Australian Government

COVID-19 VACCINATION

ਆਪਣੇ ਸਪਾਈਕਵੈਕਸ (ਮੌਡਰਨਾ) COVID-19 ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ

ਆਖਰੀ ਵਾਰ ਅੱਪਡੇਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ: 2 ਸਤੰਬਰ 2021

ਵੈਕਸੀਨ ਬਾਰੇ

ਅੱਜ ਤੁਹਾਨੂੰ **ਸਪਾਈਕਵੈਕਸ (ਮੌਡਰਨਾ) ਵੈਕਸੀਨ** ਲੱਗੀ ਹੈ।

ਇਹ ਵੈਕਸੀਨ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ COVID-19 ਤੋਂ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਮੌਡਰਨਾ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਜਿਉਂਦਾ ਵਾਇਰਸ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਅਤੇ ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ COVID-19 ਬਿਮਾਰੀ ਨਹੀਂ ਲਗਾ ਸਕਦੀ। ਇਸ ਵਿੱਚ SARS-CoV-2 ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਇਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹਿੱਸੇ ਲਈ ਅਣੂੰਵਾਂਸ਼ਿਕ ਕੋਡ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਸਪਾਈਕ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਡਾ ਸਰੀਰ ਸਪਾਈਕ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਦੀਆਂ ਨਕਲਾਂ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਤੁਹਾਡੀ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਤਾ ਪ੍ਰਣਾਲੀ SARS-CoV-2 ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨਾ ਅਤੇ ਇਸ ਨਾਲ ਲੜਨਾ ਸਿੱਖੇਗੀ। ਅਣੂੰਵਾਂਸ਼ਿਕ ਕੋਡ ਨੂੰ ਸਰੀਰ ਦੁਆਰਾ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਤੋੜ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?

ਕਿਸੇ ਵੀ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ, COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੇ ਕੁਝ ਅਣਚਾਹੇ ਅਸਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਮੌਡਰਨਾ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੋਣ ਵਾਲੇ **ਆਮ** ਅਣਚਾਹੇ ਅਸਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਟੀਕੇ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਉੱਤੇ ਦਰਦ
- ਥਕਾਵਟ
- ਸਿਰ ਦਰਦ
- ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ
- ਬੁਖਾਰ ਅਤੇ ਠੰਢ
- ਜੋੜਾਂ ਦਾ ਦਰਦ।

ਮੌਡਰਨਾ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੋਣ ਵਾਲੇ **ਘੱਟ ਆਮ** ਅਣਚਾਹੇ ਅਸਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਟੀਕੇ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਉੱਤੇ ਲਾਲੀ ਜਾਂ ਸੋਜਸ਼
- ਕੱਛ ਵਿੱਚ ਸੋਜਸ਼ ਜਾਂ ਨਰਮਾਈ
- ਜੀਅ ਮਤਲਾਉਣਾ/ਉਲਟੀਆਂ ਆਉਣਾ

- ਵਧੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਲਿੰਫ ਵਾਲੀਆਂ ਗੰਢਾਂ।

ਇਹ ਅਣਚਾਹੇ ਅਸਰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹਲਕੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦੋ ਜਾਂ ਤਿੰਨ ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੱਟ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਆਮ ਟੀਕਿਆਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ, ਇਸ ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਫਲੂਅ ਵਰਗੇ ਵਧੇਰੇ ਅਹਿਮ ਲੱਛਣਾਂ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਹੋਵੇਗਾ, ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਇਦ ਆਮ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿਣ ਲਈ ਸਮਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਲੱਛਣ ਕਿਸੇ ਵੀ ਖੁਰਾਕ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਾਪਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਦੂਜੀ ਖੁਰਾਕ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਧੇਰੇ ਆਮ ਹਨ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੀਕਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਉੱਤੇ ਦਰਦ ਜਾਂ ਬੁਖ਼ਾਰ, ਸਿਰ ਦਰਦ ਜਾਂ ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਪੈਰਾਸੀਟਾਮੋਲ ਜਾਂ ਆਈਬੂਪ੍ਰੋਫੇਨ ਦਵਾਈ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਉਪਰੋਕਤ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੈਰਾਸੀਟਾਮੋਲ ਜਾਂ ਆਈਬੂਪ੍ਰੋਫੇਨ ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਜੇ ਟੀਕੇ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਉੱਤੇ ਸੋਜਸ਼ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਠੰਢੀ ਪੱਟੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਮੌਡਰਨਾ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਰਿਪੋਰਟ ਕੀਤੇ ਗਏ **ਦੁਰਲੱਭ** ਅਣਚਾਹੇ ਅਸਰ ਇਹ ਹਨ:

- ਅਲਰਜੀ ਵਾਲੀ ਗੰਭੀਰ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ (ਐਨਾਫਾਈਲੈਕਸਿਸ)।
- ਮਾਇਓਕਾਰਡਿਟਿਸ (ਦਿਲ ਦੀ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਦੀ ਸੋਜਸ਼) ਅਤੇ ਪੈਰੀਕਾਰਡਿਟਿਸ (ਦਿਲ ਦੀ ਬਾਹਰੀ ਪਰਤ ਦੀ ਸੋਜਸ਼)। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਰਿਪੋਰਟ ਕੀਤੇ ਗਏ ਮਾਮਲੇ ਹਲਕੇ ਸਨ ਅਤੇ ਜਲਦੀ ਠੀਕ ਹੋ ਗਏ ਸਨ, ਹਾਲਾਂਕਿ ਇਹਨਾਂ ਮਾਮਲਿਆਂ ਦੀ ਲੰਬੀ ਮਿਆਦ ਦੀ ਪੈਰਵਾਈ ਜਾਰੀ ਹੈ। ਕੇਸ ਮੁੱਖ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦੂਜੀ ਖੁਰਾਕ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅਤੇ ਮੁੱਖ ਤੌਰ 'ਤੇ ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਦੇ ਮਰਦਾਂ (ਉਮਰ < 30 ਸਾਲ) ਵਿੱਚ ਵਾਪਰਦੇ ਹਨ।

ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਾਕਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਜੇਕਰ:

- ਤੁਸੀਂ ਸੋਚਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਲਰਜੀ ਵਾਲੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਲੱਛਣਾਂ ਦਾ ਤਜ਼ਰਬਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ 000 ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਔਖਿਆਈ, ਘਰਰ-ਘਰਰ ਦੀ ਆਵਾਜ਼, ਦਿਲ ਦੀ ਤੇਜ਼ ਧੜਕਣ ਜਾਂ ਢਹਿ-ਢੇਰੀ ਹੋਣਾ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਦਬਾਅ ਜਾਂ ਬੇਆਰਾਮੀ, ਦਿਲ ਦੀ ਅਨਿਯਮਿਤ ਧੜਕਣ, ਧੜਕਣਾਂ ਦਾ ਟੱਪਣਾ ਜਾਂ 'ਫੜਫੜਾਉਣਾ', ਬੇਹੋਸ਼ ਹੋਣਾ, ਸਾਹ ਦੀ ਕਮੀ ਜਾਂ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵੇਲੇ ਦਰਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ
- ਤੁਸੀਂ ਸੰਭਾਵਿਤ ਅਣਚਾਹੇ ਅਸਰ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਤ ਹੋ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਵੇਂ ਜਾਂ ਅਣਕਿਆਸੇ ਲੱਛਣ ਹਨ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਦਾ ਉਮੀਦ ਕੀਤਾ ਅਣਚਾਹਿਆ ਅਸਰ ਹੈ, ਜੋ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਨਹੀਂ ਹਟਿਆ ਹੈ।

ਉਹਨਾਂ ਲੱਛਣਾਂ ਵਾਸਤੇ ਜੋ ਗੰਭੀਰ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬਕਾਇਦਾ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ (ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ) ਨੂੰ ਮਿਲ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਵੈਕਸੀਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨਿਗਰਾਨੀ ਅਤੇ ਅਣਚਾਹੇ ਅਸਰਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨਾ

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਜਾਂ ਹੋਰ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਨੂੰ ਸ਼ੱਕੀ ਅਣਚਾਹੇ ਅਸਰਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਫਿਰ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਰਾਜ ਜਾਂ ਕੇਂਦਰੀ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਦੇ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਨੂੰ ਜਾਂ ਸਿੱਧੇ TGA ਨੂੰ ਇਕ ਰਸਮੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨਗੇ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਦੀ ਖੁਦ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰੋਗੇ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ TGA ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਉੱਤੇ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸ਼ੱਕੀ ਅਣਚਾਹੇ ਅਸਰਾਂ ਵਾਲੇ ਵੈੱਬਪੇਜ ਉੱਤੇ ਜਾਓ ਅਤੇ ਸਫੇ ਉਪਰ ਲਿਖੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ।

ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ COVID-19 ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣਾ

COVID-19 ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੇ ਕੁਝ ਅਣਚਾਹੇ ਅਸਰ COVID-19 (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬੁਖਾਰ) ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਵਰਗੇ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਮੋਡਰਨਾ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਜਿਊਂਦਾ ਵਾਇਰਸ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ COVID-19 ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਨਹੀਂ ਬਣ ਸਕਦਾ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ COVID-19 ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਜਾਂ ਵੱਖਰੇ ਰਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਾ ਹੋਵੇ:

- ਜੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪਹਿਲੇ ਦੋ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੁਖਾਰ, ਸਿਰ ਦਰਦ ਜਾਂ ਥਕਾਵਟ ਵਰਗੇ ਆਮ ਲੱਛਣ ਵਿਕਸਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ
- ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਯਕੀਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਾਹ ਦੇ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਨਹੀਂ ਹਨ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਨੱਕ ਵਗਣਾ, ਖੰਘ, ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਸੁੰਘਣ ਵਿੱਚ ਕਮੀ ਜਾਂ ਸੁਆਦ ਦੀ ਕਮੀ)।

ਪਰ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਨਵੀਨਤਮ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਸਤੇ ਆਪਣੇ ਰਾਜ/ਕੇਂਦਰੀ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਲਾਗੂ ਵਰਤਮਾਨ ਸੇਧਾਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਸਥਾਨਕ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ COVID-19 ਦੇ ਪ੍ਰਕੋਪ ਦੀ ਸੂਰਤ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸਲਾਹ ਬਦਲ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਹੋਰ ਮਾਪਦੰਡਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜੇ ਵੀ COVID-19 ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਜਾਣੇ-ਪਛਾਣੇ COVID-19 ਕੇਸ ਦੇ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਸੰਪਰਕ ਹੋ। ਜੇ ਸ਼ੱਕ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਡਾਕਟਰੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਵਾਸਤੇ ਪੁੱਛੋ।

ਆਪਣੀ ਦੂਜੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਯਾਦ ਰੱਖੋ

ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੋਡਰਨਾ ਦੀਆਂ ਦੋ ਖੁਰਾਕਾਂ ਮਿਲਣ। ਇਹਨਾਂ ਖੁਰਾਕਾਂ ਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ 4-6 ਹਫਤਿਆਂ ਦੇ ਫਰਕ ਨਾਲ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਹਾਲਾਤਾਂ ਵਿੱਚ ਲੰਬੇ ਅੰਤਰਾਲਾਂ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਦੂਜੀ ਖੁਰਾਕ ਨਾਲ COVID-19 ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਮਿਆਦ ਨੂੰ ਲੰਬਾ ਕਰਨ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਮੌਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ?

ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਸਤੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਨਿੱਜੀ ਵੇਰਵੇ ਕਿਵੇਂ ਇਕੱਠੇ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਸੰਭਾਲੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਇੱਥੇ ਜਾਓ: https://www.health.gov.au/using-our-websites/privacy/privacy-notice-for-covid-19-vaccinations