د کوویډ 19 واکسین ترلاسه کول

Vaccinate WA
CovidVaccineWA.org

د وبا پر وړاندې مبارزه ستونزمنه شوې ده، مګر موږ اوس واکسین لرو چې خپل ځان له کوویډ 19 څخه خوندي کړو.

واکسین ستاسو له پاره په وړیا ډول چمتو کیږي.

ستاسو د واکسین لګښت به د فدرال دولت ورکړي. له تاسو څخه باید لګښت وا نخیستل شي او نه باید بل درکړل شي. که تاسو د خپل چمتو کوونکي دفتر ته یواځې د دې له پاره ورځئ چې واکسین ترلاسه کړئ نو هغوی باید له تاسو څخه لګښت وانخلي.

پوښتنه وکړئ چې تاسو څو دوزونو ته اړتیا لرئ.

دې ته په پام سره چې تاسو کوم واکسین ترلاسه کوئ، کیدای شي له 1 څخه تر 3 دوزونو ته اړتیا وي. د دې په اړه چې تاسو یا ماشوم مو کیدای شي څو دوزونو ته اړتیا ولري له خپل ډاکټر سره مشوره وکړئ. کیدای شي تاسو او ماشوم مو د لومړنۍ لړۍ له بشپړولو څخه له 2 تر 6 میاشتو وروسته تقویه کوونکي دوز ته اړتیا ولرئ.

واکسینونه خوندي او اغیزناک دي.

واکسینونه پر کوویډ 19 ناروغۍ د اخته کیدو په مخنیوي کې خورا اغیزناک دي. ټول واکسینونه U.S. Food and Drug Administration (FDA، سازمان غذا و داروی آمریکا) له لوري یا په بشپړه توګه تایید یا بیړنۍ کاروني لپاره جواز ترلاسه کړی – دا په دې معنی ده چې FDA د خوندیتوب هیڅ کومه جدي اندیښنه په کې نه ده موندل شوې.

هر څوک چې عمر یې 6 کاله او یا تر هغې لوړ وي کولای شي واکسین ترلاسه کړي.

د COVID-19واکسین ټولو هغو خلکو ته چې عمرونه یې 6 کاله او یا تر هغې لوړ وي د لاسرسي وړ دی. د مهالویش او د لیدنې د وخت د ټاکلو له پاره VaccineLocator.doh.wa.gov ته مراجعه وکړئ. همدارنګه تاسو کولای شئ له 1-800-525-0127 سره اړیکه ونیسئ، بیا د # تنۍ کیکاږئ. کله چې ستاسو اړیکې ته ځواب ورکړل شو، د ژباړې د خدمتونو له پاره خپله ژبه ووایئ.

ښایي تاسو جانبي عوارض احساس کړئ.

د واکسین کولو وروسته به تاسو د نورو عادي واکسینونو په څېر په خپل مټ یو ټپ ولرئ، تبه، سردردي او ستړیا به درته پیدا شي. دا د دې نښې دي چې واکسین کار کوي.

خوندي پاتې شئ.

کله مو چې واکسین ترلاسه کړ، ماسک واغوندئ، له نورو څخه شپږ فوټه (دوه متره) واټن وساتئ او په سترو غونډو کې ګډون مه کوئ.

د کوویډ 19 واکسین ترلاسه کول

جانبي عوارض څه دي؟

له واکسین اخیستو څخه وروسته د یوې یا درې ورځو له پاره په معمول ډول جانبي عوارض موجود وي. عام جانبي عوارض یې ستړیا، د عضلاتو درد، د واکسین په ځای کې د درد احساس، تبه، سر درد، د مفصلونو درد، لړزه، زړه بدوالی او کانګې دي. که تاسو دا نښې لرئ، لرې مه ځئ او له خپل ډاکټر یا کلینیک سره اړیکه ونیسئ.

د واکسین ترلاسه کولو وروسته د 15 یا 30 دقیقو له پاره د واکسین په ځای کې پاتې شئ، څکه که چېرته تاسو د واکسین پر وړاندې حساسیت یا نور جانبي عوارض وښيئ نو ستاسو د واکسین چمتو کوونکی به له تاسو سره مرسته وکړي. تاسو د انتظار پر مهال کولای شئ په v-safe کې نوملیکنه وکړئ تر څو د جانبي عوارضو په اړه خبر ورکړئ: vsafe.cdc.gov.

همدارنګه تاسو او یا ستاسو د واکسین چمتو کوونکی کولای شي Vaccine Adverse Event Reporting System (VAERS، د واکسین پر ضد پېښې د راپور ورکولو سیستم): vaers.hhs.gov/reportevent.html ته د جانبي عوارضو په اړه راپور ورکړي.

که له کلینیک څخه تر وتلو وروسته تاسو ته جانبي عوارض پیدا شوي وي نو له 911 شمېرې سره اړیکه ونیسئ. د حساسیتي غبرګون په نښو کې دغه نښې شاملې دي: په سختۍ سره نفس اخیستل، د مخ او ستوني پړسوب، د زړه چټک ضربان، د ټول وجود نا آرامي، د سر څرخېدل او کمزوري.

کله چې زه واکسین ترلاسه کړم څه به کېږي؟

که چېرې تاسو او یا ماشوم مو د واکسین دوه یا درې دوزونه ترلاسه کړي وي، د خپل راتلونکی دوز)دوزونو (لپاره د لیدنې یو وخت تنظیم کړئ. د خپل بل دوز د ترلاسه کولو لپاره تاسو باید له 8-3اونیو وروسته د بل دوز)دوزونو (لپاره مراجعه وکړئ. د واکسین د مهالویش په اړه د لا زیاتو معلوماتو لپاره doh.wa.gov/covidbooster ته مراجعه وکړئ.

کله چې تاسو په بشپړ ډول واکسین ترلاسه کړئ نو دوه اونۍ وروسته به تاسو د خوندیتوب لوړې کچې ته ورسېږئ. ستاسو د خوندیتوب د دوام لپاره د دې سپارښت هم کېږي چې له دوو څخه تر شپږو میاشتو په موده کې د تقویې دوز ترلاسه کړئ.

کوم واکسینونه د لاسرسي وړ دي؟

دلته څلور ډوله واکسینونه شتون لري - Pfizer, Moderna, Novavax او Johnson & Johnson.

ټول واکسینونه U.S. Food and Drug Administration (FDA، سازمان غذا و داروی آمریکا) له لوري یا په بشپړه توګه تایید یا بېړنی کاروني لپاره جواز ترلاسه کړی – دا په دې معنی ده چې FDA د خوندیتوب هېڅ کومه جدي اندېښنه په کې نه ده موندل شوې.

څوک باید د کوویډ 19 واکسین ترلاسه کړي؟

تاسو په واکسین کولو کې اختیار لرئ. که تاسو تصمیم ونیو چې واکسین وکړئ، نو خپل د واکسین چمتو کوونکي ته ووایئ:

- که د سختو حساسیتي غبرګونونو مخینه لرئ
- تبه لرئ
- د وینې بهېدنې بې نظمي لرئ او یا د وینې نري کوونکي خورئ
- که تاسو داسې درمل خورئ چې هغه ستاسو د مدافعې پر سیستم اغېز لري
- چې مېندوارې یاست، پلان لرئ چې مېندوارې شئ او یا ماشوم ته شیدې ورکوئ
- د کوویډ 19 کوم بل واکسین مو ترلاسه کړی وي

که تاسو د کوویډ 19 واکسین مخکیني دوز او د واکسین نورو عناصرو ته جدي حساسیت ښودلی وي، نو تاسو باید واکسین ونکړئ.

واکسینونه له غوړو، قندو او مالګې سره د فعالي مادې لرونکي دي، تر څو له واکسینونو څخه ساتنه وکړي او په بدن کې په ښه ډول د هغوی له اغېز سره مرسته وکړي.

تاسو باید لږ تر لږه 6 میاشتې او یا له هغې څخه زیات عمر ولرئ تر څو Pfizer-BioNTech او یا Moderna واکسینونه، vaccines 12 کاله او یا له هغې څخه زیات عمر ولرئ چې Novavax او 18 کاله یا له هغې څخه زیات عمر ولرئ چې Johnson & Johnson واکسین ترلاسه کړي.

Washington State Department of Health

DOH 348-782 November 2022 Pashto

د دې سند په بله بڼه کې د غوښتنې کولو لپاره، 1-800-525-0127 ته زنګ ووهئ. کاڼه او هغه پېرودونکي چې د اورېدو ستونزه لري، لطفاً 711 (Washington Relay) سره اړیکه ونیسي او یا civil.rights@doh.wa.gov ته برېښنالیک ور واستوي.