

## કોવિડ-19 રસીઓ [ફાઈઝર-બાયોએનટેક અને મોડર્ના દ્વારા વિકસિત]

### કોવિડ-19

**કોવિડ-19** એક વાયરલ ચેપ છે જે મુખ્યત્વે ફેફસાઓને અસર કરે છે. કેટલાક લોકોને હળવી બિમારી થઈ શકે છે. વરિષ્ઠ લોકો અને પૂર્વથી-અસ્તિત્વમાં હોય તેવી આરોગ્યની સ્થિતિ ધરાવતા લોકો સહિતનાં બીજા લોકો ખુબ જ બિમાર પડી શકે છે. ખુબ જલ્દે જ, કેટલાક બાળકોને ગંભિર બળતરાની સ્થિતિ થઈ શકે છે. કોવિડ-19 ની લાંબાગાળાની અસરો સંપૂર્ણ રીતે જાણકારીમાં નથી. કેટલાક લોકો તેઓનાં કાર્ય અથવા જીવનની સ્થિતિનાં કારણે કોવિડ-19 થવાનાં વધારે જોખમ પર રહેલા હોય છે.

### આ રસીઓ કેવી રીતે કાર્ય કરે છે

આ રસીઓ આપણા શરીરનાં કોષોને ખાસ કરીને કોવિડ-19 પેદા કરતા વાયરસો પર જોવા મળતા પ્રોટીન બનાવવા માટે કહે છે. આ “સ્પાઈક પ્રોટીનો” આપણા માટે બિનહાનિકારક હોવા છતાં, આપણા શરીરને એન્ટિબોડીઝ બનાવવાનું શરૂ કરવા માટે આપણા શરીરને કહેશે.. જો આપણે વાયરસનાં સંસર્ગમાં આવ્યા હોઈએ તો આપણા નવા એન્ટિબોડીઝ આપણું બિમાર થવાથી રક્ષણ કરશે. આ રસીઓમાં વાયરસ હોતા નથી અને તેથી તે આપણને કોવિડ-19 આપી શકતી નથી.

બન્ને રસીઓ સુરક્ષાનાં ધારાધોરણો પૂર્ણ કરે તેની ખાતરી કરવા માટે તેનું વિશાળ તબીબી અજમાયશોમાં પરીક્ષણ કરવામાં આવ્યું છે, અને બન્નેને હેલ્થ કેનેડા દ્વારા લાયસન્સ અને માન્યતા આપવામાં આવી છે.

### રસીકરણ પ્રક્રિયા

- ફાઈઝર રસી 16 વર્ષ અને વધારે ઉંમરનાં લોકો માટે છે, અને 21 દિવસોનાં અંતરે આપવામાં આવે છે.
- મોડર્ના રસી 18 વર્ષ અને વધારે ઉંમરનાં લોકો માટે છે, અને 28 દિવસોનાં અંતરે આપવામાં આવે છે.

બન્ને રસીઓ વરિષ્ઠ લોકો અને ડીયાબીટીસ, હૃદયનો રોગ, હાઈપરટેન્શન, અને હીપેટાઈટિસ બી, સી અથવા એચઆઈવી જેવી સ્થિર આરોગ્યની સ્થિતિઓ ધરાવતા ધરાવતા સારો રોગપ્રતિકારક પ્રતિભાવ ધરાવતા લોકો માટે સુરક્ષિત છે. જો તમને ખોરાક, દવા, જંતુનાં ડંખ અથવા પર્યાવરણીય એલર્જીઓ હોય તો તમે હજુ પાણ બન્નેમાંથી કોઈપણ રસી સુરક્ષિત રીતે લઈ શકો છો. આદર્શ રીતે, તમારે એકસમાન રસીની બ્રાન્ડની તમારી બે-ડોઝની શ્રેણી પૂર્ણ કરવી જોઈએ.

### રસીનાં ફાયદાઓ

વધારે સારા રક્ષણ માટે બન્ને રસીઓનાં બે ડોઝ આપવા આવશ્યક છે. આદર્શ રીતે બીજો ડોઝ પ્રથમ ડોઝ બાદ બાદ 4 થી 6 સપ્તાહ બાદ બીજો ડોઝ આપવો જોઈએ. જો તમે તમારી બીજી એપોઈન્ટમેન્ટનું શેડ્યુલ ચૂકી જાઓ તો બને તેટલા વહેલા અન્ય એપોઈન્ટમેન્ટ લો. તમારે રસીની શ્રેણી ફરીથી શરૂ કરવાની જરૂરીયાત નથી.

તમે બીજો ડોઝ મેળવ્યા બાદ કોવિડ-19 સામે મહત્તમ રક્ષણ હાંસલ કરવા માટે બીજા એક અથવા બે સપ્તાહ લાગી શકે છે. અજમાયશોમાં, આ રસી 95% અસરકારક હતી. આ સમયે, આ રસીનું રક્ષણ કેટલો લાંબો સમય રહેશે તેનાં વિશે કોઈ માહિતી નથી.

એવી થોડી સંભાવના રહેલી છે કે રસીકરણ બાદ તમને હજુ પાણ કોવિડ-19 થઈ શકે છે. શારીરિક અંતર જાળવવું, માસ્ક પહેરવું અને જો તમે બિમાર હોવ તો ઘર પર રહેવું જેવા જાહેર આરોગ્યનાં પગલાઓ ચાલું રાખવા મહત્વપૂર્ણ છે. રસીકરણ મેળવ્યા બાદ પાણ આરોગ્ય સંભાળ અને અન્ય કર્મચારીઓએ વ્યક્તિગત સુરક્ષાનાં સાધનો (PPE) પહેરવા અનિવાર્ય છે.

**આડઅસરો અને જોખમો**

કેટલાક લોકોને રસીથી આડઅસરો થઈ શકે છે, પરંતુ તેઓ સાધારણ રહેવાની અને અમુક દિવસો બાદ મટી જવાની સંભાવના હશે. કેટલાક લક્ષણો વિકસતી રોગપ્રતિકારક તરફ શરીરનાં પ્રતિભાવનો ભાગ હોય છે.

આ રસી માટેની તબીબી અજમાયશોમાં જાણવા મળેલી સામાન્ય આડઅસરોમાં આ મુજબનો સમાવેશ થાય છે:

| ખુબ સામાન્ય ≥10% (10 ડોઝમાંથી 1 કરતા વધારે)  | સામાન્ય 1%-10% (100 ડોઝમાંથી 1 થી 10 ડોઝમાંથી 1)   | અસામાન્ય 1% (100 ડોઝમાંથી 1) | ખુબ જવલ્લે                                  |
|--|--|------------------------------|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>ઈન્જેક્શન સ્થળ પર દુઃખાવો</li> <li>માથાનો દુઃખાવો</li> <li>થકાવટ લાગવી</li> <li>સ્નાયુ અથવા સાંધાનો દુઃખાવો</li> <li>તાવ અથવા ટાઢ</li> <li>બગલમાં સોજાઓ અથવા નાજુકતા (માત્ર મોડર્ના રસી)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>ઈન્જેક્શન સ્થળ પર લાલાશ અથવા સોજો આવવો</li> <li>ઉબકા અને ઉલ્ટી થવી</li> </ul> | મોટા થયેલી લસીકા ગાંઠો       | ગંભિર એલર્જિક રીએક્શનો જેમ કે એનેફાઇલેક્સિસ |

જૂજ કિસ્સાઓમાં, ગંભિર એલર્જિક રીએક્શનો (એનેફાઇલેક્સિસ) થઈ શકે છે. એલર્જિક રીએક્શનોનો ઈલાજ થઈ શકે છે અને તેઓ સામાન્ય રીતે હંગામી હોય છે. જો તમને શ્વાસ લેવામાં તકલીફ પડતી હોય, ચહેરા અને ગળા પર શિળસ અથવા સોજાઓ થયા હોય, તો તબીબી સંભાળ મેળવો. લોકો રસી મેળવે તે સાથે રસીની આડઅસરો પર દેખરેખ રાખવાનું ચાલું રાખવામાં આવશે.

જો તમને રસીનું રીએક્શન થાય, તો સીધા જ પબ્લિક હેલ્થને આડઅસરની જાણ કરવા માટે તમારા આરોગ્ય સંભાળ પ્રદાતા સાથે વાત કરો. રસી સુરક્ષિત રહેવાનું ચાલું રહે તેની ખાતરી કરવા માટે પબ્લિક હેલ્થ દ્વારા જાણ કરવામાં આવેલી આડઅસરો પર નજર રાખવામાં આવશે.

**જો તમને આ હોય તો રસીકરણમાં વિલંબ કરો:**

- જો તમને તાવ હોય અથવા, કોવિડ-19 લક્ષણો સાથે બિમાર હોવ, અથવા
- છેલ્લા 14 દિવસોમાં રસી મેળવી હોય.

**પ્રથમ તમારા આરોગ્ય સંભાળ પ્રદાતા સાથે વાત કરો જો તમને આ હોય:**

- સગર્ભા હોવ, સગર્ભા બની શકો અથવા સ્તનપાન કરાવતા હોવ;
- સ્તનપાનનો વિકાર હોય અથવા બિમારી કે સારવારને કારણે નબળી રોગપ્રતિકારકતા હોય; અથવા
- તમે કોવિડ-19 રસીનો પ્રથમ ડોઝ મેળવ્યા બાદ હળવાથી સાધારણ એલર્જિક રીએક્શન આવ્યું હતું.

**આ રસી ન લેશો, જો તમને આને તીવ્ર એલર્જીઓ/રીએક્શનો હોય:**

- બન્ને રસીઓ માટે રસીનાં કોઈપણ ઘટકો, પોલીઈથાયલીન ગ્લાયકોલ (PEG) સહિત;
- ટ્રોમેથેમાઈન (માત્ર મોડર્ના રસીમાં); અથવા
- કોવિડ-19 રસીનાં તમારા પ્રથમ ડોઝ.

વધુ માહિતી માટે, તમારા આરોગ્ય સંભાળ પ્રદાતા સાથે વાત કરો, અથવા અમારી વેબસાઈટની અહીં મુલાકાત લો  
[toronto.ca/COVID19](https://toronto.ca/COVID19).

### સ્ત્રોતો

રસીકરણ પર રાષ્ટ્રીય સલાહકાર સમિતિ, કોવિડ-19 રસીઓનાં ઉપયોગ પરની ભલામણો, ડિસેમ્બર 2020.

<https://www.canada.ca/en/public-health/services/immunization/national-advisory-committee-on-immunization-naci/recommendations-use-covid-19-vaccines.html> પર ઉપલબ્ધ.