UK Health Security Agency

NHS CARE

ਕੋਵਿਡ-19 ਪਤਝੜ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲਈ ਇੱਕ ਗਾਈਡ

ਕੋਰੋਨਵਾਇਰਸ (COVID-19) ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਇੱਕ ਖੁਰਾਕ ਇਸ ਪਤਝੜ ਵਿੱਚ 65 ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ, ਬਜ਼ੁਰਗ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਬਣੇ ਦੇਖਭਾਲ ਘਰਾਂ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ, ਕਲੀਨਿਕਲ ਜੋਖਮ ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ 6 ਮਹੀਨੇ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ, ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਦੇਖਭਾਲ ਸਟਾਫ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਨੈਸ਼ਨਲ ਬੁਕਿੰਗ ਸੇਵਾ ਤੋਂ ਜਲਦੀ ਹੀ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹੋਣਗੀਆਂ।

ਕਿਸ ਨੂੰ ਪਤਝੜ ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ?

ਕੋਵਿਡ-19 ਬਜ਼ੁਰਗ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਕੁਝ ਅੰਤਰੀਵ ਸਿਹਤ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਗੰਭੀਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਰਦੀਆਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਉਮੀਦ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕੋਵਿਡ-19 ਅਤੇ ਫਲੂ ਸਮੇਤ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆ ਸਾਹ ਦੀਆਂ ਲਾਗਾਂ ਉੱਚ ਪੱਧਰਾਂ 'ਤੇ ਫੈਲ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ - ਇਸ ਨਾਲ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ 'ਤੇ ਦਬਾਅ ਵਧ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ, 65 ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕ, ਦੇਖਭਾਲ ਘਰਾਂ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ, ਅਤੇ ਕਲੀਨਿਕਲ ਜੋਖਮ ਸਮੂਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ 6 ਮਹੀਨੇ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪਤਝੜ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਕੋਵਿਡ -19 ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਇੱਕ ਖੁਰਾਕ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ।

ਇੱਕ ਖੁਰਾਕ ਦੀ ਫਰੰਟਲਾਈਨ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਦੇਖਭਾਲ ਸਟਾਫ, ਜੋ ਕਮਜ਼ੋਰ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਅਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਸਰੀਰ ਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਨੂੰ ਵੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ, ।

ਪਤਝੜ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਗਿਆ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 ਲਾਗ ਦੀਆਂ ਜਟਿਲਤਾਵਾਂ ਦੇ ਉੱਚ ਜੋਖਮ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸ਼ਾਇਦ ਕੁਝ ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੋਂ ਟੀਕਾਕਰਨ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਕਿਉਂਕਿ ਸਰਦੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕੋਵਿਡ-19 ਲਾਗਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵੱਧ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਖੁਰਾਕ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਕਾਰਨ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲੇਗੀ। ਵੈਕਸੀਨ ਹਲਕੀ ਕੋਵਿਡ-19 ਲਾਗ ਤੋਂ ਕੁਝ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ ਪਰ ਅਜਿਹੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀ।

ਪਤਝੜ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਾ ਸਮਾਂ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਤੰਬਰ ਅਤੇ ਦਸੰਬਰ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਜੋਖਮ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਬੁਲਾਇਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਆਖਰੀ ਖੁਰਾਕ ਤੋਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 3 ਮਹੀਨੇ ਬਾਅਦ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਸੇ ਸਮੇਂ ਲੈਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ – ਜੇਕਰ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਅੱਗੇ ਵਧੋ, ਤੁਸੀਂ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਦੂਜੀ ਵੈਕਸੀਨ ਨੂੰ ਲਗਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਹੜੀ ਵੈਕਸੀਨ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ?

ਤੁਹਾਨੂੰ Pfizer, Sanofi ਜਾਂ Moderna ਦੁਆਰਾ ਬਣਾਇਆ ਗਿਆ ਟੀਕਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਵੈਕਸੀਨ ਪਿਛਲੀਆਂ ਮੁਹਿੰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਵਰਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੇ ਅੱਪਡੇਟ ਰੂਪ ਹਨ ਅਤੇ ਓਮਾਈਕਰੋਨ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਐਂਟੀਬਾਡੀ ਦੇ ਥੋੜ੍ਹੇ ਉੱਚੇ ਪੱਧਰ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਅਸੀਂ ਇਹ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਨਹੀਂ ਲਗਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਰਦੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਕਿਹੜੇ ਰੂਪ ਪ੍ਰਸਾਰਿਤ ਹੋਣਗੇ, ਟੀਕਾਕਰਨ ਅਤੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਬਾਰੇ ਸੰਯੁਕਤ ਕਮੇਟੀ (Joint Committee on Vaccination and Immunisation, JCVI) ਨੇ ਸਿੱਟਾ ਕੱਢਿਆ ਹੈ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਅੱਪਡੇਟ ਕੀਤੇ ਗਏ ਟੀਕਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਬਾਲਗਾਂ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਹੀ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਹੀ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

> ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਜਿਵੇਂ ਹੀ ਤੁਸੀਂ ਯੋਗ ਹੋਵੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਟੀਕਾਕਰਨ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰੋ - ਸਰਦੀਆਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਤੁਹਾਡੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣਾ ਟੀਕਾਕਰਨ ਲੈਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।

ਜੋ ਪਤਝੜ ਵਿੱਚ ਲੱਗਣ ਵਾਲੇ ਟੀਕੇ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਲਗਵਾ ਸਕਦਾ

ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਲੋਕ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਟੀਕਾ ਨਹੀਂ ਲਗਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਪਿਛਲੀ ਖੁਰਾਕ ਪ੍ਰਤੀ ਗੰਭੀਰ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਹੋਈ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ

ਆਮ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ: ਤੁਹਾਡੀ ਪਿਛਲੀ ਖੁਰਾਕ ਵਾਂਗ, ਆਮ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਸਾਰੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਟੀਕਿਆਂ ਲਈ ਇੱਕੋ ਜਿਹੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਇਸ ਪਤਝੜ ਵਿੱਚ ਵਰਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਮਿਸ਼ਰਨ ਟੀਕੇ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਅਤੇ ਇਹ ਆਮ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਟੀਕਾ ਲਗਾਇਆ ਸੀ ਉਸ ਬਾਂਹ ਵਿੱਚ ਦਰਦਨਾਕ, ਭਾਰਾਪਣ ਅਤੇ ਕੋਮਲਤਾ ਹੋਣਾ - ਇਹ ਟੀਕੇ ਦੇ ਲਗਭਗ 1 ਤੋਂ 2 ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਖਰਾਬ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ਥਕਾਵਟ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ
- ਸਿਰ ਦਰਦ
- ਆਮ ਦਰਦ ਜਾਂ ਹਲਕੇ ਫਲੂ ਵਰਗੇ ਲੱਛਣ

ਤੁਸੀਂ ਆਰਾਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਪੈਰਾਸੀਟਾਮੋਲ (ਪੈਕੇਜਿੰਗ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਖੁਰਾਕ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ) ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਹਾਲਾਂਕਿ ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੇ ਇੱਕ ਜਾਂ ਦੋ ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਬੁਖਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਕੋਈ ਹੋਰ ਲੱਛਣ ਹਨ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੁਖਾਰ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਰਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਲੱਛਣ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇੱਕ ਹਫ਼ਤੇ ਤੋਂ ਘੱਟ ਸਮਾਂ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣ ਵਿਗੜਦੇ ਜਾਪਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਚਿੰਤਤ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ NHS 111 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਟੈਕਸਟਫੋਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਲਈ 18001 111 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਯੈਲੋ ਕਾਰਡ ਸਕੀਮ ਰਾਹੀਂ ਵੈਕਸੀਨ ਅਤੇ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਸ਼ੱਕੀ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਗੰਭੀਰ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ: ਫਾਈਜ਼ਰ ਅਤੇ ਮੋਡੇਰਨਾ ਕੋਵਿਡ-19 ਟੀਕਿਆਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦਿਲ ਦੀ ਸੋਜ ਦੇ ਮਾਮਲੇ (ਜਿਸ ਨੂੰ ਮਾਇਓਕਾਰਡਾਈਟਿਸ ਜਾਂ ਪੈਰੀਕਾਰਡਾਈਟਿਸ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਰਿਪੋਰਟ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ। ਇਹ ਕੇਸ ਜਿਆਦਾਤਰ ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਦੇ ਮਰਦਾਂ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੇ ਕਈ ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦੇਖੇ ਗਏ ਹਨ। ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਆਰਾਮ ਅਤੇ ਸਧਾਰਨ ਇਲਾਜਾਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬਿਹਤਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜਲਦੀ ਠੀਕ ਹੋ ਗਏ ਹਨ। ਜੇਕਰ, ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਅਨੁਭਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਡਾਕਟਰੀ ਸਲਾਹ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ:

- ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਦਰਦ
- ਸਾਹ ਚੜ੍ਹਨਾ
- ਤੇਜ਼ ਧੜਕਣ, ਧੜਕਣ ਜਾਂ ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਧੜਕਣ ਵਾਲੇ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ

ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਪਿਛਲੀ ਖੁਰਾਕ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੋਏ ਸਨ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਬਚਣ ਜਾਂ ਦੇਰੀ ਕਰਨ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਮਾਹਰ ਨਾਲ ਚਰਚਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਸੂਚਨਾ ਦੇਣ ਲਈ ਪਰਚੇ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਪਾਸੇ ਦੇਖੋ।

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਕੋਵਿਡ-19 ਨਾਲ ਲਾਗ ਗ੍ਰਸਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ?

ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਰਦੀਆਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਤੋਂ ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਘਟਾ ਦੇਵੇਗੀ। ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਤੋਂ ਕੁਝ ਵਾਧੂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਦਿਨ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਸਾਰੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਵਾਂਗ, ਕੋਈ ਵੀ ਵੈਕਸੀਨ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਨਹੀਂ ਹੈ - ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਟੀਕਾਕਰਨ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਵੀ ਕੋਵਿਡ-19 ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਕੋਈ ਵੀ ਲਾਗ ਘੱਟ ਗੰਭੀਰ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਾਰੇ ਟੀਕੇ ਨਹੀਂ ਲਗਵਾਏ ਹਨ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਟੀਕਾਕਰਨ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਜਾਂ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਪਿਛਲੇ ਬੂਸਟਰ ਤੋਂ ਖੁੰਝ ਗਏ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜੇ ਵੀ ਅੱਗੇ ਵਧਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ - ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਖੁਰਾਕ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਪਵੇਗੀ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਕੋਵਿਡ-19 ਨਤੀਜਾ ਪਾਜ਼ੀਟਿਵ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਪਤਝੜ ਵਾਲਾ ਟੀਕਾਕਰਨ ਕਦੋਂ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ?

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਹੋ, ਤਾਂ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਉਡੀਕ ਕਰੋ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣ ਲਈ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ। ਕੋਵਿਡ-19 ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਚਾਰ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਈ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਬਸ਼ਰਤੇ ਤੁਸੀਂ ਠੀਕ ਹੋਵੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਦੂਸਰਿਆਂ ਨੂੰ ਲਾਗ ਲਗਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣ ਦੀ ਮੁਲਾਕਾਤ 'ਤੇ ਨਹੀਂ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਹੇਠਾਂ ਕੋਵਿਡ-19 ਗਾਈਡ ਪੜ੍ਹ ਸਕਦੇ ਹੋ

ਕੋਵਿਡ-19 ਟੀਕਾਕਰਨ: ਬੱਚੇ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਦੀ ਉਮਰ ਦੀਆਂ ਔਰਤਾਂ, ਵਰਤਮਾਨ ਵਿੱਚ ਗਰਭਵਤੀ ਜਾਂ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ

ਕੋਵਿਡ-19 ਟੀਕੇ – ਕਮਜ਼ੋਰ ਸਰੀਰ ਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਗਾਈਡ

NHS.UK 'ਤੇ **coronavirus booster vaccination** 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰਨੀ ਹੈ ਬਾਰੇ ਇੱਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪਰਚਾ ਡਾਊਨਲੋਡ ਜਾਂ ਆਰਡਰ ਕਰਨ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਸੰਭਾਵਿਤ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਸਮੇਤ, ਆਪਣੀ ਵੈਕਸੀਨ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਵੇਰਵਿਆਂ ਲਈ **ਫਾਈਜ਼ਰ, ਮੋਡੇਰਨਾ ਜਾਂ ਸਨੋਫੀ ਵੈਕਸੀਨਾਂ** ਦੇ ਯੂਕੇ ਪ੍ਰਾਪਤਕਰਤਾਵਾਂ ਲਈ ਬਣੇ ਉਤਪਾਦ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪਰਚੇ ਪੜ੍ਹੋ।

ਤੁਸੀਂ ਯੈਲੋ ਕਾਰਡ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਂ 0800 731 6789 (ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਸਵੇਰੇ 9 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ) 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰਕੇ ਜਾਂ ਯੈਲੋ ਕਾਰਡ ਐਪ ਨੂੰ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰਕੇ ਸ਼ੱਕੀ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

www.mhra.gov.uk/yellowcard

ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਦੁਆਰਾ ਇੱਕ ਹੋਰ ਵੈਕਸੀਨ ਉਤਪਾਦ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

© Crown copyright 2023. UK Health Security Agency Gateway Number 2023-310.
Product code: C23ACVPAN Panjabi. 1P 3M AUG 2023 (APS)

ਇਹ ਪਰਚਾ ਅਲਬਾਨੀਅਨ, ਅਰਬੀ, ਬੰਗਾਲੀ, ਬਲਗੇਰੀਅਨ, ਚੀਨੀ, ਚੀਨੀ (ਸਰਲੀਕ੍ਰਿਤ), ਇਸਟੋਨੀਅਨ, ਹਿੰਦੀ, ਇਤਾਲਵੀ, ਗੁਜਰਾਤੀ, ਲਾਤਵੀਅਨ, ਲਿਥੁਆਨੀਅਨ, ਪੋਲਿਸ਼, ਪੰਜਾਬੀ, ਪਸ਼ਤੋ, ਰੂਸੀ, ਸਪੈਨਿਸ਼, ਸੋਮਾਲੀ, ਤੁਰਕੀ, ਟਿਗਰਿਨਿਆ, ਯੂਕਰੇਨੀ, ਉਰਦੂ ਅਤੇ ਯੋਰੂਬਾ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦਿਤ ਸੰਸਕਰਣ ਵਜੋਂ ਵੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਇੱਕ BSL ਵੀਡੀਓ, ਬਰੇਲ ਅਤੇ ਵੱਡੇ ਪ੍ਰਿੰਟ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਹੋਰ ਕਾਪੀਆਂ ਮੰਗਵਾਉਣ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ www.healthpublications.gov.uk 'ਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ 0300 123 1002 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।