कोविड-19 वैक्सीन

सार्वजनिक स्वास्थ्य - तथ्य पत्रक

वैक्सीन लगवाना सार्वजनिक स्वास्थ्य की सबसे महत्वपूर्ण उपलब्धियों में से एक है। वैक्सीन संक्रमण और बीमारियों के प्रसार को खत्म करने और नियंत्रित करने में मदद करती हैं। वैक्सीन आपके प्रतिरक्षा तंत्र को बीमारी पैदा करने वाले बैक्टीरिया और वायरस को पहचानने और उनसे लड़ने में मदद करती हैं।

कोविड-19 बीमारी क्या है?

कोविड-19 एक संक्रामक बीमारी है, जो SARS-CoV-2 वायरस के कारण होती है। यह वायरस खांसने, छींकने और बात करने जैसी गतिविधियों के ज़रिए एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति में फैल सकता है। वायरस युक्त किसी वस्तु को छूने और उसके बाद बिना साफ किए हाथों से अपने मुंह, नाक या आँखों को छूने से भी कोविड-19 फैल सकता है।

वायरस से संक्रमित ज़्यादातर लोगों को हल्की से मध्यम श्वसन संबंधी बीमारी होगी, लेकिन वायरस अलग-अलग लोगों को अलग-अलग तरह से प्रभावित कर सकता है। कुछ लोग गंभीर रूप से बीमार हो जाएंगे और उन्हें उपचार की ज़रूरत पड़ेगी। पहले से मौजूद चिकित्सा स्थितियों वाले लोगों को गंभीर बीमारी होने का खतरा अधिक होता है।

कोविड-19 वैक्सीन क्या है?

कोविड-19 वैक्सीन हमारे शरीर में एक ऐसा पदार्थ डालती है, जो कोविड-19 वायरस जैसा ही होता है, जिससे हमारी प्रतिरक्षा प्रणाली सक्रिय हो जाती है। इस तरह से हमारी प्रतिरक्षा प्रणाली वायरस से लड़ना सीख सकती है। इससे आपको भविष्य में कोविड-19 के संपर्क में आने की स्थिति में संक्रमण या गंभीर बीमारी से सुरक्षा मिल सकती है। इस्तेमाल की जाने वाली सभी कोविड-19 वैक्सीन कोविड-19 के कारण होने वाली गंभीर बीमारी को रोकने में कारगर हैं।

कोविड-19 वैक्सीन किसे लगवानी चाहिए?

पात्र मैनिटोबा निवासियों के लिए कोविड-19 वैक्सीन निःशुल्क उपलब्ध है। पात्रता मानदंड के लिए कृपया manitoba.ca/covid19/index.html पर जाएं। निम्नलिखित लोगों को खुराक मिलनी चाहिए:

- 65 वर्ष या उससे अधिक आयु के वयस्क
- दीर्घकालिक देखभाल गृहों और अन्य सामूहिक रहने की जगहों के निवासी
- पहले से मौजूद चिकित्सा स्थितियों वाले लोग, जिसके कारण उन्हें गंभीर कोविड-19 का खतरा अधिक है
- गर्भवती महिलाएं
- फ़र्स्ट नेशंस, मेटिस और इनुइट समुदायों में रहने वाले या उनसे आने वाले लोग
- नस्लीय और अन्य समानता के हकदार समुदायों के सदस्य
- वे लोग जो आवश्यक सामुदायिक सेवाएं प्रदान करते हैं

आपके स्वास्थ्य इतिहास के आधार पर, आपका स्वास्थ्य सेवा प्रदाता वैक्सीन की अधिक खुराकों की सिफारिश कर सकता है। आप फ्लू वैक्सीन के साथ ही कोविड-19 वैक्सीन लगवा सकते हैं।

कोविड-19 वैक्सीन किसे <u>नहीं</u> लगवानी चाहिए?

कोविड-19 वैक्सीन लगवाने से पहले अपने स्वास्थ्य सेवा प्रदाता से बात करें यदि आपको:

- कोविड-19 वैक्सीन की पिछली खुराक लेने के बाद एलर्जी वाली प्रतिक्रिया हुई थी
- वैक्सीन की किसी भी सामग्री (उदाहरण: पॉलीथाइलीन ग्लाइकॉल [PEG], ट्रोमेथामाइन [ट्रोमेटामोल या ट्रिस]) से एलर्जी वाली प्रतिक्रिया हुई थी
- मायोकार्डिटिस (हृदय की मांसपेशियों की सूजन) या पेरीकार्डिटिस (हृदय के बाहर की परत की सूजन) हुआ था
- मल्टीसिस्टम इंफ्लेमेटरी सिंड्रोम हुआ था (जिसे बच्चों में MIS-C और वयस्कों में MIS-A कहा जाता है)

तेज़ बुखार से पीड़ित किसी भी व्यक्ति को ठीक होने तक वैक्सीन नहीं लगवानी चाहिए। हल्की बीमारी से पीड़ित कोई भी व्यक्ति अभी भी वैक्सीन लगवा सकता है। वैक्सीन लगवाने से पहले ही आप कोविड-19 से बीमार हो सकते हैं। यदि ऐसा होता है, तो आपको वैक्सीन लगवाने का कम से कम तब तक इंतज़ार करना चाहिए, जब तक आप ठीक नहीं हो जाते।

कोविड-19 वैक्सीन के संभावित दुष्प्रभाव क्या हैं?

Health Canada गुणवत्ता और सुरक्षा की समीक्षा के आधार पर वैक्सीन को मंजूरी देता है। वैक्सीन लगाए जाने के स्थान पर दर्द, लालिमा या सूजन होना आम बात है। कोविड-19 वैक्सीन लगाए जाने के बाद लिम्फ

नोड में सूजन हो सकती है। कुछ बच्चों को बुखार, उनींदापन, चिड़चिड़ाहट, भूख की कमी या पेट की खराबी हो सकती है। ये मामूली प्रतिक्रियाएं आमतौर पर एक से दो दिन तक रहती हैं। आप बुखार या दर्द के लिए एसिटामिनोफेन (उदाहरण: Tylenol®) दे सकते हैं।

एसिटाइलसैलिसिलिक एसिड (जैसे, Aspirin®) बच्चों को <u>कभी नहीं</u> दी जानी चाहिए, क्योंकि इसके कारण रेये सिंड्रोम नामक गंभीर यकृत और मस्तिष्क रोग हो सकता है।

गंभीर एलर्जी वाली प्रतिक्रिया, वैक्सीनेशन का एक गंभीर परंतु अत्यंत दुर्लभ दुष्प्रभाव है। इसमें पित्ती, सांस लेने में कठिनाई या गले में और चेहरे पर सूजन शामिल हो सकती है। किसी भी वैक्सीन को लगवाने के बाद क्लिनिक में 15 मिनट तक रुकना आवश्यक होता है, ताकि आपकी या आपके बच्चे(बच्चों) की निगरानी की जा सके। यदि क्लिनिक से निकलने के बाद लक्षण होते हैं, तो 911 पर कॉल करें या तुरंत नज़दीकी आपातकालीन विभाग में जाएं।

मायोकार्डिटिस/पेरीकार्डिटिस (हृदय की मांसपेशियों/हृदय के आस-पास की परत की सूजन) बहुत ही दुर्लभ प्रतिक्रिया है, जो वैक्सीन लगाने के बाद उत्पन्न हो सकती है। इससे सांस लेने में तकलीफ, सीने में दर्द या तेज़ या असामान्य दिल की धड़कन महसूस हो सकती है। जिन लोगों को ये लक्षण हुए, उनमें से ज़्यादातर लोगों को ये लक्षण वैक्सीन लगवाने के 7 दिनों के भीतर ही हुए। यदि आपको इनमें से कोई भी लक्षण होता है, तो नज़दीकी आपातकालीन विभाग या स्वास्थ्य केंद्र में जाएं। आपको कोविड-19 से मायोकार्डिटिस/पेरीकार्डिटिस हो सकता है। कोविड-19 वैक्सीन के कारण होने वाला मायोकार्डिटिस/पेरीकार्डिटिस, कोविड-19 बीमारी के कारण इसके होने की तुलना में बहुत हल्का होता है।

कृपया किसी भी गंभीर या अप्रत्याशित दुष्प्रभाव की सूचना स्वास्थ्य सेवा प्रदाता को दें।

आपकी सुरक्षा का रिकॉर्ड

सभी वैक्सीन मैनिटोबा के वैक्सीन रजिस्ट्री में व्यक्ति के वैक्सीन रिकॉर्ड में दर्ज किए जाते हैं।

यह रजिस्ट्री:

- आपके स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता को यह पता लगाने में सक्षम बनाती है कि आपको या आपके बच्चे(बच्चों) को कौन से वैक्सीन लगे हैं,
- वैक्सीन रिकॉर्ड बनाने और उन टीकों के बारे में आपको सूचित करने में सहायक होती है जिन्हें आपने समय पर नहीं लगवाया है,
- सार्वजनिक स्वास्थ्य अधिकारियों को रोग की रोकथाम में वैक्सीन की प्रभावशीलता की निगरानी करने में समर्थ बनाती है।

आप forms.gov.mb.ca/immunization-update-request के माध्यम से ऑनलाइन अनुरोध जमा करके अपना वैक्सीन रिकॉर्ड प्राप्त कर सकते हैं। आपका वैक्सीन रिकॉर्ड आपको डाक से भेजा जाएगा।

आप निम्न तरीकों से भी इसकी एक प्रति प्राप्त कर सकते हैं:

- अपने स्थानीय सार्वजनिक स्वास्थ्य कार्यालय से संपर्क करके; या
- यह जांच करके कि क्या आपका स्थानीय चिकित्सा क्लिनिक या चिकित्सक का कार्यालय आपको यह उपलब्ध करा सकता है; या
- स्थानीय नर्सिंग स्टेशन या स्वास्थ्य केंद्र पर पूछकर।

सार्वजनिक स्वास्थ्य कार्यालयों की सूची के लिए कृपया यहां जाएं:
manitoba.ca/health/publichealth/offices.html

Personal Health Information Act (व्यक्तिगत स्वास्थ्य सूचना अधिनियम) आपकी और/या आपके बच्चे(बच्चों) की जानकारी की रक्षा करता है। आप अपनी और/या अपने बच्चे(बच्चों) की व्यक्तिगत स्वास्थ्य जानकारी को स्वास्थ्य सेवा प्रदाताओं की नज़र से छिपा सकते हैं। अधिक जानकारी के लिए, कृपया manitoba.ca/health/publichealth/surveillance/phims.html देखें या सार्वजनिक स्वास्थ्य नर्स से बात करने के लिए अपने स्थानीय सार्वजनिक स्वास्थ्य कार्यालय से संपर्क करें।

कोविड-19 रोग और वैक्सीनों के बारे में अधिक जानकारी के लिए:

- अपने स्वास्थ्य सेवा प्रदाता से बात करें; या
- विनीपेग में Health Links - Info Santé को 204-788-8200 पर; मैनिटोबा में किसी भी अन्य जगह पर टोल फ्री नंबर 1-888-315-9257 पर कॉल करें; या
- यहां जाएं:

  मैनिटोबा की कोविड-19 वेबसाइट:
  manitoba.ca/covid19/index.html

  मैनिटोबा के टीकाकरण कार्यक्रम की वेबसाइट:
  gov.mb.ca/health/publichealth/cdc/div/index.html

  Health Canada की कोविड-19 वेबसाइट:
  canada.ca/en/public-health/services/diseases/coronavirus-disease-covid-19.html

जुलाई 2024
MG-16091 (07/24)