ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ ਸਬੰਧੀ ਤੱਥ ਪੱਤਰ

ਵੈਕਸੀਨ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ?

Pfizer-BioNTech ਅਤੇ Moderna, ਦੋਵੇਂ ਵੈਕਸੀਨ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਵਾਇਰਸ ਵਿੱਚ ਪਾਏ ਗਏ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਆਖਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਅਜਿਹੀਆਂ ਐਂਟੀਬਾਡੀਜ ਬਣਾਉਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ, ਜੋ ਅਸਲੀ ਵਾਇਰਸ ਨਾਲ ਲੜ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਸਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੇ ਹੋ। ਵੈਕਸੀਨ, ਸੂਈ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਲਗਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਬਾਂਹ ਦੇ ਉੱਪਰਲੇ ਪਾਸੇ ਦੀ ਮਾਂਸਪੇਸ਼ੀ ਵਿੱਚ ਦਾਖ਼ਲ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸੇ ਵੈਕਸੀਨ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਪਹਿਲੀ ਅਤੇ ਦੂਜੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਵਾਸਤੇ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਦੋ ਖ਼ੁਰਾਕਾਂ ਦੇ ਬਾਅਦ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੇ, 94-95% ਤੱਕ ਪ੍ਰਭਾਵੀ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ।

ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ **16 ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸਤੋਂ ਵੱਧ ਹੈ** ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ Pfizer-BioNTech ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ **18 ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸਤੋਂ ਵੱਧ ਹੈ** ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ Moderna ਵੈਕਸੀਨ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 (COVID-19) ਵੈਕਸੀਨ **ਨਹੀਂ ਲਗਵਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ**, ਜੇਕਰ:

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਤੋਂ ਗੰਭੀਰ ਐਲਰਜਿਕ ਰਿਐਕਸ਼ਨ ਹੋਇਆ ਹੈ (ਜਿਵੇਂ ਐਨਾਫਿਲੈਕਸਿਸ)। ਤੁਸੀਂ ਇੱਥੇ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ: Pfizer-BioNTech vaccine monograph/Moderna COVID-19 vaccine monograph

ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣਾ **ਸਥਗਿਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ**, ਜੇਕਰ:

- ਤੁਸੀਂ ਪਿਛਲੇ 14 ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਹੋਰ ਵੈਕਸੀਨ (ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ ਨਹੀਂ) ਲਗਵਾਈ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 ਜਿਹੀ ਬੀਮਾਰੀ ਦੇ ਗੰਭੀਰ ਲੱਛਣ ਹਨ; ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਉਡੀਕ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣ ਠੀਕ ਨਾ ਹੋ ਜਾਣ ਅਤੇ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਤੱਕ ਬੁਖ਼ਾਰ ਨਾ ਹੋਵੇ।
    - ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਲੰਮੀ-ਮਿਆਦ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਹੋਮ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਪਾੱਜਿਟਿਵ ਨਿਦਾਨ ਦੇ ਨਾਲ ਆਈਸੋਲੇਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣ ਠੀਕ ਹੋ ਗਏ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।
    - ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਲੰਮੀ-ਮਿਆਦ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਹੋਮ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਵਾਇਰਸ ਲਈ ਪਾੱਜਿਟਿਵ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਛਣ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਪਾੱਜਿਟਿਵ ਟੈਸਟ ਦੇ ਬਾਅਦ, ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 72 ਘੰਟੇ ਬੀਤਣ ਤੇ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣ ਯੋਗ ਹੋਵੋ ਪਰੰਤੂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਵਰਤਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਬਾਅਦ 30 ਮਿੰਟ ਤੱਕ ਨਿਗਰਾਨੀ, ਜੇਕਰ:

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਖ਼ੂਨ ਵਗਣ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੋਵੇ, ਜਲਦੀ ਨਾਲ ਜ਼ਖਮ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਖ਼ੂਨ ਪਤਲਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਵਰਤਦੇ ਹੋਵੋ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਭੋਜਨ, ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਜਾਂ ਲੇਟੈਕਸ ਤੋਂ ਗੰਭੀਰ ਐਲਰਜਿਕ ਰਿਐਕਸ਼ਨ ਦਾ ਇਤਿਹਾਸ ਹੋਵੇ (ਜਿਵੇਂ ਐਨਾਫਿਲੈਕਸਿਸ)।

ਖਾਸ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਦੇਖੋ: Vaccination Recommendations for Special Populations.

ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ ਸਬੰਧੀ ਤੱਥ ਪੱਤਰ

ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਬਾਅਦ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 15 ਮਿੰਟਾਂ ਤੱਕ ਉੱਥੇ ਹੀ ਰੁਕੋ ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਠੀਕ ਮਹਿਸੂਸ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਹੈਲਥਕੇਅਰ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰੋ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਮਾੜੇ ਅਸਰ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ:

- ਟੀਕੇ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਤੇ ਦਰਦ, ਲਾਲੀ, ਸੋਜਸ਼
- ਥਕਾਵਟ
- ਸਿਰ ਦਰਦ
- ਮਾਂਸਪੇਸ਼ੀ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਜਾਂ ਜੋੜਾਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ
- ਬੁਖਾਰ, ਕਾਂਬਾ
- ਗ੍ਰੰਥੀਆਂ ਦੀ ਸੋਜਸ਼
- ਦਸਤ
- ਜੀ ਮਿਚਲਾਉਣਾ/ ਉਲਟੀ

ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਗੰਭੀਰ ਮਾੜੇ ਅਸਰ ਵਿਰਲੇ ਹੀ ਹਨ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣ ਦੇ ਤਿੰਨ ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੇਠਾਂ ਲਿਖੀਆਂ ਪ੍ਰਤੀਕੂਲ ਰਿਐਕਸ਼ਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਮੈਡੀਕਲ ਸਲਾਹ ਲਓ ਜਾਂ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਨਾਲ ਬੀਮਾਰ ਹੋ ਤਾਂ 911 ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ:

- ਛਪਾਕੀ
- ਚਿਹਰੇ ਜਾਂ ਮੂੰਹ ਦੀ ਸੋਜਸ਼
- ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ
- ਤੇਜ਼ ਬੁਖਾਰ (40˚C ਤੋਂ ਵੱਧ)
- ਕੜਵੱਲ ਜਾਂ ਦੌਰੇ
- ਬਹੁਤ ਪੀਲਾ ਰੰਗ ਅਤੇ ਗੰਭੀਰ ਊਂਘ
- ਹੋਰ ਗੰਭੀਰ ਲੱਛਣ (ਜਿਵੇਂ "ਚੁਭਦਾ ਹੋਇਆ ਦਰਦ" ਜਾਂ ਸੁੰਨਤਾ)