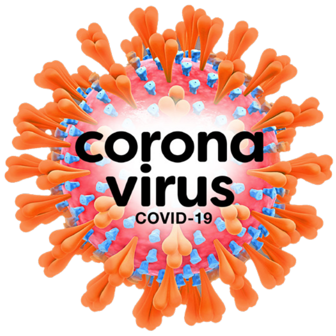
Public Health England

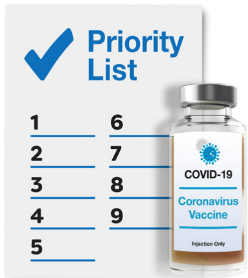
NHS

કોરોનાવાઈરસ રસી વિશે.
રસીકરણ પછી શું અપેક્ષા રાખવી

કોરોનાવાઈરસની રસી એક દવા છે જે લોકોને કોરોનાવાઈરસથી સુરક્ષિત રાખવામાં મદદ કરે છે. વૈજ્ઞાનિકોએ રસીઓની ચકાસણી કરી છે જેથી તે સલામત હોવાની અને સારી રીતે કામ કરતી હોવાની ખાતરી કરી શકાય.



જે લોકો કોરોનાવાઈરસથી ખૂબ જ બીમાર પડવાની શક્યતા હોય તેમને પહેલાં આ રસી આપવામાં આવી રહી છે. આમાં શિખવાની અસમર્થતા ધરાવતાં ઘણાં લોકોનો તેમજ જેમના પર જોખમ રહેલું હોય તે જૂથનાં લોકોનો સમાવેશ થાય છે.



તમને શક્ય તેટલી વધારે સુરક્ષા મેળવવા માટે રસ બે વાર લેવી પડશે. તમે હમણાં તમારી પહેલી રસી લીધી છે. તમે તમારી બીજી અપોઇન્ટમેન્ટમાં જાવ છો તેની ખાતરી કરવી જોઈએ જેથી તમને કોરોનાવાઈરસથી શક્ય તેટલું વધારે રક્ષણ મળે.

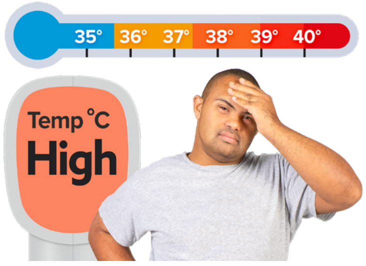
તમે રસી લીધા પછી કદાચ તમને થોડા સમય સુધી તબિયત ખરાબ હોવાનું લાગે. આને આડ અસરો થઈ હોવાનું કહેવાય છે. આડ અસરોથી સામાન્ય રીતે તમારી તબિયત બહુ વધારે બગડતી નથી, અને દરેક જણને તે થતી નથી.

મુખ્ય આડ અસરો છે:

શરીર દુખવું અથવા તમને હળવો ફ્લૂ થયો હોય એવું લાગવું

માથું દુખવું

તમને કદાચ 1 કે 2 દિવસ સુધી શરીરમાં ગરમાવો લાગે એવું બને



થાક લાગવો

તમે જ્યાં ઈન્જેક્શન લીધું હોય ત્યાં તમારું બાવડું 1 કે 2 દિવસ સુધી ભારે કે આળું થઈ જાય

જો તમને આડ અસરો થાય તો તમે આરામ કરી શકો અને તબિયત સારી કરવામાં મદદ માટે પેરાસિટામોલ લઈ શકો.

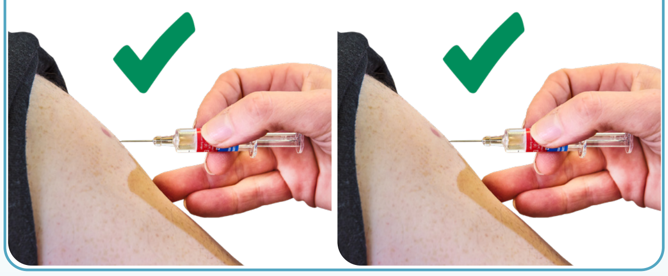
તમારે કેટલી લેવી જોઈએ તે તેના પૅકેટ ઉપર લખેલું હશે.

આડ અસરો સામાન્ય રીતે એક અઠવાડિયા કરતાં ઓછો સમય ચાલે છે. જો તમને લાગે કે તમારી તબિયત વધારે બગડી રહી છે અથવા તમને ચિંતા હોય, તો NHS 111ને કોલ કરો. તમે જે આરોગ્ય વ્યવસાયિક સાથે વાત કરો તેમને, તમે તાજેતરમાં જ તમારી કોરોનાવાઈરસની રસી લીધી હોવાનું કહેવાની ખાતરી કરો.

આનાથી તમને યોગ્ય સંભાળ આપવામાં તેમને મદદ થશે. શક્ય હોય, તો તેમને તમારું કોરોનાવાઈરસ રસીનું કાર્ડ બતાવો

Gujarati_PHE_11920_AZ_Covid-19_what_to_expect_easy_read_03-guj.indd 2 26/03/2021 13:26:30

જો તમને આડ અસરો થઈ હોય, તો પણ તમારે બીજીવારની રસી લેવાનું જરૂરી રહેશે. બીજીવારનો ડોઝ લેવાથી તમને કોરોનાવાઈરસ સામે સર્વોત્તમ રક્ષણ મળશે.

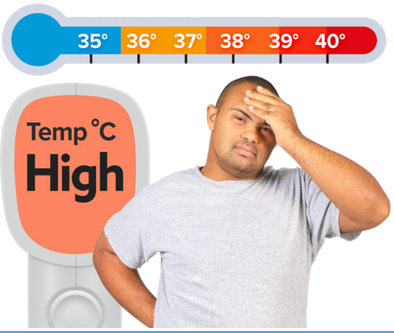


તમને રસીથી કોરોનાવાઈરસ લાગી શકે નહિ. પરંતુ બની શકે કે તમે તમારી રસી લો તે પહેલાં તમને કોરોનાવાઈરસ લાગેલો હોય અને રસી માટેની અપોઈન્ટમેન્ટ જતી રહે ત્યાં સુધી તમને તેનો ખ્યાલ ન આવ્યો હોય.

તમને કોરોનાવાઈરસ હોઈ શકે તેની મુખ્ય નિશાનીઓ આ છે:

નવી ઉધરસ શરૂ થાય અને તમે સતત ખાંસ્યા કરો

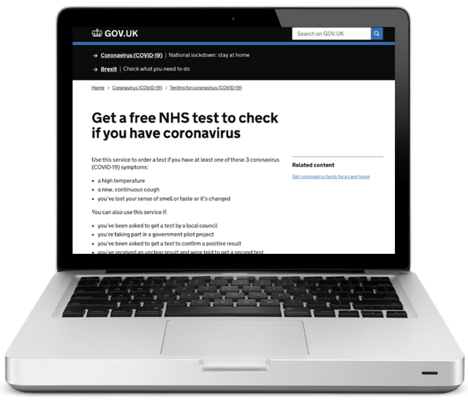
શરીરનું ઉંચુ તાપમાન



સૂંઘવાની કે સ્વાદની તમારી શક્તિ જતી રહેવી અથવા સૂંઘવાની કે સ્વાદની તમારી શક્તિ બદલાવી

પરંતુ જો તમને કોરોનાવાઈરસની બીજી કોઈ પણ નિશાનીઓ હોય, અથવા તમને 3 દિવસ કરતાં વધારે સમયથી ખૂબ જ વધારે તાવ આવતો હોય, તો ઘરમાં જ રહો અને ટેસ્ટની ગોઠવણ કરો.

તમે 119 પર ફોન કરીને અથવા આ સરકારી વેબસાઇટ પર જઈને ટેસ્ટ બુક કરી શકો છો www.gov.uk/get-coronavirus-test



Gujarati_PHE_11920_AZ_Covid-19_what_to_expect_easy_read_03-guj.indd 3 26/03/2021 13:26:34

રસી લીધા પછી, જો તમારી તબિયત સારી હોય તો તમારી સાધારણ પ્રવૃત્તિઓ ફરી પાછી શરૂ કરી શકો છો. જો તમારું બાવડું વધારે દુખતું હોય, તો તમને કદાચ ભારે વસ્તુઓ ઉંચકવામાં મુશ્કેલી પડી શકે. જો તમારી તબિયત સારી ન લાગતી હોય, અથવા બહુ થાક લાગતો હોય તો તમારે આરામ કરવો જોઈએ અને કોઈ મશીનો કે ગાડી ન ચલાવવાં જોઈએ.

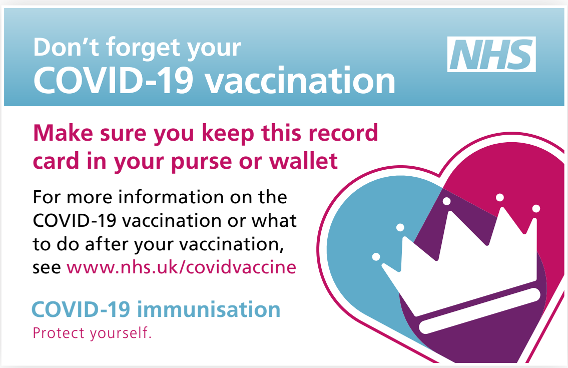
યાદ રાખો, રસી માટેની તમારી બીજી અપોઇન્ટમેન્ટમાં જવા માટેની યોજના બનાવી રાખો.

તમારી હવે પછીની અપોઇન્ટમેન્ટ તમારી પહેલી અપોઇન્ટમેન્ટ પછીનાં વધુમાં વધુ 12 અઠવાડિયાં પછી હોવી જોઈએ.

કોરોનાવાઈરસ સામે તમને સર્વોત્તમ સુરક્ષા પૂરી પાડવા માટે એક જ રસીના બંને ડોઝ લેવાનું અગત્યનું છે.

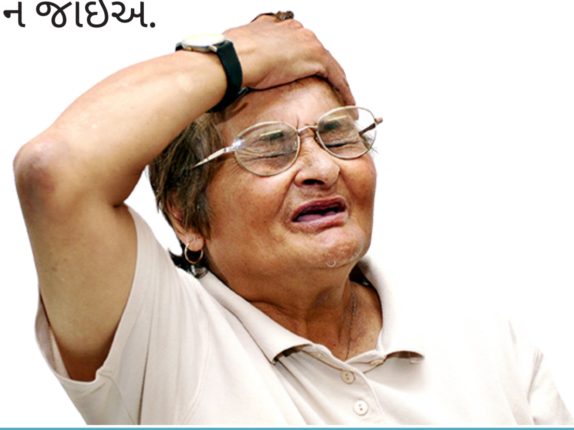
તમને તમારી પહેલી અપોઇન્ટમેન્ટ વખતે એક રેકોર્ડ કાર્ડ મળવું જોઈએ - આ કાર્ડ પર લખેલું હશે કે તમને કયા પ્રકારની રસી આપવામાં આવી છે, ક્યારે આપી છે અને તમારી હવે પછીની અપોઇન્ટમેન્ટ ક્યારે છે.

તમારું કાર્ડ સાચવીને રાખો અને તમારી બીજી અપોઈન્ટમેન્ટમાં હાજરી આપો છો તેની ખાતરી કરો.



જો તમારી તબિયત સારી ન હોય, તો તમારી બીજી અપોઇન્ટમેન્ટ પહેલાં તમે પૂરેપૂરાં સાજાં થઈ જાવ તેની રાહ જોવાનું વધારે સારું છે. તમારે તમારી બીજી અપોઇન્ટમેન્ટ શક્ય તેટલી જલદી લઈ ગોઠવવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ

જો તમે સેલ્ફ-આઈસોલેટ કરી રહ્યાં હો, કોરોનાવાઈરસના ટેસ્ટની રાહ જોઈ રહ્યાં હો, અથવા તમે સાજાં નરવાં છો કે નહિ તેની ચોક્કસ ખબર ન પડતી હોય, તો તમારે રસી માટેની અપોઈન્ટમેન્ટમાં જવું ન જોઈએ.



Gujarati_PHE_11920_AZ_Covid-19_what_to_expect_easy_read_03-guj.indd 4 26/03/2021 13:26:38

જો તમે તમારી અપોઇન્ટમેન્ટમાં ન જઈ શકો, તો તમારે જ્યાંથી રસી લેવાની હોય તે સ્થળે ફોન કરીને કહેવું જોઇએ કે તમે નહિ આવી શકો, અને બીજી અપોઈન્ટમેન્ટ ગોઠવવી જોઈએ.

કોરોનાવાઈરસ રસીથી તમને કોરોનાવાઈરસ સામે રક્ષણ મળવું જોઈએ, પરંતુ તમને હજુ પણ તે લાગી શકે તેવી થોડી શક્યતા છે. જો તમને હજુ યે કોરોનાવાઈરસ લાગે, તો રસી લીધા વગર તેનાથી તમે જેટલાં બીમાર પડી શકો એટલાં બીમાર ન પડવાં જોઈએ.

તમારી પહેલી રસીનો ડોઝ લીધા પછી તરત જ તમને કોરોનાવાઈરસથી સંપૂર્ણ રક્ષણ નહિ મળે. રસીના બંને ડોઝ લેવાથી તમને કોરોનાવાઈરસ સામે સર્વોત્તમ સુરક્ષા મળશે.

તમે રસી લઈ લીધી હોય તો પણ તમારે કોરોનાવાઈરસને લગતું માર્ગદર્શન અનુસરવાનું ચાલુ રાખવું જોઈએ. આમાં સમાવેશ થાય છે:

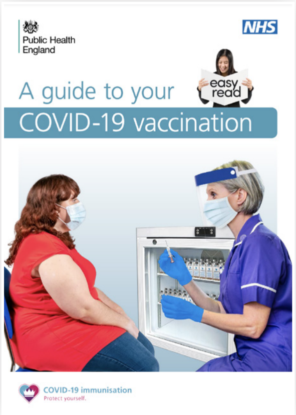
- બીજાં લોકોથી સલામત અંતરે દૂર રહેવું
- અવારનવાર અને ધ્યાનપૂર્વક તમારા હાથ ધોવા
- તમારાથી બની શકે તો ચહેરા પર આવરણ પહેરવું

નિયમો વિશે તમે અહીંથી વધારે જાણકારી મેળવી શકો છો www.gov.uk/coronavirus

Gujarati_PHE_11920_AZ_Covid-19_what_to_expect_easy_read_03-guj.indd 5 26/03/2021 13:26:40

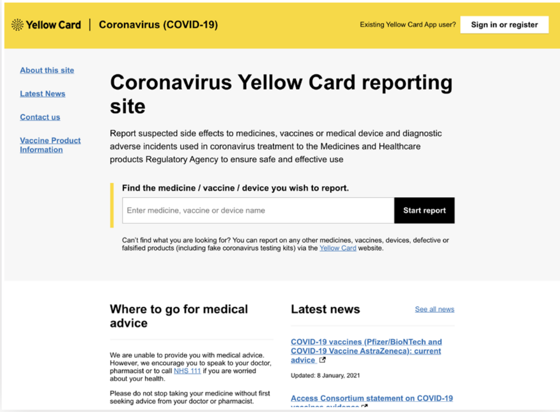
રસી લેવાથી તમને બીજા લોકોમાં કોરોનાવાઈરસ ફેલાવતાં અટકાવી શકાશે કે નહિ તેની અમને હજુ સુધી ખબર નથી.

સહેલાઈથી વાંચી શકાય તેવા સ્વરૂપમાં આપેલ માર્ગદર્શિકામાંથી કોરોનાવાઈરસ વિશે તમે વધારે જાણકારી મેળવી શકો છો: 'કોરોનાવાઈરસ રસીકરણ વિશે તમારી માર્ગદર્શિકા' (https://bit.ly/3asSK9Z)

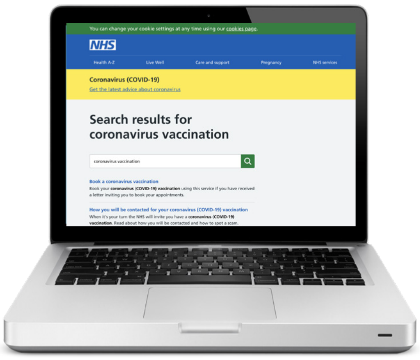


તમે આડઅસરો વિશે યલો કાર્ડ વેબસાઈટ (https://coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk) પર અથવા યલો કાર્ડ ઍપ ડાઉનલોડ કરીને તેના પર પણ જાણ કરી શકો છો.

આ વેબસાઈટ સરળતાથી વાંચી શકાય તેવા સ્વરૂપમાં નથી, આથી તમારે કદાચ બીજા કોઈની મદદ લેવી પડશે.



અહીંથી વધારે માહિતી પણ મેળવી શકાય છે www.NHS.UK



રસી, સૌથી વધારે અરક્ષિત હોય તેવાં લોકોનું રક્ષણ કરવામાં મદદ કરે છે.

© ક્રાઉન કોપીરાઈટ 2021. પ્રોડક્ટ કોડ COV2020307V2ERGU Gujarati. પબ્લિક હેલ્થ ઈંગ્લેન્ડ ગેટવે નંબર 2020645.
1p 500K (APS) FEB 2021. તમે વધુ સંખ્યામાં આ પત્રિકાઓ અહીંથી મંગાવી શકો છો www.healthpublications.gov.uk