

Script ng Video sa Edukasyon Tungkol sa Bakuna sa COVID-19

Paano gamitin ang template ng script na ito

Tinutugunan ng nilalaman ng script ng video na ito ang maraming paksang nauugnay sa mga bakuna sa COVID-19. Magagamit mo ang script na ito para gumawa ng mga video para ipalabas bilang bahagi ng promosyon ng klinika ng bakuna, sa panahon ng pagpapatakbo ng klinika ng bakuna, o sa anumang iba pang lugar o sitwasyon kung saan nagbabahagi ka ng impormasyon sa bakuna sa COVID-19.

Kapag gumagawa ng video, piliin ang mga seksiyon ng script na pinakanaaangkop sa iyong komunidad at sa mga pangangailangan nila. Maaari mong gamitin ang lahat ng nilalaman, paghaluin at pagtugmain ang mga paksa, o muling isulat o ayusin ang mga seksiyon.

Halimbawa, kung mayroong mga haka-haka na kumakalat sa iyong komunidad, baka gusto mong gamitin ang nilalaman na nauugnay sa mga sangkap, pagkakasakit pagkatapos magpabakuna, mga alalahanin tungkol sa mga microchip, o mga alalahanin tungkol sa DNA. O kaya, kung gusto ng mga tao sa iyong komunidad na maging handa para magpabakuna, maaari mong gamitin ang nilalaman tungkol sa ID, halaga, ano ang dapat asahan, at mga side effect.

Mga suhestiyon lamang ang mga ito—maaari kang gumamit ng anumang kombinasyon ng mga paksa na mainam para sa iyo. Isa itong template at layon nitong suportahan ang iyong mga pangangailangan sa video tungkol sa bakuna sa COVID-19 nang may pleksibilidad. Dahil sa pleksibilidad na ito, walang mga pang-ugnay na pahayag sa script. Kung kailangan, mangyaring magdagdag ng iyong mga sariling pang-ugnay na pahayag sa pagitan ng mga paksa kapag ginawa mo ang iyong video.

Iminumungkahi naming panatilihin mas maiksi sa tatlong minuto ang iyong video para madali itong mapanood ng mga tao at maalala nila ang natutunan nila. Hindi mo kailangang gamitin ang lahat ng nilalaman sa iisang video. Kung gusto mong gamitin ang lahat ng nilalaman, pag-isipang gumawa ng ilang maiikling video.

Iminumungkahing script:

Introduksiyon/panimula

[Personal na panimula (10-15 segundo): ipakilala ang iyong sarili, anong organisasyon ang kinakatawan mo, at ang iyong tungkulin sa organisasyon o sa anong komunidad ka nauugnay at ang iyong tungkulin doon. Ibahagi kung bakit mo inilalaan ang iyong oras sa paggawa ng video na ito]

Maraming impormasyon tungkol sa bakuna sa COVID-19. Maaaring napakahirap na subukang intindihin ang lahat ng tungkol sa agham—at mga opinyon ng mga tao—habang iniisip kung ano ang pinakamainam para sa iyo.

Ang impormasyong ibabahagi ko ngayon ay mula sa Washington State Department of Health (DOH, Departamento ng Kalusugan ng Estado ng Washington), Centers for Disease Control and Prevention

(CDC, Mga Sentro para sa Pagkontrol at Pag-iwas sa Sakit) at U.S. Food and Drug Administration (FDA, Pangasiwaan ng Pagkain at Gamot ng U.S.). Nasa iyo ang desisyong magpabakuna, at mahalagang gumawa ng desisyong batay sa kaalaman. Hinihikayat kitang gumawa ng iyong sariling pananaliksik gamit ang mga mapagkakatiwalaang pinagmumulan ng impormasyon gaya ng Department of Health, o makipag-usap sa mga nars, doktor, at manggagawa sa kalusugan ng komunidad.

Gamitin kung gusto mong tugunan ang: Katibayan ng pagkamamamayan

Hindi mo kailangang maging mamamayan ng U.S. o magpakita ng katibayan ng pagkamamamayan para makuha ang bakuna. Anuman ang katayuan sa pagkamamamayan o imigrasyon, maaaring magpabakuna ang lahat ng tao sa Washington. Ang tanging panuntunan ay kailangang 12 o higit pa ang iyong edad.

Gamitin kung gusto mong tugunan ang: Mga kinakailangan sa ID

Kapag nagpabakuna ka, maaaring hilingin sa iyo ang isang ID o numero ng Social Security. Pero hindi mo kailangang ipakita ito kung hindi mo gusto o kung hindi mo ito dala.

Gamitin kung gusto mong tugunan ang: Halaga

Ibinibigay ang bakuna nang walang bayad sa lahat, kahit sa mga taong walang insurance. Hindi ka dapat singilin mula sa sarili mong bulsa o makakuha ng bill. Kung mayroon kang insurance, sabihin ito sa iyong provider ng bakuna, pero ok lang kung wala kang insurance. Makakapagpabakuna ka pa rin nang walang bayad.

Gamitin kung gusto mong tugunan ang: Access sa wika

Kung kailangan mo ng tulong sa wika o may iba ka pang pangangailangan sa komunikasyon, magtanong sa iyong provider ng bakuna. Maaaring available ang mga serbisyo sa interpretasyon.

Paalala sa tagapagpresenta: punan ng (mga) partikular na wika na nauugnay sa mga nanonood ng video.

Gamitin kung gusto mong tugunan ang: Mga uri ng bakuna

Kasalukuyang may 3 bakuna na makakaprotekta sa iyo mula sa pagkakaroon ng malubhang sakit o pagkamatay dahil sa COVID-19. Ang lahat ng bakunang ito ay lubos na epektibo sa pag-iwas sa COVID-19, at lubos nitong pinapababa ang posibilidad na magkaroon ka ng malubhang sakit o pumanaw ka dahil sa COVID-19. Kailangan mo lang mabakunahan ng isang brand ng bakuna.

- Dalawang dosis ang bakuna ng Pfizer, na kinukuha nang may 3 linggong pagitan sa isa't isa. Maaaring makakuha ng bakuna ng Pfizer ang sinumang may edad na 12 o higit pa.
- Dalawang dosis din ang bakuna ng Moderna, na kinukuha nang may 4 na linggong pagitan sa isa't isa, at para ito sa sinumang 18 taong gulang o higit pa.
- Isa lang ang dosis ng Johnson & Johnson at para din ito sa sinumang 18 taong gulang o higit pa.

Gamitin kung gusto mong tugunan ang: Ano ang dapat asahan pagkatapos magpabakuna

Bago ka magpabakuna, may ilang tanong sa iyo ang iyong provider para malaman ang panganib mong magkaroon ng mga allergic reaction. Pagkatapos mong magpabakuna, kakailanganin mong manatili sa lugar sa loob ng 15 minuto. Habang naghihintay ka, susubaybayan ng provider kung may mga reaksiyon

sa bakuna. Napakabihira ng pagkakaroon ng mga reaksiyon sa bakuna. Sinanay ang iyong provider para tumugon at alam niya kung paano ka tutulungan kung magkakaroon ka man ng reaksiyon.

Pagkatapos mong makuha ang iyong unang bakuna, makakakuha ka ng card ng rekord ng pagpapabakuna. Ang card na ito ay isang rekord o patunay na natanggap mo ang bakuna sa COVID-19. Itago ang card na ito para i-track ang petsa, uri ng bakunang nakuha mo, at ilang dosis ang natanggap mo. Dapat mo rin itong itago para kung sakaling kailangan mong patunayang nabakunahan ka para sa COVID-19. Kuhanan ng litrato ang card o gumawa ng kopya nito para magamit kung sakaling mawala mo ito.

Kung nakuha mo ang bakuna ng Pfizer o Moderna, tanungin kung maaari mong iiskedyul ang iyong pangalawang appointment habang nasa klinika ka para sa iyong unang appointment.

Aabutin nang hanggang dalawang linggo pagkatapos mong ganap na mabakunahan bago ka magkaroon ng pinakamataas na proteksiyon. Pagkatapos, maaari mo nang gawin ang marami sa mga bagay na ginagawa mo bago ang pandemya. Itinuturing kang ganap na nabakunahan 2 linggo pagkatapos ng iyong ika-2 dosis ng Pfizer o Moderna, o 2 linggo pagkatapos ng iyong isang dosis ng Johnson & Johnson. Tingnan ang website na LifeAfterVaccine.org para alamin ang tungkol sa kung ano ang maaari mong gawin pagkatapos mong ganap na mabakunahan.

Gamitin kung gusto mong magbigay ng impormasyon batay sa mga karaniwang tanong tungkol sa bakuna

Gaya ng maaaring alam mo na, ang mga bakuna sa COVID-19 ay inaprubahan ng FDA para sa pang-emergency na paggamit at ginagawa ng ating mga medikal na provider at departamento ng kalusugan ang kanilang makakaya para maibigay ang bakuna sa lahat ng residente ng Washington.

Para sa ilang tao, nagdudulot ng stress ang pag-iisip tungkol sa pagpapabakuna dahil hindi sila sigurado kung paano tutugon ang kanilang katawan. Normal lang na kabahan tungkol sa anumang medikal na paggamot, at palaging mainam na magtanong. Ang mainam na malaman ay pagkatapos ng milyon-milyong naibigay na dosis, nakita naming halos magkakapareho ang reaksiyon ng mga tao sa bakuna. Maraming tao ang nagkakaroon lang ng pamamaga ng braso at nakakaramdam ng kaunting pagod sa loob ng ilang araw. Ang iba ay maaaring magkaroon ng panginginig o mababang lagnat na madaling mawala. Ang ilang tao ay walang nararamdamang anumang side effect. Napakabihira ng mas malulubhang reaksiyon.

Gamitin kung gusto mong tugunan ang: Mga sangkap sa bakuna, kasama ang mga haka-haka tungkol sa ilang partikular na sangkap

Ginagawa ang mga bakuna gamit ang mga taba, asin, at asukal para tulungang mas gumana ang mga iyon sa iyong katawan. Ang lahat ng sangkap ay ligtas at kailangan para maprotektahan ka ng bakuna. Mangyaring tandaan na ang mga bakuna ay hindi naglalaman ng mga bahagi o cell ng fetus, latex, metal, tracking device, preservative, o anumang produkto mula sa hayop kasama ang mga produkto ng baboy o itlog. Hindi naglalaman ang mga bakuna ng virus na nagdudulot ng COVID-19.

Gamitin kung gusto mong tugunan ang: Mga haka-haka tungkol sa tracking o mga chip sa bakuna

May mga kumakalat na haka-haka tungkol sa mga microchip at tracking. Walang microchip o iba pang tracking device sa mga bakuna sa COVID-19, o anumang iba pang bakuna. Hindi tina-track ng bakuna ang mga tao at hindi ito nangongolekta ng personal na impormasyon. Inirerekord ng pamahalaan ang impormasyon na nagbigay ng bakuna, pero hindi ka nila ita-track at hindi ka nila kayang i-track. Ginagawa ang rekord mula sa form na pinupunan mo kapag magpapabakuna ka. Sa madaling salita, walang chip sa vaccine. Hindi kailanman nagkaroon ng mga chip sa mga bakuna! Ang mga provider [gaya ko] ay gumagamit ng mga rekord sa pagpapabakuna ng estado para itala ang mga pagpapabakuna ng mga pasyente, kasama ang bakuna sa COVID-19. Ginagamit namin ang mga rekord na ito para paalalahanan ka kung kailangan mo nang magpapabakuna at para malaman kung sino ang madaling magkasakit sa mga panahon ng paglaganap ng sakit.

Gamitin kung gusto mong tugunan ang: Kaligtasan ng bakuna para sa komunidad ng BIPOC

Inawtorisahan ng FDA ang mga bakunang ito pagkatapos suriin ang maraming ebidensiya. Kinumpirma ng mga hiwalay na eksperto na natutugunan ng mga ito ang matataas na pamantayan sa kaligtasan. Nakilahok ang mga taong mula sa iba't ibang lahi at etnisidad sa mga pagsubok para sa mga bakuna. Para sa mga bakuna ng Pfizer at Moderna, humigit-kumulang 30% ng mga kalahok sa U.S. sa mga pagsubok para sa bakuna ay Hispanic, Black o African American, Asian, o American Indian o Alaska Native at ang humigit-kumulang sa kalahati ay mga nakatatandang nasa hustong gulang.

Para sa bakuna ng Johnson & Johnson, humigit-kumulang 38% ng lahat ng kalahok sa mga pagsubok para sa bakuna ay tinukoy ang sarili bilang Black o African American, Asian, o American Indian o Alaska Native at ang humigit-kumulang sa kalahati ay mga nakatatandang nasa hustong gulang. Dagdag dito, humigit-kumulang 45% ng lahat ng kalahok ay tinukoy ang sarili bilang Hispanic o Latinx. Walang makabuluhang alalahanin sa kaligtasan na natukoy sa mga ito o sa anumang iba pang grupo para sa alinman sa mga pagsubok.

Gamitin kung gusto mong tugunan ang: Paano Gumagana ang Bakuna

Tinuturuan ng bakuna ang iyong katawan na gumawa ng mga antibody na malalabanan ang virus kung magkaroon ka ng impeksiyon. Kaya, magagawa mong labanan ang virus nang hindi nagkakasakit, at hindi mo makakaligtaan ang mga event o trabaho. Ito ay parehong paraan kung paano nilalabanan ng mga karaniwang bakuna mo o ng iyong anak ang iba pang sakit, gaya ng tigas at ubong-dalahit (whooping cough).

Gamitin kung gusto mong tugunan ang: Sino ang dapat na magpabakuna

Ang lahat na may edad na 12 at higit pa ay dapat na magpabakuna. Kasama rito ang mga tao na dating nagsakit dahil sa COVID-19, at mga taong malusog. Hinihikayat naming magpabakuna ang lahat ng kwalipikado. Ngunit alam naming may ibang taong maaaring hindi sigurado dahil posibleng buntis sila o nag-aalala tungkol sa isang kondisyong pangkalusugan. Kausapin ang isang provider ng pangangalagang pangkalusugan o manggagawa sa klinika kung may mga alalahanin ka tungkol sa pagpapabakuna.

Hindi limitado ang bakuna sa kung sino lang ang maaaring kumuha nito ngayon. Noong una, nang limitado ang ating supply, nagagawa lamang namin itong ialok sa maliliit na grupo ng mga tao. Pero ngayong may sapat nang bakuna, ito na ang panahon para ikaw naman ang magpabakuna! Ang lahat na may edad na 12 at pataas ay maaaring magpabakuna sa Washington.

Gamitin kung gusto mong tugunan ang: Kaligtasan ng bakuna para sa mga taong buntis o gustong magkaanak

Maaaring magpabakuna ang mga taong buntis, nagpapasuso, o sumusubok na maging buntis. Tama lang na gusto mong protektahan ang iyong sarili at ang iyong pamilya. Ipinapahiwatig ng mga naunang ulat na maaaring makatulong ang bakuna sa iyong katawan para magpasa ng mga antibody sa iyong anak sa pamamagitan ng gatas mula sa ina. Kinakailangan ng higit pang pag-aaral, pero kung kumpirmado na ito, makakatulong itong protektahan ang iyong sanggol mula sa COVID-19. At kung nais mong magkaanak sa hinaharap, walang ebidensiyang nagsasabing ang mga problema sa kakayahang magkaanak ay side effect ng anumang bakuna, kasama ang mga bakuna sa COVID-19. Kung ikaw ay buntis, nagpapasuso, o nagpaplanong maging buntis, makipag-usap sa iyong provider ng pangangalagang pangkalusugan para mapagpasiyan kung tama ang bakuna para sa iyo.

Ang mga medikal na eksperto ay walang anumang alalahanin sa kaligtasan para sa mga taong buntis.

Gamitin kung gusto mong tugunan ang: Kaligtasan ng bakuna para sa mga taong may mga kasalukuyang kondisyon sa kalusugan

Inirerekomenda ang mga bakuna sa COVID-19 para sa mga taong may mararaming kondisyon sa kalusugan kasama ang sakit sa puso, sakit sa бага, diabetes, o labis na katabaan. Ang mga taong may mga ganito o iba pang kondisyon ay may mas mataas na posibilidad na magkaroon ng malubhang karamdaman kung magkakaroon sila ng COVID-19 kaya mas mahalaga ang bakuna para maprotektahan sila. Kausapin ang isang provider ng pangangalagang pangkalusugan kung mayroon kang kondisyon sa kalusugan. Magbibigay siya sa iyo ng lahat ng impormasyong kailangan mo para makagawa ng desisyong batay sa impormasyon tungkol sa bakuna.

Gamitin kung gusto mong tugunan ang: Mga side effect

Posible ang ilang side effect. Maaari kang magkaroon ng mga side effect pagkatapos mong magpabakuna. Maaaring makaranas ka ng pamamaga ng braso, pagkapagod, pananakit ng ulo, o pananakit ng kalamnan. Normal ang mga ito, at ang ibig sabihin nito ay gumagana ang bakuna para tulungan ang iyong katawan na bumuo ng proteksiyon. At kahit na wala kang side effect, bumubuo pa rin ng proteksiyon ang iyong katawan.

Para sa karamihan ng mga tao, nangyayari ang mga side effect na ito sa loob ng dalawang araw mula nang magpabakuna at nagtatagal nang halos isang araw. Para sa mga bakunang may dalawang dosis, maaaring mas karaniwan ang mga side effect pagkatapos ng pangalawang dosis kaysa sa unang dosis.

Kapag alam mo ang mga side effect na ito, makakatulong ito sa iyo na maghanda bago ka magpabakuna. Ang mga side effect na ito ay hindi malubha, hindi nagtatagal, at madaling hulaan. Dagdag dito, mas madaling pamahalaan ang mga side effect ng bakuna at mas kaunti ang dala nitong panganib kaysa sa pagkakahawa sa COVID-19.

Gamitin kung gusto mong magbigay ng mga tip sa pangangasiwa sa mga side effect

- Nag-aalala ang ilang tao tungkol sa hindi pagpasok sa trabaho dahil sa mga side effect. Maaaring gusto mong ipaalam sa iyong employer na plano mong magpabakuna, gumamit ng pagliban sa trabaho dahil sa sakit o sick leave, o mag-iskedyul ng iyong appointment bago magsimula ang weekend para magamit mo ang iyong mga day off para magpahinga kung kailangan. Halimbawa, sa Biyernes pagkatapos ng iyong shift.
- Kung mayroong maliliit na bata sa bahay, hilingin sa kaibigan o miyembro ng pamilya na mag-abang kung sakaling mayroon kang mga side effect at kailangan mo ng kaunting pahinga pagkatapos mong magpabakuna.

Gamitin kung gusto mong tugunan ang: Mga haka-haka na maaaring baguhin ng bakuna ang DNA o maaari itong magdulot ng COVID-19 sa mga tao

Ang bakuna sa COVID-19 ay hindi binabago ang iyong DNA o nakakaapekto rito. Sa halip, gumagana ang mga bakuna sa mga natural na depensa ng ating katawan para magkaroon ng immunity. Naghahatid ang mga ito ng tagubilin sa iyong mga cell tungkol sa kung paano labanan ang virus kung makatagpo ito ng iyong katawan, para makagawa ng mga tamang antibody ang iyong katawan. Dagdag dito, wala sa mga bakuna ang naglalaman ng virus na nagdudulot ng COVID-19, kaya hindi ka magkakasakit ng COVID-19 mula sa bakuna.

Pagtatapos

Umaasa [*ako/kami*] na nakatulong ang video na ito na magbigay sa iyo ng impormasyon at mga sagot na kailangan mo para magpasiya kung tama para sa iyo ang bakuna sa COVID-19.

Kung kailangan mo pa ng panahon o impormasyon para gawin ang iyong desisyon tungkol sa bakuna, ok lang iyon! Bisitahin ang CovidVaccineWA.org para sa higit pang impormasyon. O KAYA, maaari kang tumawag sa iyong provider - gusto ka nilang tulungang gumawa ng desisyong batay sa impormasyon. Para makahanap ng lugar para sa pagpapabakuna na malapit sa iyo, gamitin ang Vaccine Locator (Tagahanap ng Bakuna) sa vaccinelocator.doh.wa.gov. O kung kailangan mo ng tulong sa pag-iskedyul ng appointment, tumawag sa 1-833-VAX-HELP, at pagkatapos ay pindutin ang #. Mayroong tulong sa wika.

Paalala sa tagapresenta: Kung irerekord mo ang video na ito sa wikang iba pa sa Ingles, gamitin ang 1-800-525-0127 sa halip na 1-833-VAX-HELP. Parehong call center ito pero iniwasan nito ang mga salita sa Ingles sa numero ng telepono na hindi makabuluhan sa iba pang wika.

[Personal na pagtatapos (10-15 segundo)]

Para hilingin ang dokumentong ito sa ibang format, tumawag sa 1-800-525-0127. Para sa mga kostumer na bingi o may kahirapan sa pandinig, mangyaring tumawag sa 711 (Washington Relay) o mag-email sa civil.rights@doh.wa.gov.