આ માટે માર્ગદર્શિકા

કોવિડ-19 (COVID-19) પાનખર કાર્યક્રમની

કોરોનાવાઈરસ (કોવિડ -19) (COVID-19) રસીનો ડોઝ કે માત્રા આ પાનખરમાં 65 વર્ષ કે તેથી વધારે ઉંમરના લોકોને, વૃદ્ધ લોકો માટેના કેર હોમના રહેવાસીઓ, ક્લિનિકલ જોખમવાળા જૂથમાં 6 મહિના કે તેનાથી વધારે વયની કોઈપણ વ્યક્તિને, અને આરોગ્ય અને સામાજિક સંભાળ રાખનાર કર્મચારીઓને ઓફર કરવામાં આવશે. ટૂંક સમયમાં નેશનલ બુકિંગ સર્વિસ તરફથી અપોઈન્ટમેન્ટ ઉપલબ્ધ થશે.

પાનખર રસીકરણની ઓફર કોને કરવામાં આવી રહી છે?

કોવિડ -19 (COVID-19) વૃધ્ધ લોકોમાં અને નિશ્ચિત અંતર્ગત આરોગ્ય પરિસ્થિતિઓવાળા લોકોમાં વધારે ગંભીર હોય છે. આ શિયાળામાં એવી અપેક્ષા રાખવામાં આવે છે કે કોવિડ -19 (COVID-19) અને ફ્લૂ સહિત ઘણા શ્વસન ચેપો ઊંચા સ્તરોએ ફરતા હોઈ શકે – આ હોસ્પિટલો અને બીજી આરોગ્ય સંભાળ સેવાઓ પર દબાણ વધારી શકે છે. આ કારણોસર, 65 વર્ષ કે તેનાથી વધારે ઉંમરના લોકો, જેઓ કેર હોમ્સમાં હોય, અને ક્લિનિકલ જોખમવાળા જૂથોમાં 6 મહિનાઓ અને તેનાથી વધારે ઉંમરના લોકોને પાનખર કાર્યક્રમમાં કોવિડ -19 (COVID-19) રસીનો ડોઝ ઓફર કરવામાં આવી રહ્યો છે.

આવો ડોઝઆગળની હરોળના આરોગ્ય અને સોશ્યલ કેર સ્ટાફ, કે જેઓ નબળુ રોગ પ્રતિકારક તંત્ર ધરાવતા વ્યક્તિગતના પરિવારો અને જેઓ નબળા પડી ગયેલ વ્યક્તિગતની સંભાળ રાખતા હોય તેઓને પણ ઓફર કરવામાં આવશે.

પાનખર કાર્યક્રમ કોવિડ -19 (COVID-19) ના ચેપની ગૂંચવણોનું જેઓ ઊંચુ જોખમ ધરાવતા હોય તેના પર લક્ષ્યાંક છે, જેઓને થોડાક મહિનાઓથી રસી આપવામાં આવેલ ન હોઈ શકે. શિયાળામાં કોવિડ -19 (COVID-19) ના ચેપોની સંખ્યામાં વધારો થઈ શકે તેવું હોવાથી, આ ડોઝ કોવિડ -19 (COVID-19) સાથે હોસ્પિટલમાં દાખલ થવાના તમારા જોખમને ઘટાડવામાં મદદ કરશે. આ રસી હળવા કોવિડ -19 (COVID-19) ચેપ સામે અમુક સુરક્ષા પૂરી પાડી શકે પણ આવી સુરક્ષા લાંબા સમય સુધી ચાલતી નથી.

પાનખર કાર્યક્રમની સમયગણના

તમને સપ્ટેમ્બર અને ડિસેમ્બરની વચ્ચે એપોઇન્ટમેન્ટ ઓફર કરવી જોઈએ, જેમાં સૌથી વધારે જોખમ ધરાવતા લોકોને પ્રથમ બોલાવવામાં આવશે. તમારી રસીના છેલ્લા ડોઝના ઓછામાં ઓછા 3 મહિનાઓ પછી તમારે તમારી રસી લેવી જોઈએ.

જો તમે ફ્લૂ રસી માટે યોગ્યતા ધરાવતા હોય તો, તમે તે જ સમયે તેને મેળવી શકો – જો ના હોય તો કૃપા કરી કોઈ પણ રીતે આગળ વધો, તમે બીજી રસી મોડેથી મેળવી શકો છો.

તમને કઈ રસી ઓફર કરવામાં આવશે?

તમને ફાઇઝર (Pfizer), સનોફિ (Sanofi) અથવા મોડેર્ના (Moderna) દ્વારા બનાવવામાં આવેલ રસી આપવામાં આવશે.

આ રસીઓ અગાઉની ઝૂંબેશોમાં ઉપયોગમાં લેવામાં આવતી રસીના અધતન કરેલા સ્વરૂપો છે અને ઓમિક્રોનના (Omicron) અમુક તનાવો સામે એન્ટિબોડીના થોડા ઊંચા સ્તરનું ઉત્પાદન કરે છે.

આ શિયાળામાં કોવિડ -19 (COVID-19) ના કયા પ્રકારો ફરતા થશે તેની આપણે આગાહી કરી શકતા નથી, રસીકરણ અને રોગ પ્રતિરક્ષણ પરની સંયુક્ત સમિતિ (JCVI) એ તારણ કાઢ્યું છે કે આમાંની કોઈ પણ અધતન કરેલ બધી રસીઓનો ઉપયોગ પુખ્ત વયના લોકોમાં થઈ શકે.

તેથી તમને યોગ્ય સમયે તમારા માટે યોગ્ય રસી આપવામાં આવશે.

કૃપા કરી તમે સક્ષમ હો ત્યારે શક્ય હોય તેટલા વહેલા તમને ઓફર કરવામાં આવતી રસીકરણને સ્વીકારો - શિયાળા પહેલાં ગંભીર માંદગી સામે તમારું રક્ષણ વધારવા માટે તમારી રસી લેવી મહત્વપૂર્ણ છે.

કોણ પાનખરની રસીની ઓફર સ્વીકારી શકતા નથી

ઘણા ઓછા લોકો એવા છે જેઓએ આ રસી લેવી જોઈએ નહિ. જો તમને રસીના અગાઉના ડોઝ પર ગંભીર પ્રતિક્રિયા થઈ હોય તો તમારે તમારા ડોક્ટર સાથે આની ચર્ચા કરવી જોઈએ.

આડ અસરો

સામાન્ય આડ અસરો: તમારા અગાઉના ડોઝની જેમ, બધી કોવિડ-19 (COVID-19) રસીઓ માટે સામાન્ય આડ અસરો સરખી હોય છે, જેમાં આ પાનખરમાં ઉપયોગમાં લેવામાં આવતી સંયોજન રસીઓનો સમાવેશ થાય છે અને તેમાં સમાવેશ:

- તમે જ્યાં તમારું ઈંજેકશન લીધુ હતું તે હાથમાં પીડાદાયક, ભારે લાગવુ અને આળાપણુ હોય– આ રસી લીધા પછી 1 થી 2 દિવસોની આસપાસ સૌથી ખરાબ વલણ ધરાવે છે.
- થાક લાગવો
- માથાનો દુખાવો
- સામાન્ય દુખાવો અથવા હળવા ફ્લૂ- જેવા લક્ષણો

તમને સારું લાગવામાં મદદરૂપ બનવા તમે આરામ કરી શકો અને પેરાસિટામોલ લઈ શકો છો (પેકેજિંગમાં ડોઝની સલાહને અનુસરો).

જો કે રસીકરણના એક કે બે દિવસમાં તાવ આવી શકે, જો તમને કોઈ અન્ય કોવિડ -19 (COVID-19) લક્ષણો હોય અથવા તમારો તાવ લાંબા સમય સુધી ચાલે તો, ઘરે રહો અને તમને પરીક્ષણ કે ટેસ્ટ કરવાની જરૂર પડી શકે. રસીકરણ પછીના લક્ષણો સામાન્ય રીતે એક અઠવાડિયા કરતાં ઓછા સમય રહે છે. જો તમારા લક્ષણો વધારે ખરાબ થઈ રહ્યા હોય તેવું લાગે અથવા જો તમને ચિંતા હોય તો, તમે NHS 111 ને કોલ કરી શકો અથવા ટેક્સ્ટફોનના ઉપયોગ માટે 18001 111. તમે યલો કાર્ડ યોજના (Yellow Card scheme) મારફતે રસીઓ અને દવાઓની શંકાસ્પદ આડ અસરોનો પણ રિપોર્ટ કરી શકો.

ગંભીર આડ અસરો: ફાઈઝર (Pfizer) અને મોડેર્ના (Moderna) કોવિડ-19 (COVID-19) બન્ને રસીઓ હ્રદયના સોજાના કિસ્સાઓ (જેને માયોકાર્ડિટિસ અથવા પેરિકાર્ડિટિસ કહેવામાં આવે છે) ભાગ્યેજ રિપોર્ટ કરવામાં આવ્યા છે. આ કિસ્સાઓ મોટા ભાગે નાના પુરુષોમાં અને રસીકરણના કેટલાક દિવસોની અંદર જોવા મળ્યા છે. મોટાભાગના અસરગ્રસ્ત લોકોને આરામ અને સરળ સારવાર બાદ વધુ સારું લાગ્યું છે અને તેઓ ઝડપથી સ્વસ્થ થયા છે. તમારે તાત્કાલિક તબીબી સલાહ લેવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ જો, રસીકરણ પછી, તમે અનુભવો તો:

- છાતીમાં દુખાવો
- શ્વાસ લેવામાં તકલીફ
- ઝડપી ધબકારા, ફફડાટ કરતુ અથવા હ્યદય ધબકતુ હોવાનું લાગે

જો તમને કોઈ પણ અગાઉના ડોઝ પછી ગંભીર આડઅસરો થઈ હોય તો તમને વધારે રસીકરણ ટાળવા અથવા વિલંબ કરવાની સલાહ આપવામાં આવી શકે. તમારે આની તમારા ડોક્ટર અથવા નિષ્ણાત સાથે ચર્ચા કરવી જોઈએ. આડ અસરોની કેવી રીતે રિપોર્ટ કરવો તે જોવા માટે કૃપા કરી પત્રિકાનું પાછળનું પાનું જુઓ.

શું તમને રસી લીધા પછી હજી પણ કોવિડ -19 (COVID-19) થઈ શકે?

કોવિડ -19 (COVID-19) રસી આ શિયાળામાં કોવિડ -19 (COVID-19) થી ગંભીર રીતે અસ્વસ્થ થવાની સંભાવનાને ઘટાડશે. તમારા શરીરને રસીમાંથી અમુક વધારાની સુરક્ષા બનાવવામાં થોડા દિવસો લાગી શકે. બધી દવાઓની જેમ, કોઈ પણ રસી સંપૂર્ણપણે અસરકારક હોતી નથી - થોડાક લોકોને રસીકરણ લીધા હોવા છતાં પણ કોવિડ -19 (COVID-19) થઈ શકે, પણ કોઈ પણ ચેપ ઓછો ગંભીર હોવો જોઈએ.

જો તમે તમારી બધી રસીઓ લીધી ન હોય તો

જો તમે પહેલાં રસી લીધી ન હોય અથવા જો તમે અગાઉના બૂસ્ટર ચૂકી ગયા હો તો પણ તમારે આગળ વધવું જોઈએ - તમારે બીજા ડોઝની જરૂર રહેશે નહિ.

જો તમારી પાસે કોવિડ -19 (COVID-19) નું પોઝિટિવ કે હકારાત્મક પરિણામ હોય તો, તમે પાનખરમાં તમારું રસીકરણ ક્યારે લઈ શકો?

જો તમે અસ્વસ્થ હો તો, તમારી રસી લેવા માટે તમે સ્વસ્થ થઈ જાઓ ત્યાં સુધી રાહ જુઓ. કોવિડ -19 (COVID-19) થયા પછી ચાર અઠવાડિયા રાહ જોવાની જરૂર નથી, જો તમે સ્વસ્થ હો તેવી શરત. જો તમને લાગે કે તમે બીજાઓ માટે ચેપી હોઈ શકો તો તમારે રસીની એપોઇન્ટમેન્ટમાં હાજરી આપવી જોઈએ નહિ.

વધારે માહિતી

વધારે માહિતી માટે તમે નીચેની કોવિડ-19 (COVID-19) માર્ગદર્શિકાઓ વાંચી શકો છો

કોવિડ-19 (COVID-19) રસીકરણ: બાળકને જન્મ આપનાર ઉંમરની, હાલમાં સગર્ભા અથવા સ્તનપાન કરાવતી મહિલાઓ

કોવિડ-19 (COVID-19) રસીકરણો – નબળુ રોગ પ્રતિકારક તંત્ર ધરાવતા લોકો માટે માર્ગદર્શિકા

મુલાકાત લો **કોરોનવાઈરસ બૂસ્ટર રસીકરણ** ની NHS.UK પર.

રસીકરણ પછી શું અપેક્ષા રાખવી તેની માહિતી પત્રિકાડાઉનલોડ અથવા ઓર્ડર કરવા માટે મળી રહે છે.

સંભવિત આડ અસરો સહિત, તમારી રસી વિષેની વધારે વિગતો માટે યૂકેના (UK) **ફાઈઝર (Pfizer), મોડેર્ના (Moderna) અથવા સનોફિ (Sanofi) રસીઓ** પ્રાપ્ત કરનારાઓ માટે ઉત્પાદનની માહિતી પત્રિકાઓ વાંચો.

તમે યલો કાર્ડ વેબસાઈટ પર (Yellow Card website) અથવા 0800 731 6789 (સોમવાર થી શુક્રવાર સવારના 9 થી સાંજના 5 વાગ્યા) પર કોલ કરીને અથવા યલો કાર્ડ એપ્પ (Yellow Card app) ડાઉનલોડ કરીને પણ શંકાસ્પદ આડ અસરોનો રિપોર્ટ કરી શકો.

www.mhra.gov.uk/yellowcard

ખૂબ જ ઓછી સંખ્યાના લોકો માટે તમારા ડોક્ટર દ્વારા બીજી રસીની બનાવટની સલાહ આપવામાં આવી શકે.

© Crown copyright 2023. UK Health Security Agency gateway number: 2023-305.
Product Code: C23ACVGU Gujarati. 1P 3M AUG 2023 (APS)

આ પત્રિકા અલ્બેનિયન, અરેબિક, બંગાળી, બલ્ગેરિયન, ચાઈનીઝ, ચાઈનીઝ (સરળ), એસ્ટોનિયન, હિન્દી, ઇટાલિયન, ગુજરાતી, લેટવિયન, લિથુનિયન, પોલિશ, પંજાબી, પશ્ટો, રશિયન, સ્પેનિશ, સોમાલી, ટર્કિશ, ટ્રિગ્રિન્યા, યુક્રેનિયન, ઊર્દૂ અને યોરુબામાં અનુવાદિત વૃતાંત તરીકે પણ ઓફર કરવામાં આવે છે. તે BSL વિડિઓ, અંધલિપિ અને મોટા છાપેલા અક્ષરો તરીકે મળી રહે છે. કૃપા કરી **www.healthpublications.gov.ukની મુલાકાત લો** અથવા વધારે નકલો ઓર્ડર કરવા માટે 0300 123 1002 ને કોલ કરો