

آنچه را که باید در مورد وعده ملاقات واکسین کووید-19 بدانید

نسخه 2.0 مارچ 29، 2021

یادداشت: سند هذا نسخه تجدید شده و مجموعه اسنادی است که قبلاً زیر عنوان "قبل از وعده ملاقات واکسین کووید-19 چه را باید بدانید" و "ورقه معلوماتی مراقبت ها بعد از واکسین" تهیه شده بود.

سند هذا صرف معلومات مقدماتی را ارائه مینماید و بمنظور ارائه مشوره های طبی، تشخیص و یا معالجه و یا هم فراهم نمودن مشوره های حقوقی، تهیه نشده است.

شما برای گرفتن واکسین کووید-19 واجد شرایط شناخته شده اید. این سند را بخوانید تا در مورد آنچه که از وعده ملاقات خویش انتظار دارید، بدانید.

آماده گی برای گرفتن واکسین کووید-19

در وعده ملاقات خویش، چه را باید با خود بیاورم؟

- کارت صحت/کارت پلان بیمه صحتی اونتاریو (OHIP). اگر شما کارت پلان بیمه صحتی اونتاریو (OHIP) را ندارید، نوع دیگر کارت شناسایی معتبر دولتی مانند لایسنس راننده گی، پاسپورت، کارت شناسایی و یا کارت دیگر صحتی که از سوی مقامات ولایتی صادر شده است را با خود بیاورید. اگر کارت پلان بیمه صحتی اونتاریو ندارید، هنوز هم میتوانید واکسین را دریافت نمایید.
- اگر کارت واکسین نزدتان موجود است، آنرا با خود بیاورید تا دوز های واکسین کووید-19 شما در آن درج گردد
- فورمه الرجی یا حساسیت، در صورت ضرورت
- هر وسیله کمکی دیگر که ممکن نیاز داشته باشید (مانند سکوتر، چوکی تایر دارد معیوبین، عصای دست) و یا وسایل سرگرمی (مانند تلفون موبایل، کتاب و غیره)
- عینک برای خواندن کتاب/آله شنوایی، در صورت ضرورت
- ماسک
- شخص کمکی، در صورت ضرورت (مانند ترجمان، شخص دیگری که در جریان تطبیق واکسین شما را کمک کند)

برای آماده گی به وعده ملاقات چه باید بکنم؟

- اگر در مورد سوابق صحتی یا حساسیت خویش سوال دارید، [ورقه معلوماتی واکسین](#) را بخوانید یا با داکتر فامیلی خویش در تماس شوید.
- ادویه جات خویشرا منظم بگیرید و غذای خویشرا طبق معمول بخورید. قبل از رفتن به کلینیک باید چیزی بخورید تا احساس ضعفیت هنگام گرفتن واکسین رخ ندهد.
- پیراهن کلانتر یا پیراهن سپورتی آزاد بپوشید تا کارمند صحتی واکسین را به ساده گی در بازوی شما تطبیق نماید.
- از محصولات خوش بو کننده استفاده نکنید.

- اگر **علایم کووید-19** دارید، باید از رفتن به کلینیک خودداری کنید. به کلینیک تیلفون نموده هدایات و رهنمود های صحی را تعقیب کنید.
- بیشتر از 10 دقیقه قبل از وعده ملاقات به کلینیک نروید تا از ازدحام جلوگیری شود.
- شما میتوانید قبل از زمان معین وعده ملاقات، بیرون از کلینیک منتظر باشید. مطابق هوا لباس بپوشید.

حین رسیدن به کلینیک چه را انتظار داشته باشیم؟

کارمندان خدمات مراقبت های صحی خیلی محتاط اند تا حین تطبیق واکسین، از پخش کووید-19 جلوگیری بعمل آید. کارمندان کلینیک احتیاط به خرج میدهند تا از صحت و مصونیت شما در جریان بازدید از کلینیک، اطمینان حاصل شود. اقدامات صحت عامه مانند رعایت فاصله اجتماعی، استفاده از مواد ضد عفونی کننده، پوشیدن ماسک در کلینیک رعایت خواهد شد. تمامی کارمندان مراقبت های صحی، مریضان، سایر کارمندان و بازدید کننده گان باید تدابیر صحت عامه را در داخل کلینیک رعایت کنند. لطفاً لوحه ها و هدایات نصب شده در کلینیک را بخوانید و از آن پیروی کنید.

- بمنظور تأیید وعده ملاقات، کارت پلان بیمه اونتریو OHIP یا کارت شناسای (یا اگر کارت پلان بیمه اونتریو OHIP را ندارید، هرکارت دیگر دولتی) را با خود داشته باشید.
- قبل از داخل شدن به کلینیک، از شما یکتعداد سوالات پرسیده خواهد شد تا در مورد اعراض و علایم احتمالی کووید-19 اطمینان حاصل گردد.
- از شما همچنان سوالات در مورد سوابق صحی (بگونه مثال حساسیت یا الرجی) پرسیده خواهد شد.
- در جریان مدتی که در داخل کلینیک هستید، از شما خواسته خواهد شد تا ماسک بپوشید، دست های خویشرا پاک کنید، و از دیگران (حد اقل 2 متر/6 فُت) فاصله بگیرید.
- از شما خواسته خواهد شد تا بعد از گرفتن واکسین برای مدت 15-30 دقیقه در داخل کلینیک بمانید تا از هرگونه تغییرات غیرمتوقعه صحی و یا حساسیت، نظارت بعمل آید.

اگر الرجی داشته باشیم چه خواهد شد؟

کارمند تطبیق واکسین در کلینیک در مورد حساسیت یا الرجی از شما میپرسد. برای معلومات بیشتر در مورد ترکیبات واکسین، بشمول پولیتیلین گلیکول، ترومیتامین و پولی سوربیت به [ورقه معلوماتی واکسین کووید - 19](#) مراجعه کنید.

- اگر شما در مقابل دوز قبلی واکسین کووید-19 و یا هر ترکیب دیگر واکسین (بشمول حساسیت شدید مانند انافیلکسیز) حساسیت نموده اید، باید قبل از گرفتن واکسین با متخصص الرجی/معافیت مشوره کنید تا از مصونیت گرفتن واکسین کووید-19 اطمینان حاصل گردد.
- اگر شما در ظرف 4 ساعت گذشته حساسیت نموده اید/و یا با تزریق واکسین یا ادویه ایکه حاوی ترکیب واکسین کووید-19 نمیباشد با انافیلکسیز روبرو شده اید، شما میتوانید واکسین کووید-19 را بگیرید. از شما خواسته خواهد شد تا برای مدت 30 دقیقه بعد از گرفتن واکسین، در داخل کلینیک بمانید.
- اگر قبلاً الرجی یا حساسیت/یا حالت انافیلکسیز را از مواد غذایی، دوا، مواد سمی یا زهری، لیتیکس و سایر مواد حساسیت زا تجربه نموده اید که با واکسین کووید-19 ارتباط ندارد، شما میتوانید واکسین کووید-19 را بگیرید. از شما خواسته خواهد شد تا برای مدت حد اقل 15 دقیقه بعد از گرفتن واکسین، در داخل کلینیک بمانید.
- اگر شما تکالیف حساسیتی مانند ریزش آب بینی، عطسه، خارش بینی و چشم ها، نفس تنگی و بخار صورت دارید، میتوانید واکسین را بگیرید. از شما خواسته خواهد شد تا برای مدت حد اقل 15 دقیقه بعد از گرفتن واکسین، در داخل کلینیک بمانید.

برای سفارشات مفصلتر در مورد افراد دارای حساسیت، لطفاً به سند رهنمودی [سفارشات واکسین برای اشخاص ویژه](#) مراجعه کنید.

اگر مشکلات صحی دیگر داشته باشم، چه باید بکنم؟

اگر شما حامله، مادر شیر ده هستید و یا حالت خود ایمنی (آتوایمیون) دارید و یا بعلت مریضی یا معالجه سیستم دفاعی یا ایمنی بدن شما غیرفعال شده، باید قبل از گرفتن واکسین با داکتر خویش مشوره کنید. برای معلومات بیشتر به سند رهنمودی [سفارشات واکسین برای افراد ویژه](#) مراجعه کنید. شما باید با داکتر خویش مشوره نمایید تا با در نظر داشت وضعیت صحی شما، مشخص شود که گرفتن واکسین برای شما لازم است یا خیر.

اگر ادویه رقیق ساختن خون استفاده میکنم، چه خواهد شد؟

اگر مشکل خونریزی دارید، جلدتان به ساده گی کبود میشود، و یا از ادویه رقیق ساختن خون (مثلاً وارفرین یا هیپارین) استفاده میکنید، میتوانید واکسین را بگیریید.

اگر در زمان گرفتن واکسین قبلی ضعف نموده باشم و یا از سوزن هراس داشته باشم، چه خواهد شد؟

اگر بعد از گرفتن واکسین یا عمل جراحی قبلی ضعف نموده اید، احساس گنسیت داشتید، و یا اگر از پیچکاری بی نهایت زیاد میترسید، هنوز هم باید واکسین را بگیریید. کارمند مراقبت های صحی کلینیک را در جریان قرار دهید تا کمک های لازم کمکی را برای شما مهیا نماید. شما میتوانید شخص دیگر را با خود بیاورید.

مراقبت های بعد از گرفتن واکسین کووید-19

بعد از گرفتن واکسین کووید-19 چه باید بکنم؟

- بعد از گرفتن واکسین، باید برای مدت 15 الی 30 دقیقه در داخل کلینیک بمانید تا در مورد حساسیت در مقابل واکسین اطمینان حاصل گردد. حساسیت اغلب رخ نمیدهد. کارمندان که واکسین را تطبیق میکنند، در مورد مهار نمودن حساسیت ها بخوبی آگاهی دارند. در صورت بمیان آمدن بخار روی جلد، پندیده گی صورت و دهن، مشکل تنفسی و یا احساس مریضی، کارمندان کلینیک را در جریان قرار دهید.
- اگر در داخل کلینیک هستید، ماسک خود را بپوشید و فاصله اجتماعی (2 متر/6 فُت) را رعایت نمایید.
- قبل از ترک نمودن کلینیک دست های خویش را با مواد ضد عفونی کننده حاوی الکل پاک کنید.
- بعد از گرفتن واکسین اگر احساس مریضی میکنید، از راندن هرگونه واسطه نقلیه (طوری که کارمند صحی هدایت داده است) برای مدت 15 الی 30 دقیقه خودداری کنید.
- اگر کسی شما را از کلینیک انتقال میدهد باید بعد از 15 دقیقه انتظار شما در داخل کلینیک، بیاید. شخص کمکی یا راننده شما باید هدایات کارمندان کلینیک را در مورد محل برداشتن شما رعایت نماید.

در چند روز آینده چه را انتظار داشته باشم؟

- شما ممکن با عوارض جانبی واکسین مواجه شوید. این عوارض جانبی در ظرف چند روز از بین میرود.
- عوارض جانبی معمول عبارت از درد، سرخی و پندیده گی ناحیه تطبیق واکسین میباشد. تکه سرد مرطوب روی ناحیه تطبیق واکسین میتواند درد را تسکین نماید.

- سایر علائم شامل احساس خستگی، سردرد، درد عضلات، احساس سردی در بدن، درد مفاصل و تب میباشد. در صورت ضرورت، ادویه جات تسکین درد و تب (مانند اسیتومینافین یا آیبو بروفین) موثر است.
- عوارض جانبی شدید بعد از گرفتن واکسین، نادر است. با آنهم، در صورت مواجه شدن با علائم شدید ذیل در ظرف سه روز بعد از گرفتن واکسین، فوراً به یکی از مراکز صحتی مراجعه نمایید و اگر شدیداً مریض هستید، به شماره 911 تماس بگیرید:
 - خارش جلد
 - پندیده گی صورت یا دهن
 - کوتاهی نفس
 - رنگ پریده گی و خواب آلوده گی شدید
 - تب بلند (بالتر از 40 درجه سانتی گرید)
 - تشنج یا گرفتگی
 - سایر علائم شدید (مانند بی حسی، خواب رفتگی و سوزن سوزن شدن جلد)
- واکسین نوع استرازنیکا/کوویشیلد با عوارض جانبی خیلی نادر ارتباط دارد که بنام **Vaccine-Induced Prothrombotic Immune Thrombocytopenia (VIPIT)** یاد میگردد. در صورت بروز یکی از حالات ذیل بعد از گرفتن این واکسین، لطفاً هرچه زودتر به یکی از مراکز صحتی مراجعه نمایید:
 - کوتاهی نفس
 - درد قفس سینه
 - پندیده گی یا احساس سردی در بازو یا پا
 - درد دوامدار بطن
 - سردرد شدید که در حال بدتر شدن باشد و یا خیره شدن دید چشم
 - چندین نقطه کوچک کبود روی جلد، نقطه های سرخ یا گلابی و یا آبله های خونی زیر پوست
- اگر بعد از گرفتن واکسین عوارض جانبی را تجربه نموده اید که باعث تشویش شما شده، با داکتر فامیلی خویش تماس بگیرید. شما همچنان میتوانید برای سوال و یا گزارش دادن هرگونه عکس العمل شدید، به **شعبه محلی صحت عامه** مراجعه نمایید.

آنچه را که بعد از گرفتن واکسین به یاد داشته باشید

- ماسک بپوشید، فاصله اجتماعی 2 متر را رعایت نمایید و تماس با اشخاص بیرون از خانواده را محدود/منع سازید.
- بعد از گرفتن واکسین کووید-19 علی الاقل برای مدت 28 روز از گرفتن هرگونه واکسین دیگر خودداری کنید (مگر اینکه داکتر شما آنرا لازم بداند).
- اگر در مدت 28 روز بعد از گرفتن واکسین میخواهید حامله شوید، با داکتر خویش صحبت کنید.
- این ورقه معلوماتی (یا کارت دیگر واکسیناسیون) و رسید چاپ شده واکسین کووید-19 خویشرا در محل محفوظ نگهدارید و آنرا در ملاقات های بعدی واکسین کووید-19 طوریکه در کلینیک واکسین به شما هدایت داده شد، با خود بیاورید.