شری: افسانې بمقابله حقایق

☒ **افسانه: شری یوه جدي ناروغي نه، بلکه "یوازې زکام" دی.**

☑ **حقیقت:** [شری جدی اختلاطونه رامنځته کولی شي](#) لکه سینه بغل (د سږو انتان)، انسفالایټس (د دماغ پړسوب) او حتی مرګ، په ځانګړې توګه په کوچنیو ماشومانو کې کله چې واکسین نه وي شوی. اټکلونه ښیي چې پر شري ناروغۍ له 1,000 اخته ماشومانو څخه 3-1 مړه کېږي.

☒ **افسانه: د متحده ایالاتو څخه شري له ریښې ایستل شوې دي.**

☑ **حقیقت:** په 2000 کال کې په امریکا کې د شري ناروغي له منځه یوړل شوه ځکه چې د شري، ډېبغوري او روبیلا (measles, mumps and rubella, MMR) واکسین ډېر اغېزمن و او د واکسینولو کچه یې لوړه وه. د شري د پېښو او خپرېدو د مخنیوي لپاره باید د ټولني لږترلږه 95% خلک واکسین وکړي. له بده مرغه [د شري ناروغۍ خپربدل لاهم د واکسینو کچې د راکمېدو او د غیر واکسین شوو کسانو د سفر له امله رامنځته کیدی شي.](#)

☒ **افسانه: ستاسو طبیعي معافیت سیستم کولی شي تاسو د شري ناروغۍ څخه وژغوري..**

☑ **حقیقت:** شری ډېر ساري دی او په اسانۍ سره خپرېږي. که یو کس پر یاده ناروغۍ اخته وي، نو له 10څخه 9 کسان چې واکسین شوي نه دي، له یاد کس سره د تماس په صورت کې پر دې ناروغۍ روغتیایي تاریخچې یا تغذیې ته له پام پرته اخته کېږي. کله چې پر دغې ناروغۍ اخته کس ټوخی یا پرنجی کوي، نو د هوا له لارې خپرېږي. د شري ویروس په هوا کې او دغه راز پر ککړو شوو سطحو باندې تر 2 ساعتونو پورې وروسته تر دې پاتې کېږي چې یو اخته کس له کوټې ووځي. [له شري ناروغۍ څخه د مخنیوي لپاره غوره او یوازینۍ اغېزمنه لاره د MMR واکسین کول دي.](#)

☒ **افسانه: واکسین شوي کسان او د واکسینو کلینکونه شری خپروي.**

☑ **حقیقت:** د شري واکسین د ویروس یوه ژوندۍ او کمزورې شوې بڼه لري چې خلک نه شي منتن کولی او هیڅکله یې هم نورو ته د خپریدو ثبوت نه دی ورکړل شوی. د شري ناروغۍ پېښې او خپرېدا د شري ویروس د وحشي ډول له امله رامنځته کېږي، نه د واکسینو له امله. [د MMR واکسین د شري ناروغي نه رامنځته کوي، بلکه ستاسو د معافیت سیستم روزي چې د شري ویروس وپېژني او پر وړاندې یې محافظت رامنځته کړي.](#)

☒ **افسانه: د شري واکسین اغېزمن نه دي او خطرناک هم دي.**

☑ **حقیقت:** د MMR واکسین د شري او دغه راز دوو نورو حیاتي ناروغیو لکه ډېبغوري او روبیلا په ګډون مخنیوی کوي. [د MMR واکسین د شري د مخنیوي په برخه کې خورا ډېر اغېزمن دی چې دوه دوزه یې 97% اغېزمن کېږي او د ټول ژوند لپاره معافیت ورکوي.](#) دغه راز، په روغو خلکو کې د MMR له واکسین سره تړلې مړینې نه دي ښودل شوي. د MMR واکسین ډېر خوندي دی، چې ممکنې لنډمهاله جانبي عوارض لري لکه په مټ کې درد (له واکسینو څخه)، تبه، معتدل خارښت، په بندونو کې لنډمهاله درد/سختوالی. واکسین کول پر شري تر اخته کېدو څخه ډېر خوندي دي.

☒ **افسانه: د MMR واکسین د آټیزم سبب کېږي.**

☑ **حقیقت: د MMR واکسین د آټیزم سبب نه کېږي.** پر سلګونو زره ماشومانو باندې ډېری لویې او ښې ترسره شوې څېړنې شته دي او داسې هېڅ شواهد نه ښيي چې د MMR واکسین د آټیزم لامل کېږي. د واکسینو هیڅ برخه دماغ یا عصبي سیستم نه شي تعدیلولی یا بدلولی.

له آټیزم سره ډېر تړلي دماغي بدلونونه هغه مهال رامنځته کېږي چې ماشوم په رحم کې وده کوي یا د زیږون پر مهال، د ماشوم واکسین ترلاسه کولو مخکې هم رامنځته کېږي. د آټیزم شاوخوا 85% خطر جنتیکي دی. شواهدو هم ښودلې چې له چاپېریال سره مخ کېدل د آټیزم په پراختیا کې مرسته کولی شي، لکه د والدینو پرمختللی عمر، تر وخت مخکې زیږون، تر زیږون مخکې کم وزن، د هوا ککړتیا یا له ځینو آفت وژونکو موادو سره مخ کېدل او د مور شرایط، لکه د شکر ناروغۍ یا د معافیت سیستم اختلالات.

☒ **افسانه: تاسو کولی شئ له شري څخه په بدیلو درملنو لکه ویټامین A سره مخنیوی وکړئ.**

☑ **حقیقت:** د شري ناروغۍ لپاره د غذايي رژیم یا د ژوند سټایل مخنیوی کوونکی ثابت شوي تدابیر نشته. د شري د مخنیوي تر ټولو غوره او یوازېنۍ لار د MMR واکسین دی. د ناروغیو د مخنیوي او کنټرول مرکزونه (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) سپارښتنه کوي چې ټولو ماشومانو ته د MMR واکسین دوه دوزونه چې پیل یې د 12-15 میاشتو په عمر کې او دویم ډوز بیا 6-4 کلنۍ کې ورکړل شي. واکسین د بشپړ محافظت چمتو کولو پورې شاوخوا له دوو څخه تر دریو اونیو پورې وختنیسي. که مو کورنۍ بهر ته سفر کوي، نو د MMR واکسینو ژر ترلاسه کولو په اړه له خپل روغتیايي پاملرنې چمتو کونکي سره خبرې وکړئ.

ویټامین A ځینې وختونه د هغو کوچنیو ماشومانو په درملنه کې مرسته کولی شي څوک چې شدید شری ناروغي رامینځته کوي.. دغه درملنه باید په روغتون کې د روغتیايي پاملرنې چمتو کونکي تر څارنې لاندې ترسره شي، خو بیا به هم ویټامین A مو له شري ناروغۍ څخه خوندي نه کړي. ویټامین A ستاسو د معافیت سیستم ملاتړ کوي. دا د شري لپاره د ناروغۍ درملنه نه ده، او د MMR واکسین کولو لپاره بدلون یا بدیل نه دی. ډېر ویټامین A ترلاسه کول کیدی شي خورا خطرناک او توکسیک وي چې د عصبي ستونزو او د ځیګر له کاره لوېدو لامل کېږي.

د لا زیاتو معلوماتو لپاره

د The Chicago Department of Public Health (CDPH) د واکسینو کلینکونه د ټولو اوسېدونکو لپاره خدمتونه چمتو کوي. ښايي له تاسو وغوښتل شي چې د اوسېدنې ثبوت ورکړئ.

CHICAGO.GOV/VACCINES

CDPH
Chicago Department of Public Health

CHICAGO.GOV/MEASLES

که چیرې واکسینو د بل چمتو کوونکي په پېژندلو کې مرستې ته اړتیا لرئ، نو په مهربانۍ سره لیدنه وکړئ:

VFC.ILLINOIS.GOV/SEARCH/

اخځلیکونه:

Casler, A. (د 2019 د مي 2مه) د شري په هکله 10 عامي افسانې – او واقعي حقیقتونه. Orland Health. https://www.arnoldpalmerhospital.com/content-hub/10-common-myths-about-measlesand-the-real-facts

د ناروغیو د مخنیوي او کنټرول مرکز (د 2025 د جنوری 17مه) د شري واکسین. https://www.cdc.gov/measles/vaccines/index.html#:~:text=The%20vaccine%20is%20safe%20and,go%20away%20on%20their%20own

Children's Hospital Colorado. (د 2025 د مارچ 11مه) په ماشومانو کې د شري په هکله حقیقتونه: هغه څه چې باید والدین پرې پوه شي. https://www.childrenscolorado.org/just-ask-childrens/articles/measles/#:~:text=Despite%20myths%20and%20misinformation%2C%20vaccines,number%20of%20cases%20in%202024.

The Infectious Diseases Society of America. (د 2025 د اپریل 8مه) د شري واکسین: پر حقایقو پوه شئ. https://www.idsociety.org/public-health/measles/know-the-facts/

National Institute of Environmental Health Sciences. (د 2025 د اپریل 1) آټیزم. https://www.niehs.nih.gov/health/topics/conditions/autism