



## કોવિડ-19 રસીઓ

Pfizer-BioNTech, Moderna, AstraZeneca/COVISHIELD & Janssen (Johnson & Johnson)

માર્ચ 17, 2021 નાં રોજ અપડેટ કર્યું

### કોવિડ-19 થવાથી જોખમો

**કોવિડ-19** એક વાયરલ ચેપ છે જે મુખ્યત્વે ફેફસાઓને અસર કરે છે. તમામ વયનાં લોકોને અસર થઈ શકે છે. કેટલાક લોકો માટે કોવિડ-19 થવાનું જોખમ તેઓ જે સ્થળે કામ કરતા હોય અથવા રહેતા હોય તેનાં કારણે વધારે હોઈ શકે છે, વધારે ઉંમરનાં પુખ્તો અને આરોગ્યની સ્થિતિઓ ધરાવતા લોકોને કોવિડ-19 થી તીવ્ર બિમાર થવાની સંભાવનાં વધારે છે.

હળવી બિમારી સાથે પણ, કેટલાક લોકોને ચેપ દૂર થયા પછી મહિનાઓ સુધી લક્ષણો રહી શકે છે. કોવિડ-19 ચેપ ફેફસાઓ, હૃદય કે મગજને નુકશાન પહોંચાડી શકે છે. લાંબા-ગાળાનાં લક્ષણોમાં થકાવચ, શ્વાસ ચઢવો, એકાગ્ર થવામાં મુશ્કેલી, સ્નાયુઓનો ટૂંખાવો અને અન્ય લક્ષણોનો સમાવેશ થઈ શકે છે.

કોવિડ-19 પેદા કરતો કોરોનાવાયરસ નવા સ્વરૂપોમાં સતત બદલાતો રહેતો હોવાથી, તે ચેપ વધારે સરળતાથી ફેલાવી શકે છે, અને ગંભિર બિમારી પેદા કરી શકે છે. ઓન્ટેરિયોમાં હાલમાં વિવિધ સ્વરૂપો ફરી રહ્યા છે. શારીરિક અંતર જાળવવું, અને રસીઓ જેવા જાહેર આરોગ્યનાં પગલાઓ તમારું આ સ્વરૂપો સામે રક્ષણ કરશે.

### રસી કેવી રીતે કાર્ય કરે છે

કોવિડ-19 રસીઓ આપણા શરીરને એવા એન્ટિબોડીઝ વિકસાવવા માટે આપણા રોગપ્રતિકારક તંત્રને બૂસ્ટ આપવા માટે સૂચનાઓ આપશે જે કોવિડ-19 ચેપથી આપણું રક્ષણ કરશે. કોવિડ-19 રસીઓ વરિષ્ઠ લોકો સહિત 16 થી 18 વર્ષ અને તેનાંથી મોટી વયનાં વ્યક્તિઓ માટે ઉપયોગમાં લેવામાં આવે છે. કેનેડામાં ઉપયોગ કરવા મંજૂર કરવામાં આવેલી ત્રણ રસીઓને બે-ડોઝની આવશ્યકતા છે. The Janssen (Johnson & Johnson) રસીનાં માત્ર એક ડોઝની જરૂર છે. રસીઓ કોવિડ-19 પેદા કરતો વાયરસ સમાવતી નથી, અને તેથી આપણને આ ચેપ આપી શકતી નથી.

### રસીનાં ફાયદાઓ

તમામ કોવિડ-19 રસીઓએ કોવિડ-19 ની તીવ્ર બિમારીથી લોકોનું રક્ષણ કરતી હોવાનું દર્શાવ્યું છે. રસીકરણ બાદ આપણું શરીર સારો રોગપ્રતિકારક પ્રતિભાવ નિર્માણ કરે તે માટે બે સપ્તાહ લાગે છે. હૃદય અથવા ફેફસાની સમસ્યાઓ, ડાયાબીટીસ અથવા હાઈ બ્લડ પ્રેશર જેવી આરોગ્યની સ્થિતિઓ ધરાવતા લોકો માટે તમામ રસીઓ સુરક્ષિત છે. ઓટો-ઈમ્યુન સ્થિતિ, અથવા બિમારી અથવા સારવારની સપ્તાહાંતની રોગપ્રતિકારકતા ધરાવતા લોકો માટે પણ રસી સુરક્ષિત છે, પરંતુ આ સ્થિતિઓ ધરાવતા લોકોમાં રસી સારી રીતે કાર્ય ન કરી શકે.

રસીકરણ બાદ તમને હજુ પણ કોવિડ-19 થઈ શકે તેવી નજીવી સંભાવનાં રહેલી છે, હાલમાં, રસીનું રક્ષણ કેટલો સમય સુધી ચાલશે તેનાં પર કોઈ માહિતી નથી. ભવિષ્યમાં બૂસ્ટર ડોઝની ભલામણ કરવામાં આવી શકે છે.

### રસીનાં ઘટકત્વો / એલર્જીઓ

રસીઓ લિપિડ, ક્ષાર, શર્કરા અને બફર્સ સમાવે છે, રસીઓમાં ઈંડાઓ, જીલેટિન, લેટેક્સ, પ્રીઝર્વેટિવ્સ, એન્ટિબાયોટિક્સ કે એલ્યુમિનિયમ સમાવેશ થતો નથી. કોવિડ-19 રસીઓની એલર્જીઓ ભાગ્યે જ થતી હોય છે. તમને ખોરાક, દવા કે પર્યાવરણીય એલર્જીઓ હોય તો પણ રસીઓ સુરક્ષિત છે. જો તમને પોલીઈથાયલીન ગ્લાયકોલ, ટ્રોમીથામાઈન અથવા પોલીસોબેટની તીવ્ર એલર્જીઓ હોય તો પહેલા તમારા ડોક્ટર સાથે વાત કરો.



## કોવિડ-19 રસીઓ Pfizer-BioNTech, Moderna, AstraZeneca/COVISHIELD & Janssen

### આડ-અસરો અને જોખમો

રસીકરણ કરવામાં આવેલા 10 લોકોમાંથી અંદાજિત એક વ્યક્તિને આડ-અસરો થઈ શકે છે – તેમાંથી મોટાભાગની હળવી થી સાધારણ હોય છે અને અમુક દિવસોમાં દૂર થઈ જાય છે. સામાન્ય આડ-અસરોમાં ઈન્જેક્શનનાં સ્થળ પર લાલાશ, દુઃખાવો, ખંજવાળ આવવી કે સોજો આવવી, તાવ, માથાનો દુઃખાવો, થકાવટ લાગવી, સ્નાયુનો દુઃખાવો, સાંધાનો દુઃખાવો, ટાઢ, ઉબકા વવા અને/અથવા ઉલ્ટી થવાનો સમાવેશ થાય છે.

આડ-અસરો સામાન્ય રીતે એક થી ત્રણ દિવસો સુધી રહેતી હોય છે, અને સામાન્ય રીતે અર્થ થાય છે કે આપણું શરીર રસીનો રોગપ્રતિકારક પ્રતિભાવ વિકસાવી રહ્યું છે. દૂર્લભ કિસ્સાઓમાં, ગંભિર એલર્જિક રીએક્શનો (એનેફાઇલેક્સિસ) થઈ શકે છે. એલર્જિક રીએક્શનોનો ઈલાજ કરી શકાય છે અને સામાન્ય રીતે ક્ષણિક હોય છે. જો તમને શ્વાસ લેવામાં મુશ્કેલી પડતી હોય, ચહેરા અને ગળા પર ચકામાઓ કે સોજાઓ વિકસ્યા હોય તો તબીબી કાળજી મેળવો. જો તમને રસીનું રીએક્શન આવે, તો તમારા આરોગ્ય સંભાળ પ્રદાતાને કહો અને તેઓ પબ્લિક હેલ્થને લક્ષણો રીપોર્ટ કરશે. રસી સુરક્ષિત હોવાનું ચાલું રહે તેની ખાતરી કરવા માટે પબ્લિક હેલ્થ રીપોર્ટ કરવામાં આવેલી આડ-અસરોનો ટ્રેક રાખી રહ્યું છે.

### રસીકરણમાં વિલંબ કરવો

જો તમને તાવ અથવા કોવિડ-19 નાં લક્ષણો હોય, તો રસીકરણ મેળવતા પહેલા તમને વધારે સારું લાગે ત્યાં સુધી રાહ જુઓ. કોવિડ-19 રસીઓને અન્ય રસીઓની જેમ એક જ સમયે ન આપવી જોઈએ. જો તમે હમણા જ અન્ય રસી મેળવી હોય, તો કોવિડ-19 રસી મેળવો તે પહેલા 14 દિવસો સુધી રાહ જુઓ.

### આરોગ્ય સંભાળ પ્રદાતાની સલાહ લેવી

તમારા આરોગ્ય સંભાળ પ્રદાતા અથવા એલર્જિસ્ટ સાથે રસી મેળવતા પહેલા વાત કરો જો તમે:

- સગર્ભા હોવ, સગર્ભા બની શકો, અથવા સ્તનપાન કરાવતા હોવ;
- ઓટો-ઈમ્યુન સ્થિતિ ધરાવતા હોવ અથવા બિમારી અથવા સારવારથી સપ્તાહાંતની રોગપ્રતિકારકતા ધરાવતા હોવ;
- તમારી કોવિડ-19 રસીનો પ્રથમ ડોઝ મેળવ્યા બાદ ચાર કલાકની અંદર એલર્જિક રીએક્શન આવ્યું હોય; અથવા
- રસીનાં કોઈપણ ઘટકદ્રવ્યો સામે તીવ્ર એલર્જિઓ ધરાવતા હોવ.

### તમારું પોતાનું અને અન્ય લોકોનું રક્ષણ કરવાનું ચાલું રાખો

જેઓ રસીકરણ કરાવવા માંગતા હોય તેવા દરેક વ્યક્તિઓ માટે પૂરતી રસીઓ હોય ત્યાં સુધી, શારીરિક અંતર જાળવવાનું, માસ્ક પહેરવાનું અને જો તમે બિમાર હોવ તો ઘર પર રહેવાનું ચાલું રાખવું મહત્વપૂર્ણ છે. રસીકરણ બાદ પણ, આરોગ્ય સંભાળ કર્મચારીઓ અને સ્ટાફ પર્સનલ પ્રોટેક્ટિવ ઈક્વિપમેન્ટ (પીપીઈ) પહેરવા અનિવાર્ય છે.

### વધુ માહિતી માટે

તમારા આરોગ્ય સંભાળ પ્રદાતા સાથે વાત કરો અથવા અમારી વેબસાઇટની અહીં પર મુલાકાત લો [toronto.ca/COVID19](https://toronto.ca/COVID19).

### સ્ત્રોતો

રસીકરણ પર રાષ્ટ્રિય સલાહકાર સમિતિ, કોવિડ-19 રસીઓનાં ઉપયોગ પર ભલામણો. માર્ચ 16, 2021. અહીં ઉપલબ્ધ છે

<https://www.canada.ca/en/public-health/services/immunization/national-advisory-committee-on-immunization-naci/recommendations-use-covid-19-vaccines.html>