

ਮਨਿਸਟਰੀ ਆਫ ਹੈਲਥ (ਸਿਹਤ ਮੰਤਰਾਲਾ)

## ਕੋਵਿਡ-19 ਦਾ ਵੈਕਸੀਨ ਲੱਗਣ ਬਾਅਦ

ਸੰਸਕਰਨ 2.0, 29 ਮਾਰਚ 2021

### ਅਗਲੇ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਦੌਰਾਨ ਮੈਂ ਕਿਸ ਚੀਜ਼ ਦੀ ਉਮੀਦ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

- ਆਮ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਮਾੜੇ ਅਸਰਾਂ (ਸਾਈਡ ਇਫੈਕਟਸ) ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ: ਟੀਕਾ ਲਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਦਰਦ, ਲਾਲੀ ਅਤੇ ਸੋਜ, ਥਕੇਵਾਂ, ਸਿਰ ਦਰਦ, ਪੱਠਿਆਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਠੰਢ ਲੱਗਣਾ, ਜੋੜਾਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਅਤੇ ਹਲਕਾ ਬੁਖਾਰ।
- ਗੰਭੀਰ ਮਾੜੇ ਅਸਰ (ਸਾਈਡ ਇਫੈਕਟਸ) ਘੱਟ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਟੀਕਾ ਲੱਗਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤਿੰਨ ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ ਅੱਗੇ ਦਿੱਤੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਦੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਵਿੱਚ ਜਾਉ: ਛਪਾਕੀ, ਤੁਹਾਡੇ ਚਿਹਰੇ ਜਾਂ ਮੂੰਹ 'ਤੇ ਸੋਜ, ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਿਲ, ਰੰਗ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪੀਲਾ ਪੈ ਜਾਣਾ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨੀਂਦ ਆਉਣਾ, ਤੇਜ਼ ਬੁਖਾਰ (40 ਡਿਗਰੀ ਸੈਲਸੀਅਸ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ) ਹੋਣਾ, ਵੱਟ ਜਾਂ ਕੜਵੱਲ ਪੈਣੇ ਜਾਂ ਮਿਰਗੀ ਦਾ ਦੌਰਾ ਪੈਣਾ ਜਾਂ ਹੋਰ ਗੰਭੀਰ ਲੱਛਣ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋਣੇ (ਜਿਵੇਂ ਅੰਗਾਂ ਵਿੱਚ "ਸੂਈਆਂ ਦੀ ਚੁਭਣ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣਾ" ਜਾਂ ਅੰਗਾਂ ਦਾ ਸੌਂ ਜਾਣਾ)
- ਐਸਟਰਾਜੈਨਕਾ/ਕੋਵੀਸ਼ੀਲਡ ਵੈਕਸੀਨ ਦਾ ਸੰਬੰਧ ਇਕ ਬਹੁਤ ਹੀ ਵਿਰਲੇ ਮਾੜੇ ਅਸਰ (ਸਾਈਡ ਇਫੈਕਟ) ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ-ਇੰਡਿਊਸਡ ਪ੍ਰੋਥੋਥਿਓਬਿਕ ਇਮਿਊਨ ਥੋਬੋਸਾਈਟੋਪੀਨੀਆ (ਵੀ ਆਈ ਪੀ ਆਈ ਟੀ) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਟੀਕਾ ਲੱਗਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ ਅੱਗੇ ਦਿੱਤੇ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਲੱਛਣ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਇਕਦਮ ਡਾਕਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਵੋ: ਸਾਹ ਐੱਖਾ ਆਉਣਾ, ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਹੋਣਾ, ਕਿਸੇ ਬਾਂਹ ਜਾਂ ਲੱਤ 'ਤੇ ਸੋਜ ਪੈਣਾ ਜਾਂ ਬਾਂਹ ਜਾਂ ਲੱਤ ਦਾ ਠੰਢਾ ਪੈ ਜਾਣਾ, ਢਿੱਡ ਵਿੱਚ ਲਗਾਤਾਰ ਦਰਦ ਹੋਣਾ, ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਂ ਬਦਤਰ ਸਿਰਦਰਦ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਧੁੰਦਲਾ ਦਿਖਾਈ ਦੇਣਾ, ਜਾਂ ਛੋਟੇ ਛੋਟੇ ਨੀਲ ਪੈ ਜਾਣੇ, ਲਾਲ ਜਾਂ ਜਾਮਣੀ ਚਟਾਕ ਪੈ ਜਾਣੇ ਜਾਂ ਚਮੜੀ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਖੂਨ ਦੇ ਛਾਲੇ ਉਭਰ ਆਉਣੇ।

### ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਅਜੇ ਵੀ ਕੋਵਿਡ-19 ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਦੇ ਉਪਾਵਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦੇ ਰਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

- ਵੈਕਸੀਨ ਕੋਵਿਡ-19 ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਕਰਨ ਦਾ ਇਕ ਵਾਧੂ ਢੰਗ ਹੈ। ਕੋਵਿਡ-19 ਦੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਖੁਰਾਕ (ਡੋਜ਼) ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣ, ਦੂਸਰੇ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰੀ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋਣ ਵਰਗੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਉਪਾਵਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦੇ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਜੇ ਲੱਛਣ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋਣ ਤਾਂ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉ।

## ਮੈਂ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਆਪਣੀ ਦੂਸਰੀ ਖੁਰਾਕ ਲਈ ਕਦੋਂ ਵਾਪਸ ਆਵਾਂ?

- ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀਆਂ ਦੋ ਖੁਰਾਕਾਂ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਜੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਪਹਿਲੀ ਖੁਰਾਕ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਲਿਨਿਕ ਜਾਂ ਬੁਕਿੰਗ ਸਿਸਟਮ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਅਨੁਸਾਰ ਆਪਣੀ ਦੂਸਰੀ ਖੁਰਾਕ ਜ਼ਰੂਰ ਲੈਣੀ। ਆਪਣੀ ਦੂਸਰੀ ਅਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਸਮੇਂ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਉਹ ਰਸੀਦ ਲੈ ਕੇ ਆਉਣੀ ਜਿਹੜੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅੱਜ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ।