COVID-19 ਦੇ ਟੀਕਿਆਂ ਦਾ ਸਨੈਪਸ਼ਾਟ

Vaccinate WA
CovidVaccineWA.org

ਕਲੀਨਿਕਲ ਟਰਾਇਲ ਦੱਸਦੇ ਹਨ ਕਿ ਮੌਜੂਦਾ ਸਾਰੇ ਟੀਕੇ COVID-19 ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਬਹੁਤ ਹੀ ਕਾਰਗਰ ਸਾਬਤ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ। ਕੁੱਝ ਵਖਰੇਵੇਂ ਵੀ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਹੇਠਾਂ ਵੇਖੋ।

	Johnson & Johnson	Pfizer - BioNTech	Moderna
ਮੈਨੂੰ ਕਿੰਨੇ ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?	**1**	**2** (3 ਹਫ਼ਤੇ ਅੰਤਰਾਲ)	**2** (4 ਹਫ਼ਤੇ ਅੰਤਰਾਲ)
		3 ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਪ੍ਰਤੀਰੱਖਿਅਤ ਹੋ (ਅੰਤਮ ਖ਼ੁਰਾਕ ਦੂਜੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 4 ਹਫ਼ਤੇ ਬਾਅਦ ਲਈ ਗਈ ਹੈ)	
ਮੈਂ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਦੋਂ ਹੋਵਾਂਗਾ?	ਟੀਕਾ (ਸ਼ਾਟ) ਲਗਵਾਉਣ ਦੇ 2 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਬਾਅਦ	ਆਪਣੀ ਦੂਜੀ ਖ਼ੁਰਾਕ (ਡੋਜ਼) ਲੈਣ ਦੇ 2 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਬਾਅਦ	ਆਪਣੀ ਦੂਜੀ ਖ਼ੁਰਾਕ (ਡੋਜ਼) ਲੈਣ ਦੇ 2 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਬਾਅਦ
ਇਸ ਟੀਕੇ ਨੂੰ ਲਗਵਾਉਣ ਲਈ ਮੇਰੀ ਉਮਰ ਕਿੰਨੀ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?	18 ਸਾਲ ਜਾਂ ਵੱਧ	5 ਸਾਲ ਜਾਂ ਵੱਧ	18 ਸਾਲ ਜਾਂ ਵੱਧ
ਕਲੀਨਿਕਲ ਟਰਾਇਲਾਂ ਵਿੱਚ ਟੀਕੇ ਦੀ ਕਾਰਗੁਜ਼ਾਰੀ ਕਿਵੇਂ ਸੀ?	ਕਿਸੇ ਵੀ ਬਿਮਾਰੀ ਪ੍ਰਤੀ **74%** ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਪ੍ਰਤੀ **85%** ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਅਤੇ ਮੌਤ ਪ੍ਰਤੀ **100%** ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀ	ਕਿਸੇ ਵੀ ਬਿਮਾਰੀ ਪ੍ਰਤੀ **95%** ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਮੌਤ ਤੋਂ **100%** ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀ	ਕਿਸੇ ਵੀ ਬਿਮਾਰੀ ਪ੍ਰਤੀ **94%** ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਮੌਤ ਤੋਂ **100%** ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀ

ਟੀਕੇ ਦੀ ਕਾਰਗੁਜ਼ਾਰੀ ਬਾਰੇ ਕੀ ਜਾਣਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ
ਕਾਰਗੁਜ਼ਾਰੀ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਪੈਮਾਨਾ ਹੈ ਕਿ ਇੱਕ ਟੀਕਾ ਕਲੀਨਿਕਲ ਟਰਾਇਲਾਂ ਦੌਰਾਨ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਕਿੰਨੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਰੋਕਥਾਮ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕਲੀਨਿਕਲ ਟਰਾਇਲ ਵੱਖੋ ਵੱਖਰੇ ਸਥਾਨਾਂ ਅਤੇ ਵੱਖੋ ਵੱਖਰੇ ਸਮੇਂ ਹੋਏ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਕਾਰਗੁਜ਼ਾਰੀ ਦੇ ਨੰਬਰਾਂ ਦੀ ਸਹੀ-ਸਹੀ ਤੁਲਨਾ ਕਰਨੀ ਅਸਾਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਇਹ ਸਿਰਫ ਇਹ ਦੱਸ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਹਰੇਕ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਤੇ ਟਰਾਇਲ ਦੌਰਾਨ ਕੀ ਅਸਰ ਹੋਇਆ ਸੀ। **ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ੀਲਤਾ** ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਇੱਕ ਪੈਮਾਨਾ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਟੀਕਾ ਅਸਲ ਜਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਕਿੰਨੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਰੋਕਥਾਮ ਕਰ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਸਾਨੂੰ ਅਜੇ ਵੀ ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ੀਲਤਾ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਣ ਦਾ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਹੈ।

ਟੀਕੇ ਦੀ ਕਿਸਮ	**Adenovirus (Viral vector) (ਐਡੇਨੋਵਾਇਰਸ (ਵਾਇਰਲ ਵੈਕਟਰ))** ਇਹ ਟੀਕਾ COVID-19 ਨਾਲ ਲੜਨ ਲਈ ਐਂਟੀਬਾਡੀਜ਼ ਕਿਵੇਂ ਬਣਾਉਣੇ ਹਨ ਸੰਬੰਧੀ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਹਦਾਇਤਾਂ ਦੇਣ ਲਈ ਇੱਕ ਵਾਹਕ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇੱਕ ਵੱਖਰੇ ਵਾਇਰਸ (ਕੋਲਡ ਵਾਇਰਸ) ਦੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੂਪਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਉ ਕਾਰਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜ਼ੁਕਾਮ ਜਾਂ COVID-19 ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ।	**ਦੋਵੇਂ Pfizer ਅਤੇ Moderna mRNA ਟੀਕੇ ਹਨ** mRNA ਟੀਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਸਿੱਖਿਅਤ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿਸ ਨਾਲ਼ ਰੋਗ-ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਤੇਜ਼ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਕਦੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਰੀਰ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆ ਵੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਸਰੀਰ ਐਂਟੀਬਾਡੀਜ਼ ਬਣਾਏਗਾ ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡਾ COVID ਤੋਂ ਬਚਾਓ ਹੋਵੇਗਾ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਨਾਲ COVID-19 ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ।

	Johnson & Johnson	Pfizer - BioNTech	Moderna
ਮੈਨੂੰ ਬੂਸਟਰ ਖੁਰਾਕ ਕਦੋਂ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?	ਤੁਹਾਡੀ ਆਖਰੀ ਖੁਰਾਕ ਤੋਂ 2 ਮਹੀਨੇ ਬਾਅਦ	ਤੁਹਾਡੀ ਆਖਰੀ ਖੁਰਾਕ ਤੋਂ 5 ਮਹੀਨੇ ਬਾਅਦ	ਤੁਹਾਡੀ ਆਖਰੀ ਖੁਰਾਕ ਤੋਂ 5 ਮਹੀਨੇ ਬਾਅਦ
ਈਾਵਦ ਤੇਅ ਨਜਭੋU.S. Food and Drug Administration (FDA) {।ਧਬੰਪ੍ਰੀਤਥਸਿ ਲਾਨ	ਦੇ ਰਮਉ ਧਵੱ ਤੋਂ ਸਇ ਾਂਜ ਲਾਸ 18 ਤਰਾਕਧਿਅ ਈਲ ਾਂਕਲੋ	5 ਈਲ ਾਂਕਲੋ ਦੇ ਰਮਉ ਾਦ ਲਾਸ15 ਤੋਂ । ਤਰਾਕਧਿਅ ਾਂਕਲੋ ਦੇ ਰਮਉ ਧਵੱ ਤੋਂ ਸਇ ਾਂਜ ਲਾਸ 16 ।ਰਜ਼ੂਨਮ ਾਂਰ੍ਹਤ ਾਰਿਪੂ ਈਲ	18 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਨਜ਼ੂਰ।
ਇਹ ਕਿਹੜੇ ਤੱਤਾਂ ਤੋਂ ਬਣਿਆ ਹੈ?	ਟੀਕੇ ਵਿਚ ਫੈਟ, ਲੂਣ ਅਤੇ ਸ਼ੂਗਰ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਐਡੀਨੋਵਾਇਰਸ ਦੇ ਵੀ ਸਰਗਰਮ ਤੱਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।	ਟੀਕੇ ਵਿੱਚ ਫੈਟ, ਲੂਣ ਅਤੇ ਸ਼ੂਗਰ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ RNA ਮੈਸੇਂਜਰ (mRNA) ਦੇ ਵੀ ਸਰਗਰਮ ਤੱਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।	ਟੀਕੇ ਵਿੱਚ ਫੈਟ, ਲੂਣ ਅਤੇ ਸ਼ੂਗਰ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ RNA ਮੈਸੇਂਜਰ (mRNA) ਦੇ ਵੀ ਸਰਗਰਮ ਤੱਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
ਕੀ ਇਹ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਨਵੇਂ ਰੂਪਾਂ (variants) ਤੋਂ ਵੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦਾ ਹੈ?	ਅਜੇ ਤੱਕ, ਅਧਿਐਨ ਸੁਝਾਅ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਮੌਜੂਦਾ ਅਧਿਕਾਰਤ ਟੀਕੇ ਸੰਚਾਰੀ ਰੂਪਾਂ ਤੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਵਿਗਿਆਨੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਰੂਪਾਂ ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਕਰਨਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣਗੇ।		
ਟਰਾਇਲ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਕੌਣ ਲੋਕ ਸਨ?	• 3.3% ਏਸ਼ੀਅਨ • 9.5% ਅਮਰੀਕੀ ਭਾਰਤੀ ਜਾਂ ਅਲਾਸਕਾ ਦੇ ਮੂਲ ਨਿਵਾਸੀ • 19.4% ਕਾਲੇ/ਅਫਰੀਕਨ ਅਮਰੀਕੀ • 45% ਲਾਤੀਨੀ ਅਮਰੀਕੀ/ਲੈਟਿਨਿਕਸ • 0.2% ਮੂਲ ਹਵਾਈਅਨ ਜਾਂ ਹੋਰ ਪ੍ਰਸ਼ਾਤ ਮਹਾਸਾਗਰ ਟਾਪੂ ਨਿਵਾਸੀ • 5.6% ਕਈ ਹੋਰ ਨਸਲਾਂ • 59% ਗੋਰੇ ਗਲੋਬਲ ਕਲੀਨਿਕਲ ਟਾਰਇਲ ਵਿੱਚਲੇ 41% ਭਾਗੀਦਾਰਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਜਾਂ ਵਧੇਰੇ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਮੁੱਢਲੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹੋਈਆਂ ਸਨ।	• 4% ਏਸ਼ੀਅਨ • 0.6% ਅਮਰੀਕੀ ਭਾਰਤੀ ਜਾਂ ਅਲਾਸਕਾ ਦੇ ਮੂਲ ਨਿਵਾਸੀ • 10% ਕਾਲੇ/ਅਫਰੀਕਨ ਅਮਰੀਕੀ • 26% ਲਾਤੀਨੀ ਅਮਰੀਕੀ/ਲੈਟਿਨਿਕਸ • 0.2% ਮੂਲ ਹਵਾਈਅਨ ਜਾਂ ਹੋਰ ਪ੍ਰਸ਼ਾਤ ਮਹਾਸਾਗਰ ਟਾਪੂ ਨਿਵਾਸੀ • 3% ਕਈ ਹੋਰ ਨਸਲਾਂ • 82% ਗੋਰੇ ਗਲੋਬਲ ਟਰਾਇਲ ਵਿੱਚਲੇ 46.2% ਭਾਗੀਦਾਰਾਂ ਨੂੰ ਮੁੱਢਲੀਆਂ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਸਨ। 34.8% ਭਾਗੀਦਾਰ ਦਾ ਵਜ਼ਨ ਵੱਧ ਸੀ।	• 5% ਏਸ਼ੀਅਨ • 1% ਅਮਰੀਕਨ ਭਾਰਤੀ ਜਾਂ ਅਲਾਸਕਾ ਦੇ ਮੂਲ • 10% ਕਾਲੇ/ਅਫਰੀਕਨ ਅਮਰੀਕੀ • 20% ਲਾਤੀਨੀ ਅਮਰੀਕੀ/ਲੈਟਿਨਿਕਸ • 0.2% ਮੂਲ ਹਵਾਈਅਨ ਜਾਂ ਹੋਰ ਪ੍ਰਸ਼ਾਤ ਮਹਾਸਾਗਰ ਟਾਪੂ ਨਿਵਾਸੀ • 2.1% "ਹੋਰ ਨਸਲਾਂ ਦੇ" • 79% ਗੋਰੇ 22% ਗਲੋਬਲ ਟਰਾਇਲ ਭਾਗੀਦਾਰਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਦੀ ਉੱਚ-ਜੋਖਮ ਵਾਲੀ ਹਾਲਤ ਸੀ ਅਤੇ 4% ਵਿੱਚੋਂ ਦੋ ਜਾਂ ਵੱਧ ਦੀਆਂ ਉਚ-ਜੋਖਮ ਵਾਲੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਸਨ
ਇਸਦੇ ਕਿਹੜੇ ਮਾੜੇ ਅਸਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ?	ਥਕਾਵਟ, ਬੁਖਾਰ, ਸਿਰ ਦਰਦ, ਟੀਕੇ ਵਾਲੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਦਰਦ, ਅਤੇ/ਜਾਂ ਮਾਈਲਜੀਆ (ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਜਾਂ ਕਈ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ) ਜੋ ਇੱਕ ਜਾਂ ਦੋ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।	ਠੰਡ ਲੱਗਣਾ, ਸਿਰ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਸਰੀਰ ਦਰਦ, ਥਕਾਵਟ ਹੋਣਾ, ਅਤੇ/ਜਾਂ ਟੀਕਾ ਲਗਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਲਾਲੀ ਅਤੇ ਸੋਜ ਜੋ ਇੱਕ ਜਾਂ ਦੋ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।	ਠੰਡ ਲੱਗਣਾ, ਸਿਰ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਸਰੀਰ ਦਰਦ, ਥਕਾਵਟ ਹੋਣਾ, ਅਤੇ/ਜਾਂ ਟੀਕਾ ਲਗਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਲਾਲੀ ਅਤੇ ਸੋਜ ਜੋ ਇੱਕ ਜਾਂ ਦੋ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

DOH 820-169 February 2022 Punjabi

ਇਸ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਦੀ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਲਈ ਬੇਨਤੀ ਕਰਨ ਲਈ, 1-800-525-0127 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਬੋਲੇ ਜਾਂ ਉੱਚਾ ਸੁਣਨ ਵਾਲੇ ਗਾਹਕ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ 711 (Washington Relay) 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ civil.rights@doh.wa.gov 'ਤੇ ਈਮੇਲ ਕਰੋ