ڤاکسینی کۆڤید-19:
پرسیار و وەڵامە باوەکان

دەربارەی ڤاکسینەکە شت فێر بە و وەڵامی پرسیارە باوەکان لە شارەزایانی تەندروستی برایان (Bryan Health) دەست بخە.

تێبینی: زانیاری پزیشکی لەم پرسیارە گشتیانەدا لەسەر بنەمای داتایەکی سنووردار ە کە بە خێرایی لە پەرەسەندندایە. تەنها زانیاری گشتییە و نابێت وەک ڕاوێژی پزیشکی تایبەت بۆ نەخۆشەکان بەکاربێت.

تا 28 ی کانونی دووەمی 2021

پەرەپێدانی ڤاکسین

ڤاکسینەکان چۆن پەرەیان پێدەدرێت؟

هەردوو ڤاکسینی پیفایزەربایۆوتێک (Pfizer-BioNTech) و مۆدێرنا (Moderna) ڤاکسینی (mRNA)ن، کە مەبەست لێی ترشی ریبۆنوکلیکە. ئەم جۆرە ڤاکسینە لە ژینگەیەکی دوور لە خانە بەرهەم دێت. بۆ نموونە، ڕەنگە ئەوەت بیست بێت هەندێک ڤاکسینی وەک ڤاکسینی ئەنفلوەنزا پێویستی بە هێلکەیە بۆ ئەوەی پەرەی پێبدرێت، بەلام تەکنەلۆژیای mRNA پێویستی بەمە نیە - بێ خانەیە و ڕێگە بە بەرهەمهێنەرەکان دەدات بە خێرایی بڕی زۆری ڤاکسینەکە بەرهەم بێنن.

بەهۆی ئەوەی ئەم ڤاکسینانە زۆر بە خێرایی پەرەیان پێدرا، ئایا هیچ لە هەنگاوەکانی پەسەند کردن بازدراوە؟

نەخێر، تەکنەلۆژیای mRNA شتێکی نوێ نیە - توێژینەوەی چەندین ساڵ ڕێگەی بە پەرەپێدانی خێرای ڤاکسینی کۆڤید-19 داوە تا ڕوو بدات.

هەڵوێستی کۆنگرەی قەشە کاسۆلیکیەکانی ویلایەتە یەکگرتووەکانی ئەمریکا دەربارەی ڤاکسینەکە چیە؟

سەیری تەواوی ڕوونکردنەوەی کۆنگرەی قەشە کاسۆلیکیەکانی ویلایەتە یەکگرتووەکانی ئەمریکا بکە لە:
usccb.org/moral-considerations-covid-vaccines

پلان دانان بۆ ڤاکسینەکە

چۆن ڤاکسینی کۆڤید-19 وەردەگرم؟

فەرمانگەی تەندروستی کاونتی لینکۆڵن-لانکاستەر پرۆسەیەکی تۆمارکردنی ڤاکسینی بۆ دانیشتووانی کاونتی لانکاستەر هەیە. ئەگەر لە کاونتیەکی دیکەدا دەژیت، پێویستە لای فەرمانگەی تەندروستی خۆت دڵنیای بکەیتەوە.

پرۆسەی تۆمارکردنی ڤاکسین بۆ دانیشتووانی کاونتی لانکاستەر:

- فۆرمی ئۆنلاین پڕ بکەوە (بە زمانی ئینگلیزی و ئیسپانی بەردەستە) لە: covid19.lincoln.ne.gov
- زانیاری بەکاردێت بۆ دیاریکردنی ئەو قۆناغەی تۆ تیایدایت بۆ کوتانەکە
- کاتێک ڤاکسینەکە بۆ قۆناغی تۆ بەردەست دەبێت، فەرمانگەی تەندروستی پەیوەندیت پێوە دەکات

ئەگەر ئینتەرنێتت نیە، دەتوانیت پەیوەندی بە فەرمانگەی تەندروستی کاونتی لینکۆڵن-لانکاستەر بکەیت لە ڕێگەی ژمارە 402-441-8006.

Bryan Health

سەیری وێبسایتەکە بکە بۆ زانیاری نوێ و زانیاری زیاتر:
bryanhealth.org/vaccine

ڤاکسینەکە چۆن دەدرێت؟
ڤاکسینەکە پێویستی بە دوو ژەم هەیە و لە ماسولکەی شان دەدرێت هاوشێوەی ڤاکسینی ئەنفلوەنزا. ژەمەمکانی ڤاکسینی پیڤایزەر لە ماوەی 21 ڕۆژ دەدرێن؛ ژەمەکانی ڤاکسینی مۆدێرنا لە ماوەی 28 ڕۆژدا دەدرێن.

ئایا پێویستە بۆ ڤاکسینی کۆڤید-19 پارە بدەم؟
حکومەت ژەمەکانی ڤاکسین بۆ خەڵکی هەموو ولات بەخۆڕایی دابین دەکات. ڕەنگە پارە بۆ لێدانی ڤاکسینەکە وەربگیرێت.

ڤاکسینەکە چۆن لێدەدرێت؟
سی دی سی و ویلایەتی نیبراسکا پلانی ڤاکسینی گشتگیریان هەیە. ئەم پلانانە ڕێنوێنی دامەزراوەکان دەکەن بۆ دیاریکردنی ئەولەویەت بۆ ڤاکسینەکانی سەرەتا. پلانەکە پەرە دەسێنن و دەکرێت لە وێبسایتەکانی فەرمانگە تەندروستیە ناوخۆییەکان بدۆزنەوە.

کامە گروپی تەمەن ڕێگەیان پێدەدرێت ڤاکسینەکە وەربگرن؟ ئایا منداڵان دەتوانن ڤاکسین وەربگرن؟
ڕێپێدانی بەکارهێنانی باری لەناکاوی ئێف دی ئەی (EUA) بۆ هەر ڤاکسینێک تەمەنی ئەو منداڵانە دیاری دەکات کە ڤاکسینەکە وەردەگرن. ڤاکسینی پیفایزەر لە سەر منداڵانی تەمەن 12 ساڵان توێژینەوەی لە سەر کراوە، بەلام تەنها ڕێپێدانی بەکارهێنانی لەناکاوی بۆ کەسانی تەمەن 16 ساڵان و سەرووتر هەیە. ڤاکسینی مۆدێرنا ڕێپێدانی بەکارهێنانی باری لەناکاوی هەیە بۆ کەسانی تەمەن 18 ساڵان و زیاتر بەلام لە کاتی ئێستادا توێژینەوەی لە سەر دەکرێت بۆ کەسانی گەورە.

ئایا ئەو ڤاکسینەی بۆ ئەنفلوەنزا وەرمگرت لە دژی کۆڤید-19 دەمپارێزێت؟
ڤاکسینی ئەنفلوەنزا تۆ لە تووش بوون لە کۆڤید-19 ناپارێزێت، بەلام دەکرێت لە تووش بوون بە ئەنلفوەنزا بتپارێزێت هاوشێوەی کۆڤید-19. ئەمە دەکرێت دەتپارێزێت لەوەی تووشی نەخۆشی تووندتر بیت. وەرگرتنی ڤاکسینی ئەنفلوەنزا لە هەموو کاتێک گرنگترە.

ئەگەر لە کۆڤید-19 چاک ببمەوە، ئایا پێویست دەکات ڤاکسین وەربگرم؟ ئایا بەرگری لە دوای تووش بوون بە کۆڤید-19 ماوەیەکی زیاتر دەخایەنێت لە ڤاکسینی کۆڤید-19؟
ئەو بەرگریەی کەسێک لە تووش بوون بە نەخۆشیەک دەستی دەکەوێت (کە پێی دەوترێت بەرگری سروشتی) بە گوێرەی نەخۆشیەکە دەگۆڕێت، و لە کەسێکەوە بۆ کەسێکی دیکەش جیاوازە. بەهۆی ئەوەی ئەم ڤایرۆسە نوێیە، نازانین بەرگەریەکە بۆماوەی چەندە دەمێنێتەوە. بەڵگەی نوێ - لە سەر بنەمای هەندێک کەس - پێشنیاری ئەوە دەکات کە بەرگری سروشتی ڕەنگە ماوەیەکی زۆر نەخایەنێت، بۆیە هێشتا ڤاکسینەکە پێویستە.

سەلامەتی ڤاکسین

ئایا دەکرێت ڤاکسینەکە تووشی کۆڤید-١٩م بکات؟
نەخێر، ڤاکسینەکە ڤایرۆسی زیندووی تێدا نیە. نابێتە هۆی تووش بوون بە کۆڤید-19.

ئایا ئەم جۆرە ڤاکسینە DNAی من دەگۆڕێت؟
نەخێر، ڤاکسینەکانی پیفایزەر و مۆدێرنا ڤاکسینی mRNAن، بەلام شێوازی کارکردنیان DNAی ئێمە ناگۆڕێت. تەکنەلۆژیای mRNA بەهۆی ئەویە هەڵبژێردرا چوونە بەرهەم هێنانی پری زۆری ڤاکسینەکە خێراترە لە شێوازە تەقلیدیەکانی دیکە. mRNA بە هیچ شێوەیەک ناتوانێت شێوازی بۆماوەیی (DNA) کەسێک بگۆڕیت. ئەم ڤاکسینانە کار لە گەڵ بەرگری ئاسایی جەستە دەکەن بۆ ئەوەی بە سەلامەتی پەرە بە بەگری دژی نەخۆشیەکە بدەن.

ئایا ڤاکسینەکە وا دەکات پشکنینی کۆڤید-19م پۆزەتیف بێت؟
نەخێر، بەلام دەشێت وەرگرتکی ڤاکسینەکە پشکنینی دژەتەنی پۆزەتیڤی هەبێت.

Bryan Health

ئایا ڤاکسینەکە دەبێتە هۆی کاریگەری لاوەکی؟ کاریگەریە لاوەکیە باوەکان چین؟

دەشێت کاریگەریە لاوەکیەکان ڕوو بدەن. باوترین کاریگەریە لاوەکیە باسکراوەکان ئەمانەن:

- ژان و سووربوونەوە لە شوێنی کوتانەکە
- ئازاری ماسولکە و جومگەکان
- تا
- ژانەسەر
- ڕژێنی ئاوساو
- شەکەتی
- لەرز

لە زۆرینەی حاڵەتەکاندا کاریگەریە لاوەکیەکان سووک و مام ناوەند بوونە، بەلام دەشێت کار بکەنە سەر چالاکتەکانی ژیانی ڕۆژانە. ئەم کاریگەری لاوەکیانە هاوشێوەن لەگەڵ کاریگەریە لاوەکیەکانی ئەو ڤاکسینانانەی ئێڤ دی ئەی پەسەندی کردوون. کاتێک ڕوودەدەن، نیشانەکان بە باوی لە سێ ڕۆژی یەکەم دەردەکەون و لە ماوەی یەک تا سێ ڕۆژی دوای ئەوە نامێنن.

چ پێکهاتەیەک لە ناو ڤاکسینەکەدا هەیە؟

پێکهاتەکانی ناو هەردووک ڤاکسینە mRNAیەکە کە ڕیپێدانی بەکارهێنانی لەناکاو (EUA)یان هەیە بریتین لە:

وەسف	ڤاکسینی پیفایزەر-بایۆوتێک بۆ کۆڤید-19	ڤاکسینی مۆدێرنا بۆ کۆڤید-19
mRNA	نوکلیۆسایدی دەستکاریکراوی mRNA کە ڕەمزاندن بۆ درکی ڤایرۆسی (S)ی گلیکوپرۆتینی سارس-کۆڤ-2 دەکات	نوکلیۆسایدی دەستکاریکراوی mRNA کە ڕەمزاندن بۆ درکی ڤایرۆسی (S)ی گلیکوپرۆتینی سارس-کۆڤ-2 دەکات
چەوری	2[(پۆلیسلینی گلایکۆڵ)-2000]-n-N-دیتیترادیسایلاسیتامید	پۆلی ئیسیلین گلایکۆل (PEG) 2000 دیمیرستۆیل گلیسرین (DMG)
	1،2-دیستیارۆیل-سین-گلایسیرۆ-3-فۆسفۆکۆلین	1،2-دیستیارۆیل-سین-گلایسیرۆ-3-فۆسفۆکۆلین
	کۆلیسترۆل	کۆلیسترۆل
	(4-هایدرۆکسی بیوتیل) ئازانیدیل) دووهێندەکراوی (هێکسان -6،1-دیل) دووهێندەکراو (20 هێکسیلدیکانوات)	SM-102 (تایبەتە بە مۆدێرنا)
خوێکان، شەکرەکان، کەمکەرەوەکان	کلۆریدی پۆتاسیۆم	ترۆمێتامین
	فۆسفاتی پۆتاسیۆمی تاکی	هایدرۆکلۆریدی ترۆمێتامین
	کلۆریدی سۆدیۆم	ترشی ئەسیتیک
	دووانە هایدراتی فۆسفاتی سۆدیۆمی دووانە بنکەیی	ئەسیتاتی سۆدۆیم
	سوکرۆز	سوکرۆز

ئایا پێویست دەکات ئافرەتی دووگیان ڤاکسینەکە وەربگرێت؟

ئەو ئافرەتە دووگیانانەی تووشی کۆڤید-19 بوونە ڕەنگە مەترسیەزی زۆری نەخۆشی توند یان کێشەی دووگیانی بنەوە بەهۆی ئەم نەخۆشیە. لە کاتی ئێستادا داتا زۆر سنووردارە دەربارەی سەلامەتی ڤاکسینەکانی کۆڤید-19 لە سەر کەسانی دووگیان. داتای سنووردار لە توێژینەوەکانی ئاژەلان هیچ کێشەیەکی سەلامەتی لە سەر جوج نیشان نەداوە کە ڤاکسینی کۆڤید-19ی مۆدێرنایان پێش یان لە کاتی دووگیانی وەرگرتووە. توێژینەوە لە سەر کەسانی دووگیان پلانی بۆ داڕێژراوە و بەرهەم هێنەرانی ڤاکسینەکە بەدواداچوون بۆ دەرەنجامەکانی تاقیکردنەوەی کلینیکی سەر خەڵک دەکەن کە دواتر دووگیان دەبن. ڤاکسینەکانی mRNA ڤاکسینی زیندوو نین. mRNAی ناو ڤاکسینەکە بە خێرایی لە ڕێگەی پرۆسە ئاساییەکانی خانە شی دەبێتەوە و ناچێتە ناو ناوکی خانە. لە سەر بنەمای زانیاری ئێستا، شارەزایان لەو باوەڕەدان کە ڤاکسینەکانی mRNA ئەگەری نیە ببێتە هۆی مەترسی لە سەر کەسانی دووگیان یان بۆ سەر کۆرپەکە. هەرچۆنێک بێت، مەترسیە پێشبینیکراوەکانی ڤاکسینەکانی mRNA لە سەر کەسی دووگیان و کۆرپەکە نەزانراون بەهۆی ئەوەی ئەم ڤاکسینانە لە سەر کەسانی دووگیان توێژینەوەیان لەسەر نەکراوە.

لەکاتی بڕیاردان، پێویستە کەسانی دووگیان و دابینکەرانی تەندروستیان ڕەچاوی ئاستی گواستنەوەی کۆمەڵگای کۆڤید-19، مەترسی کەسی نەخۆش بۆ تووش بوون بە کۆڤید-19، مەترسیەکانی کۆڤید-19 بۆ سەر خودی نەخۆشەکە و مەترسیە پێشنبیکراوەکان بۆ سەر کۆرپەلە، کاریگەری ڤاکسین، کاریگەریە لاوەکیەکانی

ڤاکسینەکە و نەبوونی داتا لەبارەی ڤاکسین لەکاتی دووگیانیدا ڕەچاو بکەن.

هیچ ڕاسپاردەیەک نیە بۆ پشکنینی ڕۆتینی دووگیانی لە پێش وەرگرتنی ڤاکسینی کۆڤید-19. ئەوانەی هەوڵدەدەن دووگیان بن پێویست ناکات خۆیان لە دووگیان بوون بە دوور بگرن لە دوای وەرگرتنی ڤاکسینی کۆڤید-19ی mRNA.

بۆ سەیرکردنی چیرۆکە هەواڵ و بلۆگەکان لە لایەن پزیشکانی تەندروستی برانان لە سەر ئەم بابەتە، تکایە سەردانی ئەم لینکە بکە: **bryanhealth.org/vaccine-pregnant**

ئایا ئەو ئافرەتانەی شیری خۆیان بە منداڵەکانیان دەدەن پوێویست دەکات ڤاکسینەکە وەربگرن؟

هیچ داتایەک نیە لە سەر سەلامەتی ڤاکسینەکانی کۆڤید-19 لەو ئافرەتانەی شیر دەدەن یان لە سەر کاریگەریەکانی ڤاکسینەکانی کۆڤید-19ی mRNA لە سەر ئەو منداڵەی شیری دایکی دەخوات یان لە سەر بەرهەم هێنانی شیر. هەست ناکرێت ڤاکسینەکانی mRNA مەترسی بن بۆ سەر ئەو منداڵەی شیری دایکی دەخوات. کەسێکی شیردەر کە بەشێکە لە گروپێکی پێشنیارکراو بۆ وەرگرتنی ڤاکسینی کۆڤید-19 دەتوانێت ڤاکسینەکە وەربگرێت.

ئایا ڤاکسینەکە توانای وەچە خستنەوەم پەک دەخات؟

هیچ داتایەک نیە ئەوە نیشان بدات کە ڤاکسینەکە کار دەکاتە سەر وەچەخستنەوە. ڕەنگە پڕوپاگەندەی لەم شێوەیە ببینیت، بەلام هەرگیز شتی وا نیشان نەدراوە. ئەو ئافرەتانەی هەوڵی دووگیان بوونیان دەدا لە توێژینەوەکە دوور خرانەوە. ئێمە دەزانین زۆرینەی کاریگەریە توندەکانی ڤاکسینەکە لە ماوەی دوو مانگ لە وەرگرتنی ڤاکسینەکە دەردەکەوێت و زۆرینەی خەڵکی ناو توێژینەوەکەش بە لایەنی کەم بۆ ماوەی دوو مانگ بەدوا داچوونیان بۆ کرا. ئەمەی خوارەوە ڕوونکردنەوەی CDCیە: «ئەوانەی هەوڵ دەدەن دووگیان بن پێویست ناکات خۆیان لە دووگیان بوون بە دوور بگرن لە دوای وەرگرتنی ڤاکسینی کۆڤید-19ی mRNA.» تکایە قسە لەگەڵ دابینکەری چاودێری تەندروستی خۆت بکە ئەگەر نیگەرانی زیاترت هەیە.

من کەمی بەرگری لەشم هەیە - ئایا پێویست دەکات ڤاکسینەکە وەربگرم؟

ئەم ڤاکسینە ڤایرۆسی زیندووی تێدا نیە، بۆیە هیچ مەترسیەک لە سەر کاریگەری لاوەکی نەخۆش کەوتن دروست ناکات بێ گوێدانە دۆخی بەرگری لەش. هەرچۆنێک بێت، CDC دەڵێت ئەو کەسانەی کێشەی بەرگری لەشیان هەیە ڕەنگە لە مەترسی توندی کۆڤید-19 بن. هێشتا داتا بەردەست نیە بۆ دیاریکردنی سەلامەتی و چووستی ڤاکسینەکە لە ناو ئەم گروپانەدا. دەتوانیت ڤاکسینی کۆڤید-19 وەربگریت ئەگەر هیچ کاردانەوەیەکی نەرێنیت بۆ وەرگرتنی ڤاکسین نیە. ئەمە پڕیارێکە پێویستە خۆت بیدەیت لەدوای قسەکردن لەگەڵ دابینکەری چاودێری تەندروستیت.

من دۆخێکی خود-بەرگریم هەیە - پێویست دەکات ڤاکسینەکە وەربگرم؟

ئەو کەسانەی دۆخی خود-بەرگریان هەیە لە تاقیکاریە کلینیکیەکە بەدەر نەکران، بەلام هیچ داتایەک نیە بە تایبەت بەردەست بێت لە سەر سەلامەتی و چووستی ڤاکسینی کڤید-19ی mRNA لە سەر ئەم جۆرە خەلکانە. ئەو نەخۆشانەی ئەم دۆخەیان هەیە کە هیچ کاردانەیەکی نەرێنیان بۆ ڤاکسین نیە دەتوانن ڤاکسینەکە وەربگرن.

من مێژوویەکی گیلیان بارێ سیندرۆم (Guillain-Barré syndrome)م هەیە - ئایا پێویست دەکات ڤاکسینەکە وەربگرم؟

تا ئەم کاتە، هیچ حاڵەتێکی گیلیان بارێ سیندرۆم (GBS) ڕاپۆرت نەکراوە لە دوای وەرگرتنی ڤاکسین لە نێوان بەشداربووانی تاقیکردنەوە کلینیکیەکانی ڤاکسینی کۆڤید-19ی پیفایزەر-بایۆنتێک یان مۆدێرنا. ئەم مێژووە بە شێوەیەکی گشتی هۆکارێک نیە لە ڕێگری کردن لە زۆرینەی کوتانەکان. ئەو کەسانەی مێژووی GBSیان هەیە دەکرێت ڤاکسینی کۆڤید-19 mRNAی وەربگرن مەگەر خۆیان کاردانەوەی نەرێنیان بۆ وەرگرتنی ڤاکسین هەبێت.

مێژووی ئیفلیجی بڵم هەیە - پێویست دەکات ڤاکسینەکە وەربگرم؟

کەیسی ئیفلیجی بڵ لە نێوان نەخۆشەکانی تاقیکاری کلینیکی بۆ هەردووک ڤایرۆسەکە هەبوون، بەلام ڕێژەی ڕوودان بەرزتر نەبوو لە خەڵکە گشتیەکە. بەوە هەژمار نەکرا کە بەهۆی ڤاکسینەکەوە تووش بوو بن. ئەو کەسانەی مێژووی ئیفلیجی بڵیان هەیە دەتوانن ڤاکسینی کۆڤید-19ی mRNA وەربگرن مەگەر خۆیان کێشەی دیکەیان هەبێت.

Bryan Health

هەستیاریم هەیە - پێویست دەکات ڤاکسینەکە وەربگرم؟

هەڵێکی کەم هەیە کە ڤاکسینەکە ببێتە هۆی کاردانەوەی هەستیاری توووند.

نابێت نەخۆشەکان ڤاکسینەکە وەربگرن ئەگەر:

- مێژووی هەستیاری توونديان هەیە بۆ پێکهاتەکانی ڤاکسینی mRNA
- ئەزموونی کاردانەوەی هەستیاری دەسبەجێ بۆ یەکەم ژەمی ڤاکسینی کۆڤید-19ی mRNA. کاردانەوەی هەستیاری دەسبەجێ پەیوەستن بە کۆمەڵێک نیشانە کە ڕەنگە بۆ هەر نەخۆشێک جیاواز بێت. ڕەنگە ئەمانە نیشانەی وەک لیر، هەڵئاوسان، سووربوونەوە، ئاوسانی دەم یان گەروو، سەرلێشێوان، لاوازی ، تەنگەنەفەسی ، دابەزینی پەستانی خوێن یان بەرزبوونەوەی ڕێژەی لێدانی دڵ، هێڵنج، ڕشانەوە، کرژبوونی سک ، سکچوون و ئی دیکەش بگرێتەوە. (هەموو کاریگەریە لاوەکیەکان کاردانەی هەستیاری نانوێنن - دابینکەری چاودێری تەندروستیت دەتوانێت یارمەتیت بدات لە جیاوازی کردن لە نێوان کاردانەوەی هەستیاری و جۆرەکانی دیکەی کاریگەرە لاوەکیەکانی ڤاکسین.)
- تووشی کاردانەوەی دەسبەجێی هەستیاری بۆ پۆلیسوربات بوویت

هیچ ئاگادار کردنەوەیەک لە ژێر EUA نیە بەرامبەر بە کوتانی ئەو نەخۆشانەی هەستیاری دیکەیان هەیە (بۆ نمونە، خواردن، ئاژەڵی ماڵی، ژەهری مێشوولە، ژینگەی، هێلکە، جیلاتین یان دەرمانە زارییەکان) یان مێژوویەکی خێزانی بۆ هەستیاری. CDC سەرنجی ئەوە دەدات کە مێژوویەکی کاردانەوەی سووکی هەستیاری بۆ ڤاکسینەکان یان چارەسەری دەرزی لێدان ڕێگر یان ئاگاری پێشوەختە نیە بەرامبەر کوتان بە ڤاکسینەکانی کۆڤید-19.

ئەگەر کاردانەوەی هەستیاری دەسبەجێی توووندت هەبوو بۆ ڤاکسین یان کوتانەکانی دیکە، یان نیگەرانیت دەربارەی کاردانەوەی هەستیاری پێشبینیکراوت بۆ ئەم ڤاکسینە هەیە، پێویستە دەربارەی مەترسیەکان و سوودەکان قسە لەگەڵ دابینکەری چاودێری تەندروستی خۆت بکەیت.

من فیلەرم بەکارهێناوە - ئایا پێویست دەکات ڤاکسینەکە وەربگرم؟

فیلەرەکان جۆری جیاوازی بەرهەمیان هەیە کە لە ژێر پێست دەکرێت بۆ ئاوساندنی شانەکان بەهۆکاری جوانکاری. بە دەگمەن، ئەو کەسانەی ڤاکسینی کۆڤید-19 mRNAی وەردەگرن تووشی ئاوسان بوونە لە نزیکی شوێن-کوتانی فیلەرێک (بەگشتی دەموچاو یان لێوەکان). ئەگەر ئەمە ڕوویدا، لەوە دەچێت کاتیی بێت و دەکرێت بە چارەسەر لا ببرێت. ئەمە نابێت ڕێگریت لێ بکات لەوەی بکوترێیت مەگەر هۆکاری دیکەی پزیشکیت هەبێت کە نابێت ئەم ڤاکسینانە وەربگریت. ئەگەر بەهۆی ئەم ڤاکسینە تووشی ئاوسان بوویت، ئەوە پەیوەندی بە دابینکەری چاودێری تەندروستیت بکە.

ئایا پێویست دەکات خۆم بە دوور بگرم لە وەرگرتنی ڤاکسینەکانی دیکە لە نزیکی ئەو کاتەی ڤاکسینی کۆڤید-19 وەردەگرم؟

سی دی سی دەڵێت "بەهۆی کەمی داتا لە سەر سەلامەتی و چووستی ڤاکسینەکانی کۆڤید-19 mRNA کە لە هەمان کاتدا لەگەڵ ڤاکسینەکانی دیکە دەدرێن، پێویستە زنجیرەی ڤاکسینەکە بە تەنها بێت، بە لایەنی کەم ماوەی 14 ڕۆژ لە پێش وەرگرتن یان لە دوای وەرگرتنی هەر ڤاکسینێکی دیکە. ئەگەر ڤاکسینەکانی کۆڤید-19 mRNA بێمەبەست لە ماوەی 14 ڕۆژ لەگەڵ ڤاکسینێکی دیکە وەرگیران، پێویستە ژەمەکان بۆ یەکێک لە ڤاکسینەکان دووبارە بکرێتەوە."

ئەم بیرۆکەیە چیە کە پێی دەوترێت بەرگری کۆمەڵگە؟

بەرگری کۆمەڵگە ئەو کاتە ڕوودەدات کاتێک ڤایرۆسێک ناتوانێت بڵاو بێتەوە بەهۆی ئەوەی تووشی ئەو کەسانە دەبێتە کە خۆیان لە دژی نەخۆشیەکە پاراستووە. کاتێک بەشێکی زۆری دانیشتووان چی دیکە لە مەترسیدا نین، پێویستە هەموو بڵابوونەوەیەک بوەستێت. شارەزایان پێشبینی دەکەن کە لە ئەمریکا نزیکەی لە سەدا 70 بۆ ی80 تەواوی دانیشتووان - زیاتر لە 200 ملیۆن کەس - پێویستە لە کۆڤید-19 چاک ببنەوە بۆ ئەوەی پەتاکە لە خراپتر بوون بوەستێنن.

بەلام، ئەم ئاستەی تووش بوون دەبێتە هۆی ژمارەی زۆری ئەو نەخۆشانەی کێشەی درێژخایەنیان دەبێت و لەگەڵ مردنی

Bryan Health

ملیۆنان کەس. لە بەر ئەم هۆکارەیە کە ڤاکسینەکە زۆر گرنگە. سیستەمی چاودێری ئێمە ناتوانێت ئەو هەموو نەخۆشە لەخۆ بگرێت - ئێستا زیاتر لە توانای خۆمان بەکارهێناوە. کاتێک ڤاکسینەکە وەردەگریت، تۆ یارمەتیدەر دەبیت لە دروستکردنی بەرگری کۆمەڵگە لەبەرئەوەی ڤایرۆسەکە ناتوانێت بڵاو بێتەوە بەهۆی ئەو پاراستنەی کە ڤاکسینەکە دابینی دەکات.

وەرگرتنی ڤاکسین

ئایا پێویستە ئیبوپرۆفین (مۆرتین، ئادڤیڵ) یان ئەسیتامینۆفین (تایلینۆل) وەربگرم لە پێش وەرگرتنی ڤاکسینی کۆڤید-19؟

ئەمە پێشنیارکراو نیە، بەهۆی ئەوەی کاریگەری سەر ڤاکسینەکە لە کاتی ئێستادا زانراو نیە. هەرچۆنێک بێت، ئەگەر دووچاری ناڕەحەتی دەبیت لە کاریگەریە لاوەکیەکان لە دوای وەرگرتنی ڤاکسین، ڕەنگە ئازارشکێنێک وەربگریت.

ئایا ڤاکسینەکە بە هەمان شێوەی ڤاکسینی ئەنفلوەنزا لێدەدرێت؟

بەڵێ، ڤاکسینەکە لە ماسوولکەی شان دەدرێت، هاوشێوەی ڤاکسینی ئەنفلوەنزا.

لە دوای وەرگرتنی ڤاکسین

ئەگەر ڤاکسینەکەم وەرگرت، ئایا هێشتا پێویست دەکات ماسک ببەستم؟

بەڵێ، پێویستە هەموومان بەردەوام بین لە هەمان کردارەکانی بەستنی دەمامک، شووشتنی دەستەکان و دوورکەوتنەوەی کۆمەلایەتی بۆ ئایندەیەکی پێشنبینیکراو. لە جەنگێکی درێژخایەنین لەدژی دوژمنێکی تووند و ناتوانین واز بێنین، بەلام هیوای ڤاکسینەکە لێرەیە.

لە دوای ژەمی دووەم ماوەی چەند دەخایەنێت بۆ دروست بوونی بەرگری؟

کاریگەری تەواوی ڤاکسینەکە دەکرێت بۆ زۆرینەی خەڵک لە ماوەی 10-14 ڕۆژ بێت لە دوای وەرکرتنی ژەمی دووەمی ڤاکسینەکە.

بەرگریەکە ماوەی چەند دەمێنێتەوە؟

هێشتا نازانرێت بەرگری بۆ کۆڤید-19 چەند دەخایەنێت، لە کەسێک کە لە نەخۆشیەکە چاک بووتەوە یان ئەو کەسەی ڤاکسینی وەرگرتووە. دەشێت کە ڤاکسینەکە لە کاتێکدا پێویستی بە ژەمی بەهێزکەری زیاتر هەبێت لە دوای دوو ژەمەکەی یەکەم جار.

ئایا دەتوانم لە دوای وەرگرتنی ڤاکسینەکە خوێن ببەخشم؟

بە گوێرەی بانکی خوێنی کۆمەڵگەی نیبراسکا، هیچ ماوەیەکی چاوەڕوان کردن نیە بۆ بەخشینی خوێن یان پلازما لە دوای وەرگرتنی ڤاکسینی پیفایزەر یان مۆدێرنا. ئەگەر ڤاکسینی جۆنسۆن و جۆنسۆن یان ئەسترا زینیکا (کاتێک بەردەست دەبێت) وەربگریت، ماوەیەکی 14ڕۆژی پێویستە لە پێش بەخشینی خوێن یان پلازما. ناتوانیت پلازمای هاوچەشن ببەخشیت ئەگەر ڤاکسین وەربگریت.

Bryan Health