



Public Health
England

NHS

COVID-19 રસીકરણ

શું અપેક્ષા રાખવી

જેમણે તેમની પહેલી
કોવિડ-19 રસી લીધી હોય
તે લોકો માટે માહિતી



કોવિડ-19 રસીકરણ

તમારી જાતનું રક્ષણ કરો.

અનુક્રમણિકા

આડ અસરો શું છે?

રસીથી મને કોવિડ-19 થઈ શકે?

મારી રસી લીધા બાદ હું મારી સામાન્ય પ્રવૃત્તિઓ ફરી પાછી શરૂ કરી શકું?

મારે હવે પછી શું કરવાનું છે?

મારી હવે પછીની અપોઈન્ટમેન્ટ વખતે જો મારી તબિયત સારી ન હોય તો મારે શું કરવું જોઈએ?

રસીથી મને રક્ષણ મળશે?

હવે મેં રસી લઈ લીધી છે, તો શું હું હવે બીજા કોઈને કોવિડ-19નો ચેપ લગાડી શકું?

કોરોનાવાઈરસ ચલો કાર્ડ સર્ચ કરીને, તમારી રસીની સંભવિત આડઅસરો સહિતની તે ઉપરની વધારે વિગતો માટે, કૃપા કરીને ઉત્પાદન વિશે માહિતી આપતી પત્રિકા વાંચો

તમે શંકાયુક્ત આડઅસરો વિશે તે જ વેબસાઈટ પર અથવા ચલો કાર્ડ એપ ડાઉનલોડ કરીને પણ જાણ કરી શકો છો.



coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk



જે લોકો પર કોવિડ-19 ને લીધે જટિલતાઓ ઊભી થવાનું સૌથી વધારે જોખમ રહેલું છે તેમને કોવિડ-19 ની રસી પહેલાં આપવામાં આવી રહી છે.

તમને જે રસી આપવામાં આવી રહી છે, તે સલામત અને અસરકારક હોવાની પહેલી રસી હોવાનું મેડિસિન્સ એન્ડ હેલ્થકેર પ્રોડક્ટ્સ રેગ્યુલેટરી એજન્સી (MHRA) દ્વારા મંજૂર કરવામાં આવ્યું છે.

તમને હમણાં જ તમારો પહેલો ડોઝ આપવામાં આવ્યો છે અને હવે તમારે તમારી આગામી અપોઈન્ટમેન્ટમાં આવવાનું વિચારવું જોઈએ. હવે શું કરવું તેનું માર્ગદર્શન આ પત્રિકા આપે છે.

એક વાર મંજૂરી અપાઈ ગયા પછી યુ.કે.માં કોવિડ-19 ની બે પ્રકારની રસીઓ વાપરવામાં આવશે. સર્વોત્તમ રક્ષણ પૂરું પાડવા માટે તે બંને રસીના બે ડોઝ આપવાની જરૂર પડશે. તબીબી પ્રયોગોમાં તે બંને સલામત અને અસરકારક હોવાનું દેખાયું છે.

સ્વતંત્ર નિષ્ણાતોના એક જૂથે ભલામણ કરી છે કે NHSએ આ રસીઓ સૌથી પહેલાં જેમના પર ચેપ લાગવાનું અને જો તેમને ચેપ લાગે તો તેના લીધે ગંભીર જટિલતાઓનો ભોગ બનવાનું સૌથી વધારે જોખમ રહેલું છે તે લોકોને આપવી.

આમાં કેર હોમ્સમાં રહેતાં વૃદ્ધજનો અને આરોગ્ય અને સંભાળનાં આગલી હરોળનાં કર્મચારીઓનો સમાવેશ થાય છે. જ્યારે વધારે રસીઓ ઉપલબ્ધ થશે, ત્યારે આ રસીઓ જોખમમાં રહેલાં બીજાં લોકોને શક્ય તેટલી જલદી આપવામાં આવશે.

આડ અસરો શું છે?

બધી દવાઓની જેમ, રસીઓની આડઅસરો થઈ શકે છે. આમાંથી મોટા ભાગની અસરો હળવી અને ટૂંકા સમય પૂરતી હોય છે, અને દરેકજણને તે થતી નથી. પહેલો ડોઝ લીધા પછી, જો તમને ચિહ્નો જણાય, તો પણ તમારે તેનો બીજો ડોઝ લેવો જરૂરી રહેશે. તમને પહેલા ડોઝથી થોડું રક્ષણ તો મળશે, પરંતુ, બીજો ડોઝ લેવાથી તમને વાઈરસ સામે સર્વોત્તમ રક્ષણ મળશે.

અતિ સામાન્ય આડઅસરોમાં નીચેનાનો સમાવેશ થાય છે:

- તમે તમારું ઈન્જેક્શન લીધું હોય તે હાથનું બાવડું દુખવું, ભારે થઈ જવું કે આંખું થઈ જવું. આ રસી લીધાના 1-2 દિવસ સુધી વધારે ખરાબ રહે છે.
- થાક લાગવો
- માથાનો દુખાવો
- સામાન્ય દુખાવા, અથવા હળવા ફ્લૂ જેવાં ચિહ્નો

જો કે બેથી ત્રણ દિવસ સુધી તાવ આવવા જેવું લાગવાનું અસામાન્ય નથી, પરંતુ ખૂબ વધારે તાવ આવવાનું અસાધારણ છે અને તમને કોવિડ-19 અથવા બીજું કોઈ ઈન્ફેક્શન લાગ્યું હોવાનું તેનાથી સૂચન મળી શકે (પાન 5 ઉપર આપેલ સલાહ જુઓ). અસાધારણ આડ અસરમાં ગ્રંથિઓમાં સોજા આવવાની છે. તમે આરામ કરી શકો અને તબિયત સારી કરવામાં મદદ માટે પેરાસિટામોલનો સામાન્ય ડોઝ લઈ શકો (તેના પેકેટ પર આપેલી સલાહ અનુસરો).

આ ચિહ્નો સામાન્ય રીતે એક અઠવાડિયા કરતાં ઓછો સમય ચાલે છે. જો તમારાં ચિહ્નો વધારે ખરાબ થતાં લાગે અથવા જો તમને ચિંતા હોય, તો NHS 111 પર કોલ કરો. જો તમે ડોક્ટર કે નર્સ પાસેથી સલાહ મેળવો, તો તમારી રસી વિશે તેમને જાણ કરવાની ખાતરી કરો (તમારું વેક્સિનેશન કાર્ડ તેમને બતાવો), જેથી

તેઓ યોગ્ય રીતે તમને તપાસી શકે. તમે રસીઓ અને દવાઓની શંકાયુક્ત આડઅસરો વિશે યલો કાર્ડ સ્કીમ મારફતે પણ જાણ કરી શકો છો.

આ તમે કોરોનાવાઈરસ યલો કાર્ડ સર્ચ કરીને અથવા યલો કાર્ડ એપ ડાઉનલોડ કરીને કરી શકો છો.

રસીથી મને કોવિડ-19 થઈ શકે?

તમને રસીથી કોવિડ-19 લાગી શકે નહિ, પરંતુ બની શકે કે તમને કોવિડ-19 થયેલો હોય અને રસી માટેની અપોઈન્ટમેન્ટ જતી રહ્યા પછીથી તમને તેનાં ચિહ્નો દેખાતાં હોવાનો ખ્યાલ આવે.

કોવિડ-19 નાં સૌથી અગત્યનાં ચિહ્નો નીચેનામાંથી કોઈપણની તાજેતરની શરૂઆત છે:

- નવી સતત ઉધરસ
- ખૂબ વધારે તાવ
- સ્વાદ અથવા સૂંઘવાની તમારી સામાન્ય શક્તિ જતી રહેવી કે તેમાં ફેરફાર થવો (એનોસ્મિયા).

આમ તો રસી લીધા પછીના એક કે બે દિવસમાં હળવો તાવ આવી શકે છે, પરંતુ જો તમને જો કોવિડનાં બીજાં કોઈ પણ ચિહ્નો હોય, અથવા તાવ વધારે દિવસ સુધી રહે, તો ઘરે જ રહો અને ટેસ્ટ કરાવવાની ગોઠવણ કરો.

જો તમને ચિહ્નો વિશે વધુ માહિતી જોઈતી હોય, તો જુઓ www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/symptoms

મારી રસી લીધા બાદ હું મારી સામાન્ય પ્રવૃત્તિઓ ફરી પાછી શરૂ કરી શકું?

હા, તમારી તબિયત સારી હોય ત્યાં સુધી તમે તમારી સાધારણ પ્રવૃત્તિઓ ફરી પાછી શરૂ કરી શકવાં જોઈએ. જો તમારું બાવડું ખાસ કરીને દુખતું હોય, તો તમને કદાચ ભારે વસ્તુઓ ઉંચકવામાં મુશ્કેલી પડી શકે. જો તમારી તબિયત સારી ન લાગતી હોય, અથવા બહુ થાક લાગતો હોય તો તમારે આરામ કરવો જોઈએ અને કોઈ મશીનો કે ગાડી ન ચલાવવાં જોઈએ.

મારે હવે પછી શું કરવાનું છે?

તમારી બીજી અપોઈન્ટમેન્ટમાં હાજરી આપવાનું આયોજન કરો. તમારી પાસે રેકોર્ડ કાર્ડ હોવું જોઈએ અને તમારી આગામી અપોઈન્ટમેન્ટ હવે પછીનાં 3 થી 12 અઠવાડિયાં પછી હોવી જોઈએ. તમને સર્વોત્તમ સુરક્ષા પૂરી પાડવા માટે એક જ રસીના બંને ડોઝ લેવાનું અગત્યનું છે.

તમારું કાર્ડ સાચવીને રાખો અને તમારો બીજો ડોઝ લેવા માટે તમે અપોઈન્ટમેન્ટમાં હાજરી આપો છો તેની ખાતરી કરો.

Don't forget your
COVID-19 vaccination

NHS

Make sure you keep this record
card in your purse or wallet

For more information on the
COVID-19 vaccination or what
to do after your vaccination,
see www.nhs.uk/covidvaccine

COVID-19 immunisation
Enjoy life. Protect yourself.



મારી હવે પછીની અપોઈન્ટમેન્ટ વખતે જો મારી તબિયત સારી ન હોય તો મારે શું કરવું જોઈએ?

જો તમારી તબિયત સારી ન હોય, તો તમારી રસી લેતાં પહેલાં તમે પૂરેપૂરાં સાજાં થઈ જાવ તેની રાહ જોવાનું વધારે સારું છે, પરંતુ તમારે તે બંને તેટલી જલદી લઈ લેવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. જો તમે સેલ્ફ-આઈસોલેટ કરી રહ્યાં હો, કોવિડ-19 ટેસ્ટની રાહ જોઈ રહ્યાં હો, અથવા તમે સાજાં નરવાં છો કે નહિ તેની ચોક્કસ ખબર ન પડતી હોય, તો તમારે રસી માટેની અપોઈન્ટમેન્ટમાં જવું જોઈએ નહિ.

રસીથી મને રક્ષણ મળશે?

તમે કોવિડ-19 ની જે રસી લીધી છે તેના લીધે તમારી કોવિડ-19 રોગથી પીડાવાની સંભાવનાઓ ઘટી જતી હોવાનું દેખાયું છે. દરેક રસીની અનેક જુદા જુદા દેશોમાં 20,000 કરતાં વધારે લોકો પર ચકાસણી કરવામાં આવી છે, અને તે સલામત હોવાનું દેખાયું છે.

રસીના પહેલા ડોઝથી તમારા શરીરમાં સુરક્ષા ઊભી કરવામાં એકાદ બે અઠવાડિયાંનો સમય લાગી શકે. બધી દવાઓની જેમ, કોઈ રસી સંપૂર્ણપણે અસરકારક નથી, આથી તમારે ચેપ લાગતો ટાળવા માટે ભલામણ કરવામાં આવેલાં સાવચેતીનાં પગલાં લેવાનું ચાલુ રાખવું જોઈએ. કેટલાંક લોકોને રસી લેવામાં આવ્યા છતાં હજુ પણ કોવિડ-19 થઈ શકે, પરંતુ તે ઓછો ગંભીર હોવો જોઈએ.

હવે મેં રસી લઈ લીધી છે, તો શું હું હવે બીજા કોઈને કોવિડ-19નો ચેપ લગાડી શકું?

રસી તમને કોવિડ-19 આપી શકે નહિ, અને તેનો સંપૂર્ણ કોર્સ લેવાથી તમે ગંભીરપણે બીમાર પડવાની તમારી શક્યતાઓ ઘટી જશે. તેનાથી તમને વાઈરસ લાગતો અને બીજાંમાં ફેલાવાતો અટકાવી શકાશે નહિ તેની હજુ સુધી અમને ખબર નથી, પરંતુ તેના લીધે આ જોખમ ઘટી જશે એવી અને ચોક્કસ અપેક્ષા છે. આથી, તમારી આસપાસનાં લોકોનું રક્ષણ કરવા માટે તમારા સ્થાનિક વિસ્તાર માટેની માર્ગદર્શિકાનું પાલન કરવાનું હજુ પણ અગત્યનું છે.

તમારું, અને તમારાં કુટુંબીજનો, મિત્રો તેમજ સાથી કર્મચારીઓનું રક્ષણ કરવા માટે, તમારે હજુ પણ આ કરવાનું જરૂરી રહેશે:

- સામાજિક અંતર જાળવવું
- ચહેરા પર આવરણ પહેરવું
- સાવધાનીથી અને અવારનવાર તમારા હાથ ધોવા
- હાલની માર્ગદર્શિકા અહીંથી અનુસરો

www.gov.uk/coronavirus

યાદ રાખો

કોવિડ-19 નાક અથવા મોઢામાંથી બહાર ઉડતાં પ્રવાહી (થૂંક)નાં ટીપાં દ્વારા ફેલાય છે, ખાસ કરીને બોલતી કે ઉઘરસ ખાતી વખતે. તે પ્રદૂષિત થયેલ વસ્તુઓ અને સપાટીઓને અડ્યા પછી તમારી આંખો, નાક અને મોઢું અડવાથી પણ લાગી શકે છે.



રસીકરણ, સૌથી વધારે અરક્ષિત હોય તેવાં લોકોનું રક્ષણ કરવામાં મદદ કરે છે.

જો તમને કોવિડ-19 રસીકરણ વિશે વધુ માહિતી જોઈતી હોય, તો જુઓ
www.nhs.uk/covidvaccination

© ક્રાઉન કોપીરાઈટ 2020

COV2020307V2GU 1p 5M NOV (APS) 2020

Public Health England gateway number: 2020486

તમે વધુ સંખ્યામાં આ મફત પત્રિકાઓ અહીંથી

મંગાવી શકો છો www.healthpublications.gov.uk