



## Lu Ñuy Gën a Laaj Ci Wàllu Mbas Mi

Mbas doomu jàngoro juy wallela buy waral yaram wu tàng ak ay putti yaram. Mbas mi man naa indi yeneen jafe-jafe yu bon ci wér-gi-yaram. Képp ku nakku wul man naa feebar ci jamono junek.

### **Naka la mbas mi di lawee?**

Doomu jàngoroy mbas mi dafy dundu ci paxi bakan ak ci biir putu baat nit ku feebar. Bu nit ki feebar tisoolee walla mu sèqqët, doomu jàngoro ji dafay naaw ci ngelaw li, te nit ñi man nañkoo noyyi. Doomu jàngoro ji dafay sax di walle ci ngelaw li ci diirup ñaari waxtu. Ku laal lenn lu am doomu jàngoro ji ci kaw, ba noppi laal say gët, walla sa bakkan, walla sa gémmiñ, loolu man naa tax mu am feebar bi.

Mbas mi dafay walle — bu nit ki feebaree, 90% ci ñi ko wër man nañko am tamit bu fekkee ni ñakku wuñu walla aaru wuñu.

### **Lan mooy màndargay mbas mi, ak kañ lañuy feeñ?**

Màndarga yu njëkk yu mbas mi mooy yaram wuy tàng, te mu mana èppu 104 degree Fahrenheit (40 degree Celcius); ak sèqqët, ak bori wu bakan ak gët yuy xonq tey jooy. Ñetti fan ba juróomi fan gannaaw biko jàngoro ji dalee, yaram wuy futtu di dereetal tey feeñ ci kanamam, ba noppi di law ci yaram wépp.

Màndarga yi dañuy feeñ ci juróom-ñaari fan ba 14 fan ginnaaw bi la doomu jàngoro ji dalee, waaye mën nañu feeñ ba ci 21 fan ginnaaw bi ñu ko xàmmee.

### **Naka la nit ku am jàngoroy mbas mi manee walle yeneen nit?**

Nit mën na walle keneen mbas mi ci ñeenti fan ci kanam ak ñeenti fan ci gannaaw bi futti yaram yi feeñee.

### **Ndax nit mbas mi mën nakoo dal dalaat ko?**

Déedet. Ñi jàngoro ji xasa dal dootu leen dalaat.

### **Naka laa mën a aar sama bopp ci mbas mi?**

Ñakku bi moo yoon wi gën a baax ngir moytu mbas mi. Ci réewi Amerig, ñakkuk mbas mi dañko boole ak ñakkuk seekeek ak rubewol ci benn waksin buñuy tudde mbas, seekeek ak rubewol (measles, mumps and rubella, MMR). Ñakku MMR dafa baax te efikaas. Ñaari doosu ñakku MMR dañoo efikaas ci 97% ngir aar ci mbas; benn doos dafa efikaas ci 93%. Ngir gëna am ay leeral ci ñakki MMR, demal ci [dc.gov/measles](https://dc.gov/measles).

### **Kañ lañuy war a ñakk?**

Ci Amerig, doosu ñakku MMR bu njëkk bi dinañko jox xale bi gannaaw bamu amee benn at. Ñaareelu doos bi, dees na ko jox xale bi laata muy duggu ekool, ci digante 4 ba 6 at. Képp ku juddu gannaaw

atum 1956 te jotul ñaari doosu ñakku mbas mi walla mu baña def testu dereet buy wane ni weir nga ci mbas mi war naa jël ñaari doosu ñakku MMR.

Xale yi seeni at tollu ci 6 ba 11 at warnanoo jot yeneeni doosu ñakku mbas mi laataa mu géen reew mi. Xale yi am 12 weer ak lu ko ëpp war nañoo am ñaari doos saa buñuy tukki bitim réew. Demal waxtaan ak sa doktooru xale saa bo naree tukki ngir nga am lula leer ci ni sa doom aaru na.

### **Ndax mbas mi mën na indi yeneen i jàngoro?**

Waaw. Mbas mi mën na ami lor ci bépp mag ak ci béppu ndaw. Waaye, xale yi amagul 5 at (te rawatina niy nàmpu), jigéen werul yi ak nit ñi seen sistema immunitéer néew doole (ci missal ganaaw pajuk kanseer walla VIH) ñoo gën a sonnu ci jafe-jafey mbas mi.

Lu tollu ci 20% ci ñi ñakku wul te mbas mi dàl leen dañleena teeye hopitaal. Jafe-jafey wér-gi-yaramu woppi mbas mi di indi bokkuna ci biir buy daw, infeksiyon wu noppu, pnemonii ak ansefaalit (bopou buy newwi). Ci yenn anam yi, mbas mi men a waral bakan bu rot. Ci jigéen werul yi, mbas mi mën na tax ñu ñàkk seen doom, di jur doom bu matul, ak xale bu néew doole depuis bamou juddoo. Ci ay fànn yu néew, ay at yu bare gannaaw bi leen mbas mi dalee, nit ñi dañuy am ay jàngoro ju ñuy wax pancéfalite sclérosante subaiguë (subacute sclerosing panencephalitis, SSPE), di jàngoro juy faat tay dal sisteemu nerwosentraal.

### **Ndax mbas mi amna garab?**

Amul ay garab yu wóor yuñu jagleel mbas mi, waaye am na ay garab yu mën a wàññi ay màndarga yi, luci mel ni tàngoору yaram. Ñi am ay jafe-jafe mën nañoo soxla ay garab yu wóor yuñu jagleel seen kaaragey wér-gi-yaram.

### **Lan laa war a def, su ma mbas mi dalee walla mu dal sama doom?**

Wooteel ci lu gaaw sa fajkat. Man na la saytu, yaw ak sa doom, te dimbali la ngir seet ndax amna ay màndargay feebar yu tàmbalee am. Man na tamit a xam ndax yaw walla sa doom am ngeen ay kiiraay ci mbas mi, ci li ngeen jotoona ñakku, ci seeni at walla seeni dereet.

- Ñi am ñaari doosu ñakku mbas mi walla ñu am kiiraay am nañu kaaraage te jàngoroy mbas mi duleen yomba dàl.
- Su fekke ne yaw walla sa doom amuleen kiiray, sa doktoor dina la dénk nga nga jël ab ñakk bu ñuy wax MMR.
- Su fekke ne yaw walla sa doom yeenangi nara jankontéek jafe-jafey wér-gi-yaramam, sa doktoor dina la dénk ab garab bu ñuy wax immunoglobuline.
- Jël ñakk bi ci ñetti fan yi nga xamee ne am nga jàngoro ji, walla nga jël immunoglobuline ci juróom benni fan yi nga xamee ne am nga jàngoro ji, loolu dinala gën a soril jàngoro ji, te mën na la waññil màndarga yi su fekke ne am nga jàngoro ji.
- Ñi jële ñakku MMR gannaaw banu feebaree warunoo dem ca màkkaanum xale yi, walla ca jàngu ya, mbaa ca liggéeyukaay ya, te waruñoo ànd ak ñeneen ci diirup 21 fan. Ñi jot ay immunoglobuline war nañoo moytu yooyu aktiwite ci diirub 28 fan.

### **Fan la mana amee ab doktoor walla ab berab bu ñuy ñakkoo?**

Boo béggee am ak adoktoor, wooteel ci 844-692-4692 walla ci **311**. Ñi ëppu ci doktooru xale yi dañuy propoose ñakku MMR. Ngir gis yeneen bérab yu ñuy ñakkoo mën nga woote ci **311**, dem ci

[nyc.gov/health/map](https://nyc.gov/health/map), walla nga dem ci [nyc.gov/health](https://nyc.gov/health) te seet cliniik yi ñu mën a defee ñakk yi "[immunization clinics](#)" (kilinigu kiiraay). Ngir gëna am ay leeral ci mbas mi, demal ci [nyc.gov/health/measles](https://nyc.gov/health/measles).

7.24 Wolof