

ਕੋਵਿਡ 19 ਦੇ ਟੀਕੇ: ਕੀ ਜਾਣਨਾ ਹੈ

ਮੈਨੂੰ ਟੀਕਾਕਰਣ ਕਿੱਥੇ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ?



ਮੈਂ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਿਵੇਂ ਕਰਾਂ?



ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰਦਾਤਾ

ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਆਨਲਾਈਨ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਰੋ



ਪੁੰਜ ਟੀਕਾਕਰਨ ਕਲੀਨਿਕ

ਸਾਡੀ ਵੈਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ: vaccinelocator.doh.wa.gov/



ਸਥਾਨਕ ਫਾਰਮੇਸੀਆਂ

ਜਾਂ 1-800-525-0127 ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ, ਫਿਰ ਦਬਾਓ # 1
ਭਾਸ਼ਾ ਸਹਾਇਤਾ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।



ਪੇਪ-ਅਪ ਜਾਂ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਕਲੀਨਿਕ

ਇਹ ਭਿੰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਕਲੀਨਿਕ ਬਾਰੇ ਕਿਸੇ ਦੋਸਤ ਜਾਂ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਮੈਂਬਰ ਤੋਂ ਸੁਣ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਕਿਵੇਂ ਸਾਈਨ ਅਪ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੀ ਟੀਕਾ ਮੁਲਾਕਾਤ ਲਈ ਕੀ ਲਿਆਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦੇਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਹੈ:

- ਪਛਾਣ
- ਬੀਮਾ ਕਾਰਡ
- ਸਮਾਜਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੰਬਰ



ਟੀਕੇ ਦੀ ਕੀਮਤ ਕਿੰਨੀ ਹੈ?

ਤੁਸੀਂ ਟੀਕਾ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਕੀਮਤ ਦੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਸ਼ੁਲਕ ਨਹੀਂ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਜਾਂ ਬਿਲ ਨਹੀਂ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ।



ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਦੂਜੀ ਸ਼ਾਟ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?



ਕੁਝ ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਦੋ ਖੁਰਾਕ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਏ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਸ ਨੂੰ ਲਗਭਗ ਦੋ ਹਫ਼ਤੇ ਲੱਗਦੇ ਹਨ। ਕੋਵਿਡ ਨੂੰ ਠੀਕ ਠੀਕ ਹੀਰੀਦਕਸ਼ੈਪ ਤਲੇੀਦ ਕਾਰੁਖ ਰਟਸੂਬ

Pfizer-BioNTech	2 ਖੁਰਾਕਾਂ, 21 ਦਿਨ ਛੱਡ ਕੇ
Moderna	2 ਖੁਰਾਕਾਂ, 28 ਦਿਨ ਛੱਡ ਕੇ
Johnson & Johnson	1 ਖੁਰਾਕ



ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਜ ਦੇ ਨਾਗਰਿਕ ਬਣਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਨਹੀਂ ਪੁੱਛਣਗੇ।

ਨਿੱਜੀ ਡੇਟਾ ਸਿਰਫ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾਣਗੇ।

ਵਧੇਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਲਈ



ਜਾਓ: COVIDVaccineWA.org ਜਾਂ DOH.WA.GOV/Coronavirus



ਕਾਲ ਕਰੋ: 1-800-525-0127, ਫਿਰ ਦਬਾਓ ਭਾਸ਼ਾ ਸਹਾਇਤਾ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

Vaccinate WA

CovidVaccineWA.org

ਇਸਦੇ ਕਿਹੜੇ ਮਾੜੇ ਅਸਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ?

ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਪੂਰੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ:

- ਥਕਾਵਟ
- ਸਿਰ ਦਰਦ
- ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ
- ਠੰਢ ਲੱਗਣਾ
- ਬੁਖਾਰ
- ਬੇਸੁੱਧ



ਤੁਹਾਡੀ ਬਾਂਹ 'ਤੇ ਜਿੱਥੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੀਕਾ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ:

- ਦਰਦ
- ਲਾਲੀ
- ਸੋਜਸ



ਦੋ ਸ਼ਾਟ ਵਾਲੀਆਂ ਟੀਕਿਆਂ ਲਈ, ਦੂਸਰੀ ਖੁਰਾਕ ਦੇ ਬਾਅਦ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੋਰ ਵੀ ਮਾੜੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

911 ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਐਲਰਜੀ ਵਾਲੀ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਵੀ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਸੀਂ V-Safe ਲਈ ਸਾਈਨ ਅਪ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ: vsafe.cdc.gov.

ਕੀ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕੋਵਿਡ-19 ਟੀਕਾ ਕੀ ਕਰਦਾ ਹੈ?



ਕੋਵਿਡ-19 ਟੀਕਾ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਕਰਾਉਣ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਕੀ ਟੀਕੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ?

ਹਾਂ। ਸਾਰੇ ਟੀਕੇ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਲੋਕਾਂ ਤੇ ਟੈਸਟ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਨ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਨਸਲਾਂ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰਤੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਜੋ ਮੇਟਾਪਾ, ਸੂਗਰ, ਦਿਲ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ, ਜਿਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ, ਅਤੇ ਐਚਆਈਵੀ ਵਰਗੀਆਂ ਸਿਹਤ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਾਲੇ ਹਨ।



Department of Health (ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ) ਸੁਰੱਖਿਆ ਰਿਪੋਰਟਾਂ ਦੀ ਨਿਯਮਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜਾਂਚ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀਆਂ ਕੋਈ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਨਹੀਂ ਹਨ।

ਕੀ ਇੱਕ ਟੀਕਾ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲੋਂ ਬਿਹਤਰ ਹੈ?

ਅਸੀਂ mRNA ਦੇ (Pfizer-BioNTech or Moderna) ਕੋਵਿਡ-19 ਟੀਕੇ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਬਜਾਏ Johnson & Johnson (J&J) ਟੀਕੇ ਦੇ ਸਿੰਗਲ ਸ਼ਾਟ ਦੇ।

ਭਾਵੇਂ, ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਟੀਕੇ ਨੂੰ ਲਗਾਵਾਉਣ ਦੇ ਯੋਗ ਜਾਂ ਇੱਛੁਕ ਨਹੀਂ ਹੋ ਤਾਂ J&J ਟੀਕਾ ਅਜੇ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਵਿਕਲਪਾਂ ਬਾਰੇ ਕਿਸੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।



ਮੈਨੂੰ ਟੀਕਾ ਕਿਉਂ ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ 'ਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹੋਗੇ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਦੁਬਾਰਾ ਮਿਲ ਸਕੋਗੇ।

ਤੁਹਾਡੇ ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਨਾਲ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਘੱਟ ਹੋਵੇਗੀ, ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਵੋਗੇ ਜਾਂ ਕੋਵਿਡ-19 ਤੋਂ ਮਰ ਜਾਵੋਗੇ।

