

कोविड-19 mRNA वैक्सीनें

COVID-19 mRNA Vaccines

टीकाकरण ने पिछले 50 वर्षों में कनाडा में किसी भी अन्य स्वास्थ्य उपाय से अधिक जीवन बचाए हैं।

कोविड-19 वैक्सीनें क्या हैं?

कोविड-19 mRNA वैक्सीनें (मॉडर्ना और फाइज़र-बियोएनटेक), सिवियर अक्यूट रेस्पिरिटोरी सिंड्रोम कोरोनावायरस 2 (severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 (SARS-CoV-2)), जो COVID-19 का कारण बनता है, से संक्रमण के विरुद्ध रक्षा करती हैं। वैक्सीनें आपके शरीर में एंटीबॉडी का उत्पादन करने का कारण बनती हैं जो वायरस के संपर्क में आने से आपको बीमार होने से बचाने में मदद करेंगी। वैक्सीनें हेल्थ कैनेडा द्वारा अनुमोदित हैं।

वैक्सीनें किसको दी जानी चाहिएँ?

6 महीने और उससे अधिक उम्र के लोगों के लिए वैक्सीनें की सिफारिश की जाती है। वैक्सीनें उन लोगों के लिए विशेष रूप से महत्वपूर्ण हैं जिनमें संक्रमण या गंभीर बीमारी का खतरा अधिक है, जिनमें शामिल हैं:

- 65 वर्ष और उससे अधिक उम्र के लोग
- लॉन्ग-टर्म केयर सुविधाओं के निवासी
- अंतर्निहित चिकित्सीय स्थितियों वाले लोग
- गर्भवती लोग
- हेल्थकेयर श्रमिक
- फर्स्ट रिस्पॉन्डरज़ (पुलिस, अग्निशामक, एम्बुलेंस परिचारक)

बस्तीवाद के परिणामस्वरूप स्वास्थ्य संबंधी असमानताओं के कारण इन्डिजनस लोगों को कोविड-19 से गंभीर बीमारी का खतरा बढ़ सकता है।

वैक्सीन के लिए पंजीकरण कैसे करें, सहित अधिक जानकारी ब्रिटिश कोलंबिया सरकार की वेबसाइट www2.gov.bc.ca/gov/content/covid-19/translation/hi/register पर देखी जा सकती है।

यदि आपको कोविड-19 हुआ था, या हुआ हो सकता है, तो आपको अभी भी वैक्सीन लगवानी चाहिए। ऐसा इसलिए है क्योंकि हो सकता है की आप उस वायरस और/या वायरस के वेरिएंटों के प्रति इम्यून ना हों जो कोविड-19 का कारण बनते हैं और आप फिर से संक्रमित और बीमार हो सकते हैं।

वैक्सीनें कैसे दी जाती हैं?

वैक्सीनों को टीके द्वारा दिया जाता है। 5 वर्ष और उससे अधिक उम्र के लोगों को वैक्सीन की 1 खुराक लेनी चाहिए। 6 महीने से 4 साल की उम्र तक के बच्चों और कमजोर प्रतिरक्षा प्रणाली वाले लोगों को उनके टीकाकरण इतिहास के आधार पर 1 से अधिक खुराक की आवश्यकता हो सकती है। वैक्सीन की सभी अनुशंसित खुराकें प्राप्त करना कोविड-19 के खिलाफ आपकी सबसे अच्छी सुरक्षा है।

प्राप्त किए गए सभी टीकाकरणों का रिकॉर्ड रखना महत्वपूर्ण है।

वैक्सीनें के क्या लाभ हैं?

टीकाकरण, कोविड-19 जो एक गंभीर और कभी-कभी घातक बीमारी है, से बचाव के लिए सबसे अच्छा तरीका है। वैक्सीनें अस्पताल में भर्ती होने और मृत्यु सहित गंभीर कोविड-19 बीमारी के खिलाफ मजबूत सुरक्षा प्रदान करती है। कोविड-19 mRNA वैक्सीनें अन्य कोविड-19 वैक्सीनों की

तुलना में संक्रमण से बेहतर सुरक्षा प्रदान करती हैं। जब आप टीकाकरण करवाते हैं, तो आप दूसरों की भी रक्षा करने में मदद करते हैं, जिनमें वे लोग भी शामिल हैं जो वैक्सीन प्राप्त करने में असमर्थ हैं।

वैक्सीनों के बाद की संभावित प्रतिक्रियाएं क्या हैं?

वैक्सीनें बहुत सुरक्षित हैं। वैक्सीन प्राप्त करना कोविड-19 से ग्रस्त होने से कहीं अधिक सुरक्षित है। वैक्सीनें जीवित वायरस वाली वैक्सीनें नहीं हैं और आपको कोविड-19 नहीं दे सकतीं। वैक्सीनों के लिए सामान्य प्रतिक्रियाओं में वैक्सीन लगाए जाने वाले स्थान पर पीड़ा, लाली, सूजन और खुजलाहट शामिल हो सकती हैं। कई लोगों के लिए, यह प्रतिक्रियाएं वैक्सीन प्राप्त करने से 8 या उस से अधिक दिनों के बाद दिखाई दे सकती हैं। अन्य प्रतिक्रियाओं में थकान, सिरदर्द, बुखार, ठंड लगना, मांसपेशियों या जोड़ों का दर्द, बगल के नीचे सूजे हुए लिम्फ नोड (lymph nodes), मतली और उल्टीयां शामिल हो सकती हैं। बालक और छोटे बच्चे चिड़चिड़े, निद्रालु हो सकते हैं, और उनकी भूख कम हो सकती है। ये प्रतिक्रियाएं हल्की होती हैं और आम तौर पर 1 से 2 दिनों तक रहती हैं। यदि आपको वैक्सीन प्राप्त करने के बाद विकसित होने वाले किसी भी लक्षण के बारे में चिंता है, तो अपने स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से बात करें या सलाह के लिए **8-1-1** पर कॉल करें।

कोविड-19 mRNA वैक्सीनें प्राप्त करने के बाद, दिल की सूजन (मायोकार्डिटिस (myocarditis) और पेरिकार्डिटिस (pericarditis) के दुर्लभ केस रिपोर्ट किए गए हैं। इन्हें सबसे अधिक बार देखा गया:

- वैक्सीन की दूसरी खुराक के बाद जब खुराक के बीच का समय 8 सप्ताह से कम था
- 12-29 वर्ष की आयु के पुरुषों में
- मॉडर्ना वैक्सीन की अधिक खुराक के साथ

बुखार या पीड़ा के लिए एसिटामिनोफेन (उदाहरणार्थ टायलेनॉल®) या इबुप्रोफेन (उदाहरणार्थ एडविल®) ली जा सकती है। रे सिंड्रोम के जोखिम के कारण एएसए (उदाहरणार्थ एस्पिरिन®) 18 वर्ष से कम उम्र के किसी भी व्यक्ति को नहीं दी जानी चाहिए।

*6 महीने से कम उम्र के बच्चों को पहले अपने स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से बात किए बिना इबुप्रोफेन नहीं दी जानी चाहिए।

रे सिंड्रोम के बारे में जानकारी के लिए, [HealthLinkBC File #84 रे सिंड्रोम](#) देखें।

किसी भी वैक्सीन को प्राप्त करने के बाद 15 मिनट तक क्लिनिक में रहना महत्वपूर्ण है। एनाफिलेक्सिस नामक जीवन को खतरे में डालने वाली एलर्जिक प्रतिक्रिया की अत्यंत दुर्लभ संभावना है। यह वैक्सीन प्राप्त करने वाले एक मिलियन लोगों में से 1 से भी कम लोगों में होता है। लक्षणों में पित्ती (hives), सांस लेने में कठिनाई या गले, जीभ या होंठ में सूजन शामिल हो सकते हैं। यदि यह प्रतिक्रिया होती है, तो आपका स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता इसका इलाज करने के लिए तैयार है। आपातकालीन उपचार में एपिनेफ्रीन (एड्रेनालाईन) दिए जाना और एम्बुलेंस द्वारा निकटतम आपातकालीन विभाग में स्थानांतरण शामिल है। यदि लक्षण आपके क्लिनिक से जाने के बाद विकसित होते हैं, तो **9-1-1** या अपने स्थानीय आपातकालीन नंबर को कॉल करें।

गंभीर या अप्रत्याशित प्रतिक्रियाओं के बारे में हमेशा अपने स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता को बताएं।

कोविड-19 mRNA वैक्सीन लगवाने के बाद, आपसे वैक्सीन की सुरक्षा की निगरानी करने वाले अध्ययन में भाग लेने के लिए संपर्क किया जा सकता है। अध्ययन के बारे में अधिक जानने के लिए कृपया <https://canvas-network.ca> पर जाएं।

किसको वैक्सीन नहीं लगवानी चाहिए?

यदि आपको पॉलीइथीलीन ग्लाइकॉल (PEG), जो कि दोनों कोविड-19 mRNA वैक्सीनों में है, से गंभीर एलर्जी (एनाफिलेक्सिस) है, तो आपको वैक्सीन नहीं लगवानी चाहिए। PEG कुछ प्रसाधन सामग्रियों, त्वचा की देखभाल के उत्पादों, लैक्सेटिवज़, खांसी की दवाईयों और कोलोनोस्कोपी के लिए आंत्रों को तैयार करने वाले उत्पादों में पाया जा सकता है। PEG कुछ प्रसंस्कृत (परिवर्तित) खाद्य पदार्थों और पेयों में हो सकती है लेकिन खाद्य पदार्थों और पेयों में PEG से एनाफिलेक्सिस के कोई भी मामले रिपोर्ट नहीं किए गए हैं।

यदि आपको कोविड-19 वैक्सीन की पिछली खुराक के बाद एनाफिलेक्सिस हुआ था या अज्ञात कारण से एनाफिलेक्सिस हुआ था, तो अपने स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से बात करें।

क्या वैक्सीन प्राप्त करने से संबंधित विचार करने के लिए अतिरिक्ति चीज़ें हैं?

अपने स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से बात करें यदि:

- मोडर्ना या फाईज़र कोविड-19 वैक्सीन की आपकी पिछली खुराक के बाद किसी अन्य कारण की पहचान किए बिना एक चिकित्सक द्वारा आपका हृदय की सूजन (मायोकार्डिटिस या पेरीकार्डिटिस) का निदान किया गया था
- आपका कोविड-19 के बाद मल्टीसिस्टम इन्फ्लेमेटोरी सिंड्रोम का इतिहास है
- आपको कोविड-19 के लक्षण हैं

यदि आपको नई बीमारी है जो आपको आपकी नियमित गतिविधियों से रोक रही है, तो आपको ठीक हो जाने तक इंतजार करना चाहिए। यह

वैक्सीन के दुष्प्रभावों को आपकी बीमारी के बिगड़ने से फर्क बताने में मदद करेगा।

कोविड-19 क्या है?

कोविड-19 SARS-CoV-2 कोरोनावायरस के कारण होने वाला वायुमार्गों और फेफड़ों का संक्रमण है। कोविड-19 के लक्षणों में खांसी, सांस लेने में कठिनाई, बुखार, ठंड लगना, थकान और गंध या स्वाद की हानि शामिल हो सकते हैं। जबकि संभव है कि कोविड-19 वाले कुछ लोगों में कोई भी लक्षण नहीं हों या केवल हल्के लक्षण हों, अन्यो को अस्पताल में भर्ती करवाए जाने की आवश्यकता हो सकती है और उनकी मृत्यु हो सकती है। गंभीर बीमारी उन लोगों में ज़्यादा आम है जो अधिक उम्र के हैं और जिन्हें कुछ पुरानी स्वास्थ्य अवस्थाएँ जैसे मधुमेह, हृदय रोग या फेफड़ों की बीमारी हैं। कुछ लोगों के लिए, कोविड-19 के लक्षण कुछ हफ्तों या उस से अधिक तक के लिए रह सकते हैं। किसी व्यक्ति के स्वास्थ्य पर कोविड-19 के दीर्घकालिक प्रभाव अज्ञात हैं।

कोविड-19 कैसे फैलता है?

कोविड-19 का कारण बनने वाला वायरस एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति तक खांसने, छींकने, बात करने और गाने से फैलता है। यह वायरस वाली किसी वस्तु या सतह को छूने और फिर अपनी आंखों, नाक या मुंह को छूने से भी फैल सकता है।

कोविड-19 वैक्सीनों के बारे में अधिक जानकारी के लिए बीसीसीडीसी के कोविड -19 वैक्सीन पन्ने www.bccdc.ca/health-info/diseases-conditions/covid-19/covid-19-vaccine पर जाएँ।



और हेल्थलिंकबीसी फाइल विषयों के लिए, www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files पर या अपने स्थानीय पब्लिक हेल्थ युनिट के पास जाएँ। बी.सी. में गैर-एमर्जेंसी सेहत जानकारी तथा सलाह के लिए, www.HealthLinkBC.ca पर जाएँ या 8-1-1 पर फोन करें (टोल-फ्री)। बहरे और कम सुनने वालों के लिए, 7-1-1 पर फोन करें। अनुरोध पर 130 से अधिक भाषाओं में अनुवाद सेवाएं उपलब्ध हैं।