

ਆਪਣਾ COVID-19 ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਓ

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਧਿਆਨਪੂਰਵਕ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹਨ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਇਮਿਊਨਾਈਜ਼ਰ ਨੂੰ ਦੱਸੋ।

ਤੁਹਾਨੂੰ COVID-19 ਟੀਕੇ ਬਾਰੇ ਕੀ ਜਾਣਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ

- ਬੁਸਟਰ ਖੁਰਾਕ ਸਮੇਤ COVID-19 ਟੀਕੇ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੀਆਂ ਖੁਰਾਕਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ, ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ, ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਭਰਤੀ ਹੋਣਾ ਅਤੇ COVID-19 ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਨਾਲ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਮੌਤ ਤੋਂ ਮਜ਼ਬੂਤ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ COVID-19 ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੀ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਵਰਤਮਾਨ ਅਤੇ ਭਵਿੱਖ ਦੇ ਰੂਪਾਂ ਵਾਸਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਜਦੋਂ ਵੀ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਮਿਆਦ 'ਤੇ ਆਪਣੀ ਅਗਲੀ ਖੁਰਾਕ ਲਓ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਲਦੀ ਹੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਟੀਕਾ ਘੱਟ, ਨਿਊਨਤਮ ਅੰਤਰਾਲ 'ਤੇ ਵੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇੱਕ ਲੰਬੇ ਅੰਤਰਾਲ ਦੀ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਇੱਕ ਛੋਟੇ ਅੰਤਰਾਲ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਵਿੱਚ ਬਿਹਤਰ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਦੇ ਨਤੀਜਨ ਵਿਖਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ।



6 ਮਹੀਨੇ ਤੋਂ 11 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ:



- ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ COVID-19 ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੀਆਂ ਖੁਰਾਕਾਂ ਲੈਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਵਾਸਤੇ ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਬੁਨਿਆਦੀ ਮੈਡੀਕਲ ਸਥਿਤੀਆਂ ਹਨ।
- ਬੱਚਿਆਂ ਵਾਸਤੇ Pfizer ਅਤੇ Moderna COVID-19 ਟੀਕੇ ਬਾਲਗ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਛੋਟੀ ਖੁਰਾਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਘੱਟ ਖੁਰਾਕ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਬਾਲਗਾਂ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਜ਼ਬੂਤ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- ਛੇ ਮਹੀਨੇ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਉਸੇ ਸਮੇਂ ਦੂਜੇ ਟੀਕਿਆਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜਾਂ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ, ਆਪਣੀ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਟੀਕਾਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਬਾਰੇ ਵਿੱਚ ਸਰੋਤਾਂ ਅਤੇ ਰਣਨੀਤੀਆਂ ਸਮੇਤ ਵਾਧੂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਸਤੇ, halton.ca/COVIDvaccines4kids 'ਤੇ ਜਾਓ।

COVID-19 ਟੀਕਾ ਲੁਆਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ:

ਟੀਕਾ ਲੁਆਉਣ ਤੋਂ ਫ਼ੌਰਨ ਬਾਅਦ ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਤੁਸੀਂ ਠੀਕ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ **5-15 ਮਿੰਟ** ਲਈ ਉਡੀਕ ਕਰੋ। ਜੇ ਟੀਕੇ ਦੀ ਸੰਭਵ ਅਲਰਜੀ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ **30 ਮਿੰਟ** ਲਈ ਉਡੀਕ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਟੀਕਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਐਲਰਜੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਅਤੇ ਐਲਰਜੀ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਹੋਣ 'ਤੇ ਤੁਰੰਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਸਿਖਲਾਈ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਗੰਭੀਰ ਐਲਰਜੀ ਜਾਂ ਬੇਹੋਸ਼ੀ ਦਾ ਇਤਿਹਾਸ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਇਮਿਊਨਾਈਜ਼ਰ ਨੂੰ ਦੱਸੋ।



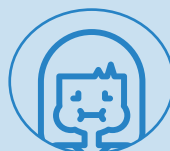
ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਹਰਾਰਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਜਾਂ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਹੋਏ ਹਨ, ਤਾਂ ਕਲਿਨਿਕ ਸਟਾਫ਼ ਨੂੰ ਦੱਸੋ:



ਛਪਾਕੀ
(ਚਮੜੀ 'ਤੇ
ਖ਼ਾਰਸ਼ ਵਾਲੇ
ਧੱਫੜ)



ਸਾਹ ਲੈਣ
ਵਿੱਚ
ਮੁਸ਼ਕਿਲ
ਹੋਣੀ



ਤੁਹਾਡੇ ਚਿਹਰੇ,
ਜੀਭ ਜਾਂ ਗਲੇ
ਦੀ ਸੋਜਸ਼



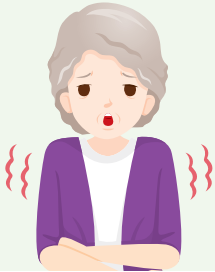
ਚੱਕਰ
ਆਉਣੇ

ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਮ ਲੱਛਣ:

ਜਿੱਥੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੀਕਾ ਲਾਇਆ ਗਿਆ ਸੀ, ਉਸ 'ਤੇ:

- ਪੀੜ, ਲਾਲੀ ਜਾਂ ਸੋਜ਼ਸ਼

ਨੋਟ: ਟੀਕਾ ਲਗਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਈ ਦਿਨ ਤਕ ਦਰਦ, ਲਾਲੀ ਅਤੇ ਸੋਜ਼ਸ਼ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਗੰਭੀਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਹੀ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਣਗੇ।

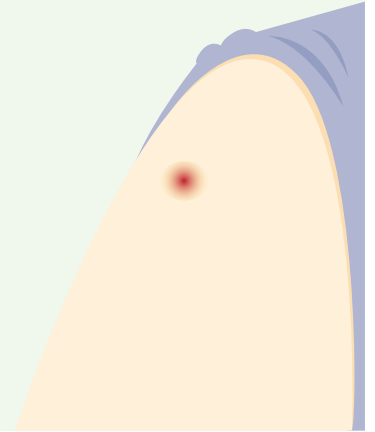


ਹੋਰ ਲੱਛਣ:

- ਬੁਖਾਰ
- ਠੰਡ ਲੱਗਣੀ
- ਥਕੇਵਾਂ
- ਸਿਰ-ਦਰਦ
- ਪੁੱਠੇ/ਜੋੜਾਂ ਦਾ ਦਰਦ

ਛੇ ਮਹੀਨੇ ਤੋਂ ਦੋ ਸਾਲ ਤੱਕ ਦੇ ਬੱਚੇ ਇਹ ਅਨੁਭਵ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਚਿੜਚਿੜਾਪਣ/ਰੋਣਾ
- ਨੀਂਦ ਨਾ ਆਉਣਾ
- ਭੁੱਖ ਨਾ ਲੱਗਣਾ



COVID-19 ਟੀਕੇ ਦੇ ਦੁਰਲਭ ਜੋਖਿਮ:

ਟੀਕੇ ਨਾਲ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਅਤੇ ਹੋਰ ਗੰਭੀਰ ਮਾੜੇ-ਅਸਰ ਵਿਚਲੇ ਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਅਸਮਾਨ ਹੁੰਦੇ ਹੋਏ ਵੀ, COVID-19 ਟੀਕਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅੱਗੇ ਦਿੱਤੇ ਲੱਛਣ ਵਿਕਸਿਤ ਹੋਣ ਦਾ ਛੋਟਾ ਜੋਖਿਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ: ਬੈਲ'ਜ਼ ਪਾਲਸੀ, ਮਾਇਓਕਾਰਡਿਟਿਸ/ਪੈਰਿਕਾਰਡਿਟਿਸ, ਏਨਾਫਿਲੇਕਸਿਸ ਜਾਂ ਮਲਟੀ-ਇੰਫਲੈਮੇਟਰੀ ਸਿੰਡਰੋਮ (MIS-C/A)। ਜੇ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਲੱਛਣ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਦੇ ਇੱਕ ਹਫ਼ਤੇ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਿਖਾਈ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣ ਗੰਭੀਰ ਹਨ, ਤਾਂ 911 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

- ਪਿੱਤ ਵਾਲੀ ਜਾਂ ਖਾਰਸ਼ ਵਾਲੀ ਚਮੜੀ
- ਚਿਹਰੇ ਜਾਂ ਮੂੰਹ 'ਤੇ ਸੋਜ਼ਸ਼
- ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਦਿੱਕਤ ਜਾਂ ਖਰਖਰਾਹਟ
- ਗੰਭੀਰ ਸੁਸਤੀ
- ਤੇਜ਼ ਬੁਖਾਰ (40°C ਤੋਂ ਵੱਧ)
- ਅਕੜਾਅ ਜਾਂ ਦੌਰੇ ਪੈਣੇ
- ਮਾਂਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਦੀ ਕਮਜ਼ੋਰੀ/ਚਿਹਰੇ 'ਤੇ ਕੁਝ ਮਹਿਸੂਸ ਨਾ ਹੋਣਾ
- ਸੀਨੇ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਸਾਹ ਦੀ ਤਕਲੀਫ਼ ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪਸੀਨਾ
- ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਨ ਤੇਜ਼ ਹੋਣੀ, ਦਿਲ ਧੱਕ-ਧੱਕ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਦਿਲ ਧੜਕਣਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣਾ
- ਹੋਰ ਗੰਭੀਰ ਲੱਛਣ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ "ਕੀੜੀਆਂ ਤੁਰਨੀਆਂ ਅਤੇ ਸੂਈਆਂ ਚੁਭਣੀਆਂ" ਜਾਂ ਸੁੰਨਪਨ)



COVID-19 ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ halton.ca/COVIDvaccines 'ਤੇ ਜਾਓ।