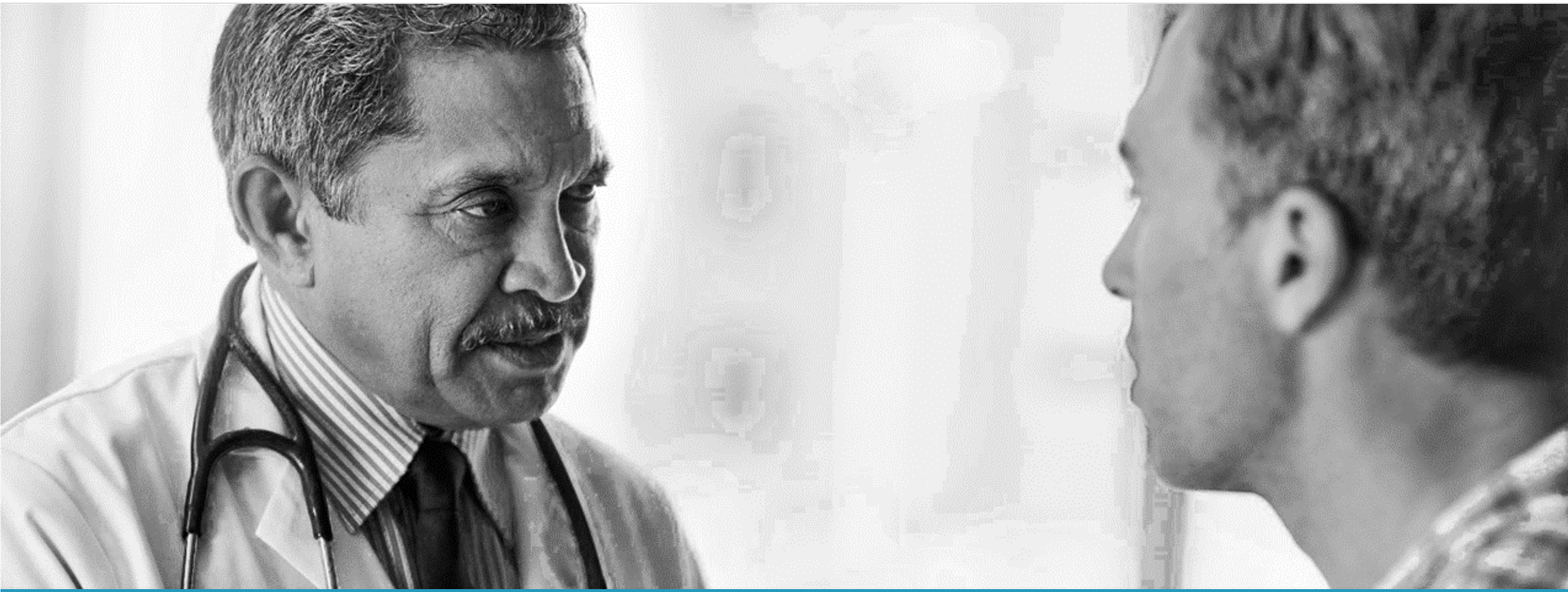
Washington State Department of HEALTH

SEPTEMBER 2024



COVID-19 ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣਾ

2024-2025 ਦੀਆਂ ਅੱਪਡੇਟ ਕੀਤੀਆਂ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ, ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਹਨ ਅਤੇ 6 ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਤੋਂ ਲੈਕੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

5 ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਅੱਪ-ਟੂ-ਡੇਟ ਰਹਿਣ ਲਈ 2024-2025 ਦੀ ਅੱਪਡੇਟ ਕੀਤੀ ਹੋਈ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਖੁਰਾਕ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ।

- 6 ਮਹੀਨੇ ਤੋਂ ਲੈਕੇ 4 ਸਾਲ ਤੱਕ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਨਾਲ ਅੱਪ-ਟੂ-ਡੇਟ ਰਹਿਣ ਲਈ 2024-2025 ਦੀ ਅੱਪਡੇਟ ਕੀਤੀ ਹੋਈ mRNA COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਖੁਰਾਕ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- 6 ਮਹੀਨੇ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕ, ਜਿਹਨਾਂ ਦੀ ਇਮਿਊਨਿਟੀ ਦਰਮਿਆਨੀ ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਹੀ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਸੀਰੀਜ਼ ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਉਮਰ-ਮੁਤਾਬਕ ਢੁਕਵੀਂ 2024-2025 COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਹਾਸਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਆਪਣੀ ਆਖਰੀ ਖੁਰਾਕ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 2 ਮਹੀਨਿਆਂ ਬਾਅਦ ਅੱਪਡੇਟ ਕੀਤੀ 2024-2025 COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਦੀਆਂ ਵਾਧੂ ਖੁਰਾਕਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਇਸ ਵੇਲ ਕਿਹੜੀਆਂ COVID 19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ?

Pfizer BioNTech/Comirnaty

2024 2025 ਫਾਰਮੂਲਾ, 6 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲਕਾਂ ਲਈ*

Moderna/Spikevax

2024 2025 ਫਾਰਮੂਲਾ, 6 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲਕਾਂ ਲਈ*

Novavax

2024 2025 ਫਾਰਮੂਲਾ, 12 ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲਕਾਂ ਲਈ

**Comirnaty ਅਤ Spikevax, mRNA ਵੈਕਸੀਨਾ ਦੇ ਬ ਡ ਦੇ ਨਾਮ ਹਨ, ਜੋ ਫ਼ਿਲਹਾਲ 12 ਸਾਲ ਅਤ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲਕਾ ਲਈ ਮਨਜ਼ੂਰਸ਼ਦਾ ਹਨ। Pfizer ਅਤ Moderna mRNA ਵੈਕਸੀਨਾ ਨ 6 ਮਹੀਨ ਅਤ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲਕਾ ਲਈ ਮਾਨਤਾ ਪ ਪਤ ਹੈ।*

ਕੀ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਦੂਜੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਲਗਾਉਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ?

ਹਾਂ, COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਦੂਜੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਲਗਾਉਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ। ਦੂਜੀਆਂ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕੀਤੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਤੋਂ ਵੱਖਰਾ ਸਮਾਂ ਤੈਅ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ, ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕੀਤੀਆਂ ਹੋਰ ਸਾਰੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਲਗਾਉਣ ਦਾ ਇੱਕ ਹੋਰ ਮੌਕਾ ਹੈ।

ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਅੱਪ-ਟੂ-ਡੇਟ ਰਹਿਣ ਲਈ ਕਿੰਨੀਆਂ ਖੁਰਾਕਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

6 ਮਹੀਨੇ ਤੋਂ ਲੈਕੇ 4 ਸਾਲ ਤੱਕ ਦੇ ਬੱਚੇ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਵੈਕਸੀਨ ਨਹੀਂ ਲਗਾਈ ਸੀ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ 2024-2025 ਦੀ ਅੱਪਡੇਟ ਕੀਤੀ ਹੋਈ Moderna COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਦੀਆਂ 2 ਖੁਰਾਕਾਂ ਜਾਂ 2024-2025 ਦੀ ਅੱਪਡੇਟ ਕੀਤੀ ਹੋਈ Pfizer COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਦੀਆਂ 3 ਖੁਰਾਕਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

6 ਮਹੀਨੇ ਤੋਂ ਲੈਕੇ 4 ਸਾਲ ਤੱਕ ਦੇ ਬੱਚੇ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਾਈ ਸੀ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ 2024-2025 ਦੀ ਅੱਪਡੇਟ ਕੀਤੀ ਹੋਈ Moderna ਜਾਂ Pfizer COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਦੀਆਂ 1 ਜਾਂ 2 ਖੁਰਾਕਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ (ਲੈਣ ਵਾਲੀਆਂ ਖੁਰਾਕਾਂ ਦਾ ਸਮਾਂ ਅਤੇ ਸੰਖਿਆ, ਪਹਿਲਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ(ਆਂ) COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ(ਨਾਂ) ਉੱਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ)।

5 ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਦੋਂ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨ ਦੇ ਨਾਲ ਅੱਪ-ਟੂ-ਡੇਟ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਉਹ 2024-2025 ਦੀ ਅੱਪਡੇਟ ਕੀਤੀ ਹੋਈ Moderna ਜਾਂ Pfizer COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 1 ਖੁਰਾਕ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।

12ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕ ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਉਹ 2024-2025 Novavax COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਦੀਆਂ 2 ਖੁਰਾਕਾਂ, ਐਡਜੁਵੇਂਟਿਡ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਯੋਗ ਹਨ, ਹਰ ਖੁਰਾਕ ਵਿੱਚ 3 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਦਾ ਅੰਤਰ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

12 ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕ ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਪਹਿਲਾਂ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਹੋਈ ਹੈ (ਅਤੇ ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਅਜੇ ਤੱਕ 2024-2025 mRNA COVID - 19 ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਹੈ), ਉਹ 2024-2025 Novavax COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ 1 ਖੁਰਾਕ, ਐਡਜੁਵੇਂਟਿਡ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਯੋਗ ਹਨ।

6 ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕ, ਜਿਹਨਾਂ ਦੀ ਇਮਿਊਨਿਟੀ ਦਰਮਿਆਨੀ ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਹੀ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ 3-ਖੁਰਾਕਾਂ ਦੀ ਸੀਰੀਜ਼ ਪੂਰੀ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਆਪਣੀ ਆਖਰੀ ਖੁਰਾਕ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 2 ਮਹੀਨਿਆਂ ਬਾਅਦ 2024-2025 ਦੀ ਅੱਪਡੇਟ ਕੀਤੀ ਹੋਈ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਦੀਆਂ [illegible]

[illegible] ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ, 1-800-525-0127 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਬਹਿਰੇ ਗਾਹਕ ਜਾਂ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਗਾਹਕਾਂ ਨੂੰ ਉੱਚਾ ਸੁਣਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ 711 (Washington Relay) 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ doh.information@doh.wa.gov 'ਤੇ ਈਮੇਲ ਕਰੋ।

ਕੀ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦਾ ਕੋਈ ਖਰਚਾ ਹੈ?

ਹੋਰ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ, COVID-19 ਦੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਬੀਮਾ ਪਲਾਨਾਂ ਦੇ ਅਧੀਨ ਕਵਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। COVID-19 ਦੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ ਰਾਜ ਦੇ ਸਾਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ, ਉਹਨਾਂ ਦੇ 19ਵੇਂ ਜਨਮ ਦਿਨ ਤੱਕ Childhood Vaccine Program (ਚਾਈਲਡਹੁੱਡ ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ) (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ) ਦੇ ਤਹਿਤ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਲਾਗਤ ਦੇ ਉਪਲਬਧ ਰਹਿਣਗੀਆਂ। ਬਾਲਗਾਂ ਲਈ ਵੀ ਅਜਿਹੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਉਪਲਬਧ ਹਨ ਜੋ ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ ਖਰਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੇਕਰ ਉਹਨਾਂ ਕੋਲ ਸਿਹਤ ਬੀਮਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਲਾਨ ਵਿੱਚ ਵੈਕਸੀਨ ਨੂੰ ਕਵਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ 19 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਸਿਹਤ ਬੀਮਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੀਮਾ ਘੱਟ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ Washington State Adult Vaccine Program (AVP, ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ ਰਾਜ ਅਡਲਟ ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ) (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ) ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਰਾਹੀਂ ਘੱਟ ਕੀਮਤ 'ਤੇ 2024-2025 COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ। ਤੁਹਾਡਾ AVP ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਇੰਤਜ਼ਾਮੀਆ ਫੀਸ ਲੈ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਭੁਗਤਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਫੀਸ ਨੂੰ ਮੁਆਫ਼ ਕਰਨ ਦੀ ਬੇਨਤੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਭੁਗਤਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ AVP ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਕੋਲੋਂ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਰੋਕਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਤੁਸੀਂ AVP ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਮੈਪ (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰਾਂ ਨੂੰ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਉਪਲਬਧਤਾ ਅਤੇ ਲਗਵਾਉਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਤੈਅ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਮੌਜੂਦ AVP ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ

Covid.Vaccine@doh.wa.gov
360-236-3642

COVID-19 ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨ ਲਈ ਕਲੀਨਿਕਲ ਹਿਦਾਇਤਾਂ - https://www.cdc.gov/vaccines/covid-19/clinical-considerations/interim-considerations-us.html#covid-vaccines

Childhood Vaccine Program - https://doh.wa.gov/public-health-healthcare-providers/public-health-system-resources-and-services/immunization/childhood-vaccine-program

Adult Vaccine Program - https://doh.wa.gov/public-health-healthcare-providers/public-health-system-resources-and-services/immunization/adult-vaccine-program

Vaccines.gov - https://www.vaccines.gov/