, dema hun bixwazin geştê bikin, li şert û mercên wan welatan hayedar bin.

# Nexweşiyên gering yên bi sedema vakslêdanê pê nayên ketin

## Difteriya, xenaq

---

Mîkrob	<i>Corynebacterium diphtheriae</i>
Rêkên guhestinê	Infeksiyona dilopî an ji kontkaxa bedenê
Nîşanên nexweşiyê	Ta, westandin, qirikêş û perç, xwîziyêke spî di gewriyê de, zoriya helm- û daqulandinê
Komplikasyon	Xetimandina rêya helmê, ziyana masulka dil, ziyana li gurçilan û kezebê, nîşanên felecbûnê

## *Haemophilus influenza* tîpa b (Hib), Arsima zarokan

---

Mîkrob	<i>Haemophilus influenza</i> tîpa b
Rêkên guhestinê	Infeksiyona dilopî
Nîşanên nexweşiyê	Ta
Komplikasyon	Iltîhaba çermê mêjî ya bi nê, kramp (qerimbûn) û telefa mejî û iltîhaba hestiyê qirikê digel tengahî di hilmgirtinê pergala fetisînê, jehra xwînê, iltîhaba pişikê

## Hepatitis B (zerik)

---

Mîkrob	Virusa Hepatits B
Rêkên guhestinê	Tikiliya cinsî (li Elmaniya dor 2/3 ji rewşan e), xwîn, jidayîkbûn ( li nik vegirtina= „Infeksiyon“ dayîkan)
Nîşanên nexweşiyê	Sêweyê diyarbûna A nîşanan(dor 2/3 ji rewşan e) Şêweyê diyarbûna nîşanan (dor. 1/3 ji rewşan e): di nav de jî zerbûna çerim, mezinbûna kezebê, tarîbûna mîzê, Rengdan di destava mezin de, nîşanên nezela yê şewbê (persîv)
Komplikasyon	Kevnarbûna pêvajoyê, ya bihevkişandina kezebê (Zirrhose) û /an dikare bibe sedema penceşêra kezebê



Eger tu bixwazî agahiyên zêdetir li ser mifayên vakslêdanan bizanibî, em pêşniyar dikin tu ji online ya xaça kesk ya elmanî li ser mîkrobên infeksiyonî ji A heta Z” ji pêşî heta bi dawiyê” derbixî. Ji bilî wê doktorê te di rêya wêneyê nexweşiyê re, erênî û metirsiyanên vakslêdanê û pêşniyarên-STIKO te agahdar bike û digel te li dor serederiya wan biaxive. **Şîret û agahiyên bo xwe werbigire!**

## Human Papiloma Virus (HPV)

---

Mîkrob	Gelek rengên Virusa Human Papiloma Virus
Rêkên guhestinê	Infeksiyon bi kontakta çerm û bi rêya kontakta seksê
Nîşanên nexweşiyê	Guherînen nexweşiyê di serê malzarokê de, an li quz, di hundurê quzî de û li hêla qûnê, ew yê zêde êş nînin an nabin sedemên çêbûna çu astengiyên din. Ew nîşan wê demê peyda dibin, dema peçeşêr belav bûbe û gihabe asteyeke mezin.
Komplikasyon	
Jin	Penceşêra (qansera) qirika malzarokê, penceşêra vajina
Mer	Penceşêra penis
Herdu cinsiyet	Penceşêra anus, behluliken genital, penceşeren herema ru u qirik

## Arsim (Influenza)

---

Mîkrob	Virusa influenza
Rêkên guhestinê	Infeksiyona dilopî
Nîşanên nexweşiyê	Germa bilind ji nişka ve, êşa serî- gewrî-reh-û Azarên mofîrkê, kuxuk, bronşît
Komplikasyon	Iltîhaba pişikê, iltîhaba rehên dilî, iltîhaba berîkên defnê „bêvilê“, iltîhaba damarên sîstemê, xerbatirbûn nexweşiyên kevnar yên heyî

## Xendikok (Pertussis)

---

Mîkrob	Bakterium <i>Bordetella pertussis</i>
Rêkên guhestinê	Infeksiyona dilopî
Nîşanên nexweşiyê	Bi zêdeyî heftiyar berdewam dike, êrîşên kuxukê, hilmkêşana bîzorê, verîşandin, pergâlên xeniqandinê (li ba derguşan „kuxuka bêdeng“)
Komplikasyon	Iltîhaba guhê navê, iltîhaba pişikê, pergâlên qerimibûnê, xwînherikîn, bitaybet li ba zarokên şîr: telef di mejî de dimîne, bêhinçikandin

### Feleca Zarokan (Poliomyelitis, „Polio“)

---

Mîkrob	Virusa Polio
Rêkên guhestinê	Infeksiyona lepax
Nîşanên nexweşiyê	Zêdetir bê nîşan. Di durvên hêsan: nîşanên bêteybet digel ta, qirikêş, rehêş, û serêş. Di pergalên zor de: reqbûna sermilan û pişt histû û pişt
Komplikasyon	Felec li herdû dest, lîngan, reya bêhîndan, feleca rûvî û kisika mîzê

### Sorik

---

Mîkrob	Virusa Sorikê
Rêkên guhestinê	Infeksiyona dilopî
Nîşanên nexweşiyê	Ta, harsim, iltîhaba çav, iltîhab di dev, qirik û gewriyê, pizikên sor li ser hemî beden, carnan zikêş û zikçuyîn
Komplikasyon	Iltîhaba guhê navî û pişikê, iltîhaba mejî, telefeke mezin ya xerakirina mejî (SSPE), şûnbirîna bibîkên çav

### Nexweşiya Meningokokken (iltîhaba çermê mejî)

---

Mîkrob	Bakterien tîpa <i>Neisseria meningitis</i>
Rêkên guhestinê	Infeksiyona dilopî
Nîşanên nexweşiyê	Derbasbûna hêsan: iltîhaba rêya hilmgirtinê, sorbuna çerim
Komplikasyon	Germa bilind, şok, iltîhaba çermê mejî (Meningitis), jehra xwînê, koma

## Berguh

---

Mîkrob	Virusa berguhê
Rêkên guhestinê	Infeksiyona dilopî
Nîşanên nexweşiyê	Serêşî, iltîhaba tospiya (girêka) guh tûkê, ta
Komplikasyon	Iltîhaba mejî û çermê mejî, kerrbûna bi berdewamî, iltîhaba hêlikan û sterizasyon

## Infeksiyona Pneumokokan

---

Mîkrob	Bakterien <i>Stratococcus pneumoniae</i>
Rêkên guhestinê	Infeksiyona dilopî
Nîşanên nexweşiyê	Ta, kuxuk, iltîhaba guhê navê
Komplikasyon	Iltîhaba kezebê, iltîhaba çermê mêjî, jehra xwînê

## Nexweşiya Rotavirus

---

Mîkrob	Rotavirus
Rêkên guhestinê	Infeksiyona lepax
Nîşanên nexweşiyê	Gelekcaran destpêkirina xafili: zikçûyîn û verîşandin, ta
Komplikasyon	Zikçûyîna giran û verîşandin li ba zarokan; Eger neyê dermankirin, bi sedema wendakirina avê, dikare zortir derbas bibe

### Mirkutik (Xurîya elmani)

---

Mîkrob	Virusê mirkutikê
Rêkên guhestinê	Infeksiyona dilopî û li ser reya xwinê li ba ducaniyan
Nîşanên nexweşiyê	Gelek caran bînîşan ( lê disan jî ew dikare jo bo mirovên din –ducaniyên ku nehatine vaksledan bibe sedama infeksiyon); rewşa derbazbûna nexweşiyê: ta, nîşanên mîna yên arsimê, pizikên sorên yên çerm
Komplikasyon	Seqetmayina zarokan-Fetus (eger dayik di dema ducaniyê de infeksiyona çav, guh, dil û mejî nexweş ketiye), zayîna berya dema xwe, iltihaba movikan, mejî- an jî kezebê

### Xurya avî (varizellen)

---

Mîkrob	Varicella Zoster Virus, ew mîkrob dibe sedema xurya avî (Nexweşiya yekem), paşê qarîşa buharê (pelqaz)
Rêkên guhestinê	Infeksiyona dilopî û li ser reya xwinê li ba ducaniyan û kontak
Nîşanên nexweşiyê	Ta, serêş, êşa qor û pîlan, dilhevketî, sorbûna çerm ya kû dixûrî
Komplikasyon	Iltihaba çerm paşê xûrandinê iltihaba pişikê,iltihabên mêjî û çermên mêjî, Seqetmayina zarokan-Fetus (eger dayik di dema ducaniyê û dema zarokbûnê de infeksiyona çav, guh, dil û mejî nexweş ketiye

### Tetanus

---

Mîkrob	Bakteria <i>clostridium tetani</i>
Rêkên guhestinê	Infeksiyona bi ser rêya birînan (her usa ji birînen herî piçuk)
Nîşanên nexweşiyê	Krampa masulkên cûtinê û yên rû. Paşê dikaren masulkên hmeu beden bi kramp bikevin.
Komplikasyon	Iltihaba pişikê, feleca rehên bêhngirtinê, şikestina hestî, lerza dil, nelênexandina dil.



# Têgehên pispor yên herî giring

## Alerjî

Reaksiyona kû li dijî derman an ji tiştên din nayê tehmulkirin. Reaksiyonên beden dikarin pirr cudayî xwe pêşkeş bikin. Li kêleka reaksiyona çerim di rewşeke dijiwar bi şoka allerjî û metirsiya jiyana peyda bibe.

## Antikor

Antikor ew dermanên kû bedena mirova piştî kontakê bi mîkrobekî nexweşiyê re an piştî vaxslêdanekê li dijî wan mîkroban ava dike.

## Asêkirina bingehîn

Bi dayîna dermanê vaxslêdanê gelek caran di demên cuda de bingeha parastinê li dijî nexweşiyekê tê avakirin.

## Bakterî

Yekşan organê mîkro bê dendika şanê, lê bi metabolizma xwe ya serbixe. Xwezêdekirin li ser reya parçebûna şaneyan pêk tê.

## Dermanê vaxslêdana zindî

Dermanên vaxslêdan yên ji vîrus ên sistin lê disa jî dikarin hejmara xwe zêdebikin dibin sedema infeksiyonên rastî (lê nezirarmend in). Bi ser wî awayî dikare bedena mirovan dijî wan mîkroban hesgir kirin û di pêserojêda bê parastin.

## Komplikasyonên Vaxslêdanê

Wekî komplikasyon tenê reaksiyona vaxslêdan di ser rêya normal tîn destnîşankirin. Reaksiyonên normal yên wekî sorbûn ji bo demekî kin, peyda bûna perç an jî azar li derdora cihê derzî lê hatî Dan, bilindbûna germê zêteyî 39,5 °C û her usa jî perçbûna girêkên limfê ne. Hema komplikasyon ger cihê pêwendîdara werin destnîşankirin.

## Kronîk (Kevnar)

Tiştên kû hêdî hêdî pêk tînin, demekî dirêj da berdewamen.

## Mêvandar

Di biolojîyê de mêvandar bûnewerek e, ku ji bilî xwe organizmên din ji li ser bedena xweda xwedî dike.

## Nasnameya/Pirtûka vaxslêdanê/ Pasaporta vaxslêdanê

Di vê pirtûkêda de hemî vaxslêdanên bi kar hatine tê de tomarkirî ne. Geringe kû ew nasname hertim doktora bê nişan kirin.

## Nexweşiya infeksiyonî

Nexweşî ya kû di rêya mîkrobeke tê veguhestin.

## **Nûjenkirina Vaksîledanê**

Armanca nûjenkirina vaksîledanan ewe kû di demên bitevdîr dawî vaksîledana bingehî sîstema parastina Nujên bike û bi wî awayî hêjmara antikorên zêdebike.

## **Parazît**

Parazît bûnewerên zindî ne, yên kû xwarina xwe li ser hesabê bûnewerên din distînin. Ev wek bûnewerê Mêvandar tê hesêbê lê zîyanê digihîne. Parazît yan mêvandarê xwe çet nakuje an jî piştî demeke dirêj dike. Wek nimûne kurmên zirav û virus bûnewerên parazîtî.

## **Pêşniyara vaksîledana ji bo raya giştî**

Ji bo parastina tendurustiya geleri dibê kataolgek li ser bingeha pêşniyarên-STIKO ya rojevê ji bo raya giştî bîn amadekirin. Her karmendekî tendurustiya welayetê ji bo welayeta xwe wê kataloga li ser vaksîledanê amade û belavbike. Eger di vê çarçewê de encama vaksîledanê zirar çêbû, mafê yekî heye daxwaze bike kû ew zirara wî ji alê dewletê bê hildan.

## **Rêznama vaksîledana parastinê**

Ev rêznama vaksîledana parastinê (SI-RL) dibêj kû kîjan xizmeta vaksîledanan sîgortê nexwesiyê dibê bidin ser xwe. Ew li ser pêşniyarên- STIKO hatiye amadekirin û ji komîta derve ya parastinê (G-BA) jî tîn belavkirin.

## **Salnameya vaksîledanê**

Salnameya vaksîledanê ya STIKO hemî vaksîledanên stander li pey xwe rêz dike (Şikil. 8). ew diyar dike, ka mirovekî kîjan vaksîledan di kîjan temenî de li xwe bide.

## **STIKO**

STIKO komîsyone kû ji grûpeke pisporên serbixwe haitye amadekirinê û li peymangeha fermî ya Robert Koch-Institut (RKI) li Berlinê pêşniyaran ji bo vaksîledanê dike.

## **Şanên bergiriyê (parastinê)**

Jibo berxwedana bergiriyê gelek tîpên şanan hene û xebata wana di navbera xweda gelek tevliheve. Ew şanana wekî şanên bergiriyê tîn binavkirin.

## **Vaksîledana rotînî**

Ji STIKO jibo hemwelatîyên giştî bêtî ku temen li ber çav bête danî vaksîledan pêşniyar dibe. Bi giştî erkê Xizmetê yê sîgorteyê fermî û pêre ji yên sîgortekirî ye bêpere ye.

## **Vaksîledanê sedemî**

Li ser bingeha taybetiya jîyanê- an rewşa tendurustiyê pêşniyar dibe ku bêhtir ji vaksîledana rotînî hin vaksîledanên din bîn lêtistin.

## Vakslêdana seferê

Xêrjî vaksledanên kû li Elmaniya rotînî têne kîrin, ji gor nexweşiyên kû di welatê kû sefer dikin ji bo parastinê tîn pêşniyarkirin. Li hindek welatan berîya seferê belge nameya vaksledanên taybet têne xwestin (taya zer, Meningokokken „iltîhaba sehaya“).

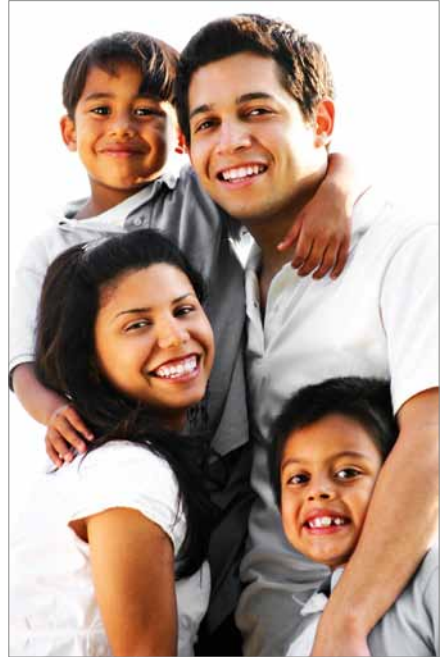
## Virûs

Virûs jî **parazîtin** û di nav şanên bûneweran de dijîn. Ew di hundurê xwe de „programê“ xwe bo zêdebûn û belavkirin hildigire, lê nikare xwe xwedibike û ji ber wê yêkê jî bingeha jiyana xwe ji yên şanên **Mêvandar** digre.

## Ziyana ji vaksledanê

Reaksiyona vaksledanê ya di ser rêya normal re, ya dibe sedema ziyane tendurdustiyê an jî ziyane aboriyê li ba yê vaks li xwe dayî an jî bibe sedema ziyana yêkî dinê.

Her usa ji misrefa qezayên kû di li ser rêya çûyina vaksledanê çêdibin li gor rêzname sîgortayê li alê sigortêda tîn girtin û ew bûyera li gor rêzname wekî ziyana vaksledanê tîn qebûlkin.



# Adrêsên giring yê n pisoriyên wî biwarî

## **Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)**

---

Ostmerheimer Str. 220 | 51109 Köln  
Tel.: 0221 89920 | Fax: 0221 8992300  
E-Mail: [poststelle@bzga.de](mailto:poststelle@bzga.de) (jibo pirs, bersiv)  
E-Mail: [order@bzga.de](mailto:order@bzga.de) (jibo daxwazkirina Mediya û metriyalkarraban)  
<http://www.bzga.de>

Navenda elmaniya bo rewşenbîrkirina tendurustiyê (BZgA) wek karmendên pisor jibo pêşdebirina stratîjiyên xweparastinê û mukumkirina tendurustiyê, program û projektan çêdikin.

Xalên din yê n giring pêşdebirina rêzbingeh û rêpênîşandan naverokê û rêbazên praktîk yê rahênanê, tendurustiyê û hînbûnê di çarçewa perwerdeya tendurustî û- fêrbûnê de, herweha karbîrêxistin û bihêzkirina zanebûna tendurustî û perwerdeya tendurustiyê.

Jibo vê meremê desteseriyê li ser kilîlên gelek agahiyan dike, ew e ya tevdîra agahiyan pisorî dike û diweşîne, herweha lêkolînên xwe yê zanistî jî diweşnê. Navenda Elmaniya ya fêrbûn û tendurustiyê navendek e ya karmendên pisor e beşek e ji wezaretê Elmanî jibo tendurustiyê.

## **CRM Centrum für Reisemedizin GmbH**

---

Hansaallee 299 | 40549 Düsseldorf  
Tel.: 0211 90429-0 | Fax: 0211 90429-99  
E-Mail: [info@crm.de](mailto:info@crm.de) | <http://www.crm.de>

Navenda nojdariya seferê GmbH peymangehek pisor e, ya ku karê xwe bo başkirina nojdariya şewirmendiyê û hajêkirinê bo seferên welatên derve terxan kiriye. Jibo welê jî agahiyan li ser êşên vegirtinê û- metirsyanên tendurustiyê pêk ve têne nierixandin. Navenda nojdariyê ya seferê (CRM) nûçebangeke nojdariya seferê ya têr û tesel çêdike li ser welatên sefer bo wan dibe, ji bo asteya pakijiya wan û nexweşiyên heyî.

Jibilî wê jî listeyekê ji taya zer-cihên vaxlêdanê û ji nojdarên rahênekirî di biwarê Nojdariya seferê.

## **Deutsches Grünes Kreuz e.V. (DGK)**

---

Nikolaistraße 3 | 35037 Marburg  
Tel.: 06421 2930 | Fax: 06421 229-10  
E-Mail: [dgk@kilian.de](mailto:dgk@kilian.de) | <http://dgk.de>

Navenda xaça kesk ya Elmanî (DHK) yek ji kevintirîn rêkxistinên di mehkemê de tomarkirî jibo mukumkirina tendurustiyê ye û ragihandinê li Elmaniya. Armanc ew e ku rewşenbîriya tendurustiyê û babetên wê di nav xelkê de bête belavkirin. Ew rêxistin danûstendinê jibo peydakirina portaleke agahiyan dewlemend dike.

## **Deutsche Gesellschaft für Tropenmedizin und Internationale Gesundheit e.V. (DTG)**

---

c/o Bernhard-Nocht-Institut für Tropenmedizin  
Bernhard-Nocht-Str. 74 | 20359 Hamburg  
Tel.: 040 42818-478 | Fax: 040 42818-512  
[www.dtg.org](http://www.dtg.org)

Civata elmanî jibo nojdariya deverên gerim girêdaneke ji Nojdarên mirovan, nojdarên tebyan û zanistên zaniyariya suruştê, jibo li ser qada nojdariya deverên gerim bikaranîn, lêkolînkirin û şêwirmendkirin. Li vir nojdariya hajêbûna xweparastinê jibo kesên seferê bo deverê gerim û mîna gerim dikin herweha têderxistin û dermankirina nexweşiyên ji wan deveran tîn. Parçeyek ji babetên li ser nojdariya deverên gerim û seferê digihin behsê nişanên vaksênê û nexweşiyên vegirtinê bi hûrdeyî dikin. Zêdebarî vê jî lîsteyek bi deverên- vaksêdana taya zer in hemî Elmaniya diweşîne. DTG şêwra yekane "Individuell" di pergalên yekane de nade.

## Paul-Ehrlich-Institut (PEI)

---

Bundesinstitut für Impfstoffe und biomedizinische Arzneimittel  
Paul-Ehrlich-Straße 51–59 | 63225 Langen  
Tel.: 06103 77-0 | Fax: 06103 77-1234  
E-Mail: [pei@pei.de](mailto:pei@pei.de) | <http://www.pei.de>

Peymangeha paul-Ehrlich-Institut/peymangeha elmanî jibo dermanê vaxslêdanê û bionojdariyê çavdêriya tenahî û kartêkirina bionojdarî û derman wek nimûne. Dermanê vaxslêdanê jibo mirov û tebayan an jî dermanê ji xwînê dike.

Parçê zîrek di Paul-Ehrlich-institut gelecûr e û bi karê destûrwegirtinê û çavdêriyê jibo dermanê bio“nojdariyê, destûrwegirtina fehsên nexweşxaneyî an jî nirxbûna kartêkirinên dibê re yên dermanî. Derveyî wê jî li peymangehê li beşên Virologî „Zanista li ser Vîrus, immunologî „zanista li ser berxwedana laş“ lêkolîn li ser şan- û terapiya genikan tbd. dibin.

## Reisemedizinisches Zentrum am Bernhard-Nocht-Institut

---

MD Medicus Reise- und Tropenmedizin GmbH  
Bernhard-Nocht-Str. 74 | 20359 Hamburg  
Tel.: 0900 1234999 (1.80/Min) | Fax: 040 42818-340  
E-Mail: [rmz@gesund-es-reisen.de](mailto:rmz@gesund-es-reisen.de) | <http://www.gesundes-reisen.de>

Navenda nojdariya seferê agahiyên aktuell li ser belavbûna nexweşiyên û wek pêşniyaran ji bo hajêbûna tendurustî di demên seferê de diweşîne.

Agahiyê sereke li dor wan welatên geşt li wan dibin behsê babetên tendurustî yên rojevê mîna pêpelûka pakijkirinê, rewşa jîngehê û metirsiyên vegirtina nexweşiyên. Li kêleka wê jî mirov dikare bi rêya telefûnê jî şêwrê bi wan bike.

## Robert Koch-Institut (RKI) / Ständige Impfkommision (STIKO)

---

Nordufer 20 | 13353 Berlin

Tel.: 030 18754-0 | Fax: 030 18754-2328

<http://www.rki.de>

Peymangeha Robert Koch-Institut (RKI) rêxistina navend e li Elmaniya di biwarê weşandina agahiyê li ser tendurustiyê û berpirsiyar e jibo naskirin, parastin û cenga li dij nexweşiyên.

RKI şêwra karê pisopriya çapemeniyê û berpirsiyariyên wezaretan, bitaybetî wezaretê elmaniya bo karûbarê tendurustiyê (BMG) dike.

Li ba vê peymangehê gelek komîsyonên zanistî bicih bûne, bo nimûne komîsyona berdewam ya vaxslêdanê (STIKO), ya ku pêşniyaran li ser vaxslêdanê dide.

RKI agahiyên li ser malperên xwe ya bi zimanê elmanî bo babeta vaxslêdana parastinê dide, [http://www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/impfen\\_node.html](http://www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/impfen_node.html), lê nikare şêwra takekesî di pergala takekesî de bike. Yê jibo bersivan van hemî pirsan berpirsiya doxtor e.

## Adrêsên Internêta yên bisûd

[www.gesundes-kind.de](http://www.gesundes-kind.de)

[www.impf-experten.de](http://www.impf-experten.de)

[www.impfenaktuell.de](http://www.impfenaktuell.de)

[www.impfen-info.de](http://www.impfen-info.de)

[www.kindergesundheit-info.de/themen](http://www.kindergesundheit-info.de/themen)

[www.kinderaerzte-im-netz.de](http://www.kinderaerzte-im-netz.de)

[www.netdokter.de/Impfungen](http://www.netdokter.de/Impfungen)

[www.reisemed-experten.de](http://www.reisemed-experten.de)

# Plana vaxslêdanê ya min bixwe



Xwendevanên birêz, bi alîkariya „plana kesayetî ya vaxslêdanê“ hun dikarin pergala vaxslêdana xwe ya aktuell û ya endamê malbata xwe diyar bikin. Hun dikarin bînerin, ka çî vaxslêdan divêt hun careke din li xwe bidin anjî yê we li xwe nedayî divêt hun li xwe bidin. Em dixwazîn bênin hizra te, ku di vê pirtûkokê de „plana vaxslêdanê ya kesayetî“ heye ya ku xizmeta bervêkirinê dike û **çihgir ji doxtorê malê re nîne** ku vî erkî birê ve bibe û çavdêriya nasnameya vaxslêdanê (R. 17/R. 25) diyar bike. Eger hun nerehet in an jî pirsên we hebe, berê xwe bidin doxtorê xwe yê malê.

Em pêşniyar dikin, ku hun weha serderiyê bikin dema hun palana kesayetî ya vaxslêdanê deynin:

Li R. 13 an ya vê rênasê hun ê salnameya vaxslêdanê 2018 ya aktuell STIKO bibînin. Ew rêz dike, ka kîja vaxslêdan pêşniyar dibe jibo malbata te ji nexweşiyên vegirtinê biparêze. Jibo wê jî agahiyên hûrgilî tê de

hene, kengî ev vaxslêdan pêdivî ye pêk bihêt baş e. Li gor wan agahiyên liberdest yê wir mirov dikare vaxslêdanekê li pey ya din fehes bike, ka gelo ew pêşniyarên ta îro hîn wilo **bi temamî** li wir in.

Di vê rewşê de, x ekê li vaxslêdana hercar ya qadê (ku li ber te ye) bide. Eger vaxslêdan hemî nebûbin, bo nimûne, jiber ku salên berê nehatibû birin, we xwe jibîr kiribû an jî we vaxslêdana dawî li xwe nedabû, x li wir de, „ez ê li xwe bidin û ya ji min çûyî vegeirînim“. Ew tişt bo zarok û hevjinê te jî dibe.

## Başiyên „plana vaxslêdanê ya kesayetî“

- Bi vî rengî mirov agahiyên -pêdivî- nêrînekê li ser rewşa vaxslêdanê werdigire.
- Ev dihêle ku danûstendin di gel doxtorê malê li ser hûrgiliyan berdewam be.



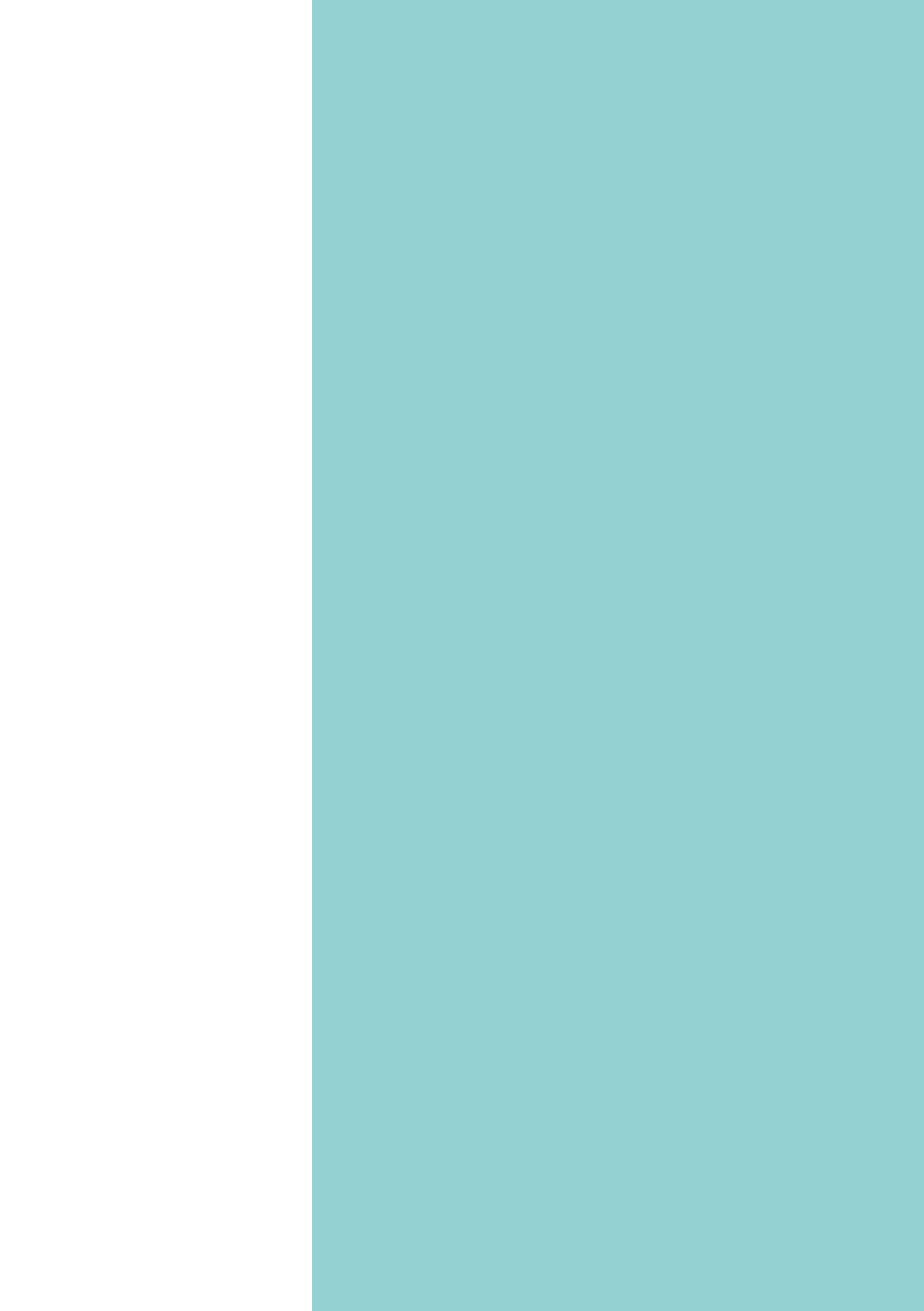
# Plana vaxslêdanê ya min bixwe

Vaxslêdan li dijî	Li pêş	Tiştê li min çûyî dê vegeerênim/ taze bikim
Difteriya, xenaq	<input type="checkbox"/> Ez <input type="checkbox"/> Hevpişk <input type="checkbox"/> Zarok 1 <input type="checkbox"/> Zarok2 <input type="checkbox"/> Zarok3 <input type="checkbox"/> Zarok 4	<input type="checkbox"/> Ez <input type="checkbox"/> Hevpişk <input type="checkbox"/> Zarok 1 <input type="checkbox"/> Zarok2 <input type="checkbox"/> Zarok3 <input type="checkbox"/> Zarok 4
<i>Haemophilus influenza</i> tîpa b (Hib)	<input type="checkbox"/> Ez <input type="checkbox"/> Hevpişk <input type="checkbox"/> Zarok 1 <input type="checkbox"/> Zarok2 <input type="checkbox"/> Zarok3 <input type="checkbox"/> Zarok 4	<input type="checkbox"/> Ez <input type="checkbox"/> Hevpişk <input type="checkbox"/> Zarok 1 <input type="checkbox"/> Zarok2 <input type="checkbox"/> Zarok3 <input type="checkbox"/> Zarok 4
Virusa Hepatits B	<input type="checkbox"/> Ez <input type="checkbox"/> Hevpişk <input type="checkbox"/> Zarok 1 <input type="checkbox"/> Zarok2 <input type="checkbox"/> Zarok3 <input type="checkbox"/> Zarok 4	<input type="checkbox"/> Ez <input type="checkbox"/> Hevpişk <input type="checkbox"/> Zarok 1 <input type="checkbox"/> Zarok2 <input type="checkbox"/> Zarok3 <input type="checkbox"/> Zarok 4
Human Papiloma Virus (HPV)	<input type="checkbox"/> Ez <input type="checkbox"/> Hevpişk <input type="checkbox"/> Zarok 1 <input type="checkbox"/> Zarok2 <input type="checkbox"/> Zarok3 <input type="checkbox"/> Zarok 4	<input type="checkbox"/> Ez <input type="checkbox"/> Hevpişk <input type="checkbox"/> Zarok 1 <input type="checkbox"/> Zarok2 <input type="checkbox"/> Zarok3 <input type="checkbox"/> Zarok 4
Influenza (Arsim)	<input type="checkbox"/> Ez <input type="checkbox"/> Hevpişk <input type="checkbox"/> Zarok 1 <input type="checkbox"/> Zarok2 <input type="checkbox"/> Zarok3 <input type="checkbox"/> Zarok 4	<input type="checkbox"/> Ez <input type="checkbox"/> Hevpişk <input type="checkbox"/> Zarok 1 <input type="checkbox"/> Zarok2 <input type="checkbox"/> Zarok3 <input type="checkbox"/> Zarok 4
Xendikok (Pertussis)	<input type="checkbox"/> Ez <input type="checkbox"/> Hevpişk <input type="checkbox"/> Zarok 1 <input type="checkbox"/> Zarok2 <input type="checkbox"/> Zarok3 <input type="checkbox"/> Zarok 4	<input type="checkbox"/> Ez <input type="checkbox"/> Hevpişk <input type="checkbox"/> Zarok 1 <input type="checkbox"/> Zarok2 <input type="checkbox"/> Zarok3 <input type="checkbox"/> Zarok 4
Feleca Zarokan (Poliomyelitis)	<input type="checkbox"/> Ez <input type="checkbox"/> Hevpişk <input type="checkbox"/> Zarok 1 <input type="checkbox"/> Zarok2 <input type="checkbox"/> Zarok3 <input type="checkbox"/> Zarok 4	<input type="checkbox"/> Ez <input type="checkbox"/> Hevpişk <input type="checkbox"/> Zarok 1 <input type="checkbox"/> Zarok2 <input type="checkbox"/> Zarok3 <input type="checkbox"/> Zarok 4
Sorik/Berguh/ Mirkutik	<input type="checkbox"/> Ez <input type="checkbox"/> Hevpişk <input type="checkbox"/> Zarok 1 <input type="checkbox"/> Zarok2 <input type="checkbox"/> Zarok3 <input type="checkbox"/> Zarok 4	<input type="checkbox"/> Ez <input type="checkbox"/> Hevpişk <input type="checkbox"/> Zarok 1 <input type="checkbox"/> Zarok2 <input type="checkbox"/> Zarok3 <input type="checkbox"/> Zarok 4
İltihaba sehaya (Meinigokokken)	<input type="checkbox"/> Ez <input type="checkbox"/> Hevpişk <input type="checkbox"/> Zarok 1 <input type="checkbox"/> Zarok2 <input type="checkbox"/> Zarok3 <input type="checkbox"/> Zarok 4	<input type="checkbox"/> Ez <input type="checkbox"/> Hevpişk <input type="checkbox"/> Zarok 1 <input type="checkbox"/> Zarok2 <input type="checkbox"/> Zarok3 <input type="checkbox"/> Zarok 4
İltihaba pişikê (Pneumokokken)	<input type="checkbox"/> Ez <input type="checkbox"/> Hevpişk <input type="checkbox"/> Zarok 1 <input type="checkbox"/> Zarok2 <input type="checkbox"/> Zarok3 <input type="checkbox"/> Zarok 4	<input type="checkbox"/> Ez <input type="checkbox"/> Hevpişk <input type="checkbox"/> Zarok 1 <input type="checkbox"/> Zarok2 <input type="checkbox"/> Zarok3 <input type="checkbox"/> Zarok 4
Virusên rota*	<input type="checkbox"/> Zarok 1 <input type="checkbox"/> Zarok 2 <input type="checkbox"/> Zarok 3 <input type="checkbox"/> Zarok 4	<input type="checkbox"/> Zarok 1 <input type="checkbox"/> Zarok 2 <input type="checkbox"/> Zarok 3 <input type="checkbox"/> Zarok 4
Tetanus	<input type="checkbox"/> Ez <input type="checkbox"/> Hevpişk <input type="checkbox"/> Zarok 1 <input type="checkbox"/> Zarok2 <input type="checkbox"/> Zarok3 <input type="checkbox"/> Zarok 4	<input type="checkbox"/> Ez <input type="checkbox"/> Hevpişk <input type="checkbox"/> Zarok 1 <input type="checkbox"/> Zarok2 <input type="checkbox"/> Zarok3 <input type="checkbox"/> Zarok 4
Xurya avî	<input type="checkbox"/> Ez <input type="checkbox"/> Hevpişk <input type="checkbox"/> Zarok 1 <input type="checkbox"/> Zarok2 <input type="checkbox"/> Zarok3 <input type="checkbox"/> Zarok 4	<input type="checkbox"/> Ez <input type="checkbox"/> Hevpişk <input type="checkbox"/> Zarok 1 <input type="checkbox"/> Zarok2 <input type="checkbox"/> Zarok3 <input type="checkbox"/> Zarok 4

\* Tenê bo zarokên hîn şîr dimijin di yeksaliya xwe de.

# Ya girig bi kurtasî

- **Vakslêdan di her temenî de giring e.**
- **Vakslêdan bêyî pisporan jî pêşniyaz dibin** – Komîta herdem ya vakslêdanê (STIKO) li Elmaniya bi biryara fermî kar dike û her sal pêşniyazên vakslêdanê nû dibin, bi taybetî salnameya vakslêdanê.
- **Ewlekariya vaksînêdanê** – peymangeh û karmendên serbixwe fehs û çavdêriya qalîteyê, tenahiyê û bikaranîna vakslêdanê û dermanê vaksê dikin.
- **Bi giştî vakslêdan bêpere ye** – weha jî hemî vakslêdanên pêdivî yê ji hêla STIKO ve têne pêşniyarkirin û erkên sîgortayên fermî ne bo misogerkeran bêpere ne. Jibo dermanê vakslêdanê jî pêdivî nîne tu pereyan bidî.
- **Rewşa vakslêdan bide fehsdanê** – rewşa vakslêdana te û ya zaroka te li ba nojdarî bi rêkûpêkî- ya baş salê carekê- bide fehsdanê (pasa vakslêdanê bi xwe re bibe). Vakslêdanên hîn li xwe nedayî divêt bêne lixwedanê.
- **Vakslêdana parastinê jibo demên geştan amade bikin** – berya plankirina seredana an jî geştê *bi kêmasî* 6 heftiyên pêş seferê pêdiviyê rewşa vakslêdanê li angora welatê geştlêkirinê bête fehskirinê.
- **Di dema guçayî berya ducaniyê vaksînêdan** – jinên ku di temênê zarokanîne de û bi taybetî digel destnîşankirina zarokxwestinê de, pêdiviyê berya wext vakslêdana parastinê ya xwe û malbata xwe bidin fehskirinê.



Tendurustî mercê herî giring e jibo mirov bixwe jiyaneke çalak bi rê ve bibe. Vaxslêdan rêyek e asih e, jibo hemî mirovan bi hemî temenan daku wan ji nexweşiyên vegirtinê biparêze. Bi vî rengî herkes dikare – û bi hêzeke kêr- tiştekî bo tendurustiya xwe bike.

Ev rênasa li ber we bitaybet jibo penaberan e. Di destpêkê de xizmeta bervêkirin û çivirkirinê dike daku berê xwe bidin pirsên praktîk wek pirsê ka ev vaxslêdan buhayê wê çend e, taybetmendiyê wê jibo ducaniyê çî ne an jî piştî vaxslêdanê çî serederî pêdivî ye bibe.

Bi alîkariya plana vaxslêdana kesayetî û salnameya vaxslêdana 2018an xwendeva dikare zû destnîşan bike, ka endamên malbata wî jibo parastina mukum ya malbatê vaxslêdan li xwe dane. Hun dikarin adrêsen rêxistinên bibgehîn û şirovekirinek giring li ser têgehên pisporî bibînin.

Doxtorê te dimîne mirovê te yê bingeheîn bo pisên vaxslêdanê.

Rênasîna „Vaxslêdana parastinê“ dikare li ser vê navnîşana tora internetê [www.mimi-bestellportal.de](http://www.mimi-bestellportal.de) bête daxistin an jî wek behevokekê bête nuxumandin.

Ev Rênas têtê belavkirin ji hêla: