

NHS



Public Health  
England

واکسیناسیون کووید-19

انتظار چه چیزی را  
داشته باشیم

اطلاعات مفید برای افرادی که  
اولین واکسن کووید-19 خود را  
دریافت کرده اند

ایمن سازی در مقابل کووید-19  
از خود محافظت کنید.



# فهرست

عوارض جانبی آن چیست؟

آیا ممکن است از خود واکسن کووید-19 بگیرم؟

آیا پس از دریافت واکسن می توانم به فعالیتهای عادی بازگردم؟

در مرحله بعد باید چه کار کنم؟

اگر برای نوبت بعدی، حال من خوب نباشد، چه کار باید بکنم؟

آیا این واکسن از من محافظت خواهد کرد؟

آیا ممکن است پس از دریافت واکسن به کسی کووید-19 را انتقال بدهم؟



لطفاً برای اطلاعات بیشتر در مورد این واکسن، از جمله عوارض جانبی، دفترچه اطلاعات محصول را با جستجوی کارت زرد کروناویروس مطالعه نمایید.

همچنین می توانید از طریق برنامه کارت زرد (Yellow Card) عوارض جانبی مشکوک واکسنها یا داروها را گزارش کنید.



[coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk](https://coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk)

## افرادی که بیشتر در معرض خطر مشکلات کووید-19 هستند زودتر واکسن کووید-19 ارائه می شود.

واکسنی که به شما ارائه می شود جزء اولین واکسنهای تایید شده به عنوان ایمن و موثر توسط آژانس نظارت بر محصولات مراقبت بهداشتی و دارویی (MHRA) می باشد.

شما اولین دوز خود را دریافت نموده اید و اکنون باید برنامه ریزی کنید که برای نوبت بعدی خود حضور پیدا کنید. این دفترچه راهنمایی می کند که اکنون چه کاری باید انجام دهید.

در بریتانیا، پس از تایید، دو نوع واکسن کووید-19 برای استفاده وجود خواهد داشت. برای ایجاد بیشترین محافظت در هر دو نوع این واکسن ها نیاز به استفاده از دو دوز می باشد. هر دو نوع در آزمایشهای بالینی ایمن و موثر نشان داده اند.

یک گروه متخصص مستقل، به NHS توصیه کرده است که این واکسنها را ابتدا به کسانی ارائه کند که بالاترین خطر ابتلاء به بیماری و بیشترین خطر عوارض شدید ناشی از این بیماری را دارند.

این گروه شامل بزرگسالان ساکن در آسایشگاهها، و افراد خط مقدم مراقبتهای بهداشتی و اجتماعی می شود. هرگاه تعداد واکسن بیشتری موجود باشد، در اولین فرصت ممکن به دیگر افرادی که در معرض خطر هستند واکسن ارائه خواهد شد.

## عوارض جانبی آن چیست؟

مانند همه داروها، واکسنها هم ممکن است عوارض جانبی داشته باشند. بیشتر اینها ملایم و کوتاه مدت هستند، و همه به آنها دچار نمی شوند. حتی اگر پس از دوز اول علائمی داشتید، لازم است که دوز دوم را نیز دریافت کنید. ممکن است با دوز اول تا حدی محافظت ایجاد شود، اما دوز دوم بیشترین محافظت را در مقابل ویروس ایجاد می کند.

### عوارض جانبی بسیار شایع عبارتند از:

- احساس درد، سنگینی و درد با تماس در محل تزریق در بازو. شدید ترین زمان این عارضه معمولاً حدود 1-2 روز پس از واکسن است
- احساس خستگی
- سردرد
- دردهای عمومی، یا علائم شبیه آنفلوآنزای خفیف

احساس تب و گرگرفتگی به مدت دو تا سه روز غیر معمول نیست، ولی تب بالا عادی نیست و ممکن است نشان از این داشته باشد که شما کووید-19- یا عفونت دیگری دارید (به راهنمایی های صفحه 5 توجه نمایید). یک عارضه جانبی غیرعادی تورم غدد است. برای بهبود حالتان، می توانید استراحت کنید و یک دوز معمول پاراستامول مصرف نمایید (به توصیه های روی بسته بندی دارو توجه کنید).

این علائم معمولاً کمتر از یک هفته باقی می ماند. اگر احساس می کنید که علائم شما بدتر شده یا نگرانی دارید، با NHS 111 تماس بگیرید. اگر با پزشک یا پرستار مشورت می کنید، حتماً به ایشان درباره واکسیناسیون خود بگویید (به آنها کارت واکسیناسیون را نشان دهید) تا اینکه بتوانند به طور مناسب شرایط شما را ارزیابی کنند. همچنین می توانید از طریق برنامه کارت زرد (Yellow Card) عوارض جانبی مشکوک واکسنها یا داروها را گزارش کنید.

می توانید این کار را به صورت آنلاین از طریق جستجوی کارت زرد کروناویروس یا دانلود کردن اپلیکیشن کارت زرد (Yellow Card) انجام دهید.

## آیا ممکن است از خود واکسن کووید-19 بگیرم؟

شما نمی توانید از این واکسن، کووید-19 بگیرید اما امکان دارد که از قبل کووید-19 گرفته باشید ولی پیش از زمان واکسیناسیون متوجه علائم خود نشده باشید.

بروز یکی از علائم زیر در روزهای اخیر، از مهمترین علائم کووید-19 است:

- شروع تازه سرفه مستمر
- تب بالا
- از دست دادن، یا تغییر در، حس عادی چشایی یا بویایی (آنوسمی)

اگرچه تبی خفیف ممکن است در یک یا دو روز اول پس از واکسیناسیون اتفاق بیافتد، اگر هر علامت دیگر کووید را داشتید یا تب شما بیشتر طول کشید، در منزل بمانید و یک آزمایش هماهنگ کنید.

اگر به اطلاعات بیشتری در زمینه علائم نیاز دارید، لطفاً به اینجا مراجعه نمایید:

[www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/symptoms](http://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/symptoms)

## آیا پس از دریافت واکسن می توانم به فعالیتهای عادی بازگردم؟

بله، شما باید بتوانید فعالیتهایی که برای شما عادی است را از سر بگیرید، منوط بر اینکه حال شما خوب باشد. اگر بازوی شما دردناک است، ممکن است بلند کردن وسایل سنگین مشکل باشد. اگر حال شما خوب نیست یا احساس خستگی می کنید باید استراحت کنید و از کار با ماشین آلات یا رانندگی پرهیز نمایید.

## در مرحله بعد باید چه کار کنم؟

برای حضور برای نوبت دوم برنامه ریزی کنید. شما باید کارت سوابق داشته باشید و قرار بعدی شما باید بین 3 تا 12 هفته بعد باشد. اهمیت بسیاری دارد که برای بیشترین میزان محافظت، هر دو دوز واکسن را دریافت نمایید.

Don't forget your  
COVID-19 vaccination

NHS

Make sure you keep this record  
card in your purse or wallet

For more information on the  
COVID-19 vaccination or what  
to do after your vaccination,  
see [www.nhs.uk/covidvaccine](http://www.nhs.uk/covidvaccine)

COVID-19 immunisation  
Protect yourself.



مراقب کارت خود  
باشید و حتماً برای  
نوبت بعدی خود  
حضور پیدا کنید تا  
دوز دوم را دریافت  
نمایید.

## اگر برای نوبت بعدی، حال من خوب نباشد، چه کار باید بکنم؟

اگر حال شما خوب نیست، بهتر است صبر کنید تا زمانی که بهبود پیدا کنید تا واکسن خود را دریافت نمایید، اما باید در اولین فرصت ممکن آن را دریافت نمایید. اگر در قرنطینه شخصی هستید، منتظر آزمایش کووید-19 می باشید یا مطمئن نیستید سرحال و سلامت هستید، نباید در قرار واکسیناسیون حضور یابید.

## آیا این واکسن از من محافظت خواهد کرد؟

واکسن کووید-19 که شما دریافت نمودید نشان داده که احتمال ابتلاء شما به بیماری کووید-19 را کاهش می دهد. هر واکسن روی بیش از 20000 نفر در کشورهای مختلف آزمایش شده است و نشان داده که بی خطر است.

ممکن است یک یا دو هفته طول بکشد تا بدن شما از طریق دوز اول واکسن محافظت در برابر بیماری ایجاد کند. مانند همه داروها، هیچ واکسنی کاملاً موثر نیست، بنابراین همچنان باید موارد احتیاطی توصیه شده را رعایت کنید تا از ابتلاء پیشگیری نمایید. برخی افراد ممکن است علیرغم دریافت واکسن به کووید-19 مبتلا شوند، اما این ابتلاء بسیار ملایم تر خواهد بود.

## اکنون که واکسن دریافت کرده ام، آیا ممکن است به دیگران کووید-19 را انتقال بدهم؟

واکسن نمی تواند شما را به کووید-19 مبتلا کند، و یک دوره کامل واکسن احتمال بیماری شدید شما را کاهش می دهد. ما هنوز نمی دانیم آیا می تواند از ابتلاء شما و انتقال ویروس از طریق شما جلوگیری کند، اما انتظار داریم این خطر را کاهش دهد. بنابراین، همچنان مهم است که شما از رهنمودهای منطقه محلی خود پیروی کنید تا از افراد اطراف خود محافظت نمایید.

برای محافظت از خودتان، خانواده، دوستان و همکاران خود، همچنان باید:

- فاصله گذاری اجتماعی را رعایت نمایید
- از ماسک صورت استفاده کنید
- دستهایتان را به دقت و به طور مرتب بشوئید
- از رهنمودهای فعلی در [www.gov.uk/coronavirus](http://www.gov.uk/coronavirus) پیروی کنید

## به یاد داشته باشید

کووید-19 از طریق قطرات ریز که از طریق تنفس و از راه بینی یا دهان منتقل می شوند، بویژه هنگام گفت و گو یا سرفه، گسترش پیدا می کند. همچنین از طریق لمس چشمها، بینی و دهان پس از تماس با اشیاء یا سطوح آلوده نیز می تواند وارد بدن شود.



واکسیناسیون، کمک به محافظت از کسانی که آسیب پذیرتر هستند.

اگر به اطلاعات بیشتری در زمینه واکسیناسیون کووید-19 نیاز دارید، لطفاً به اینجا مراجعه نمایید:

[www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/coronavirus-vaccination/coronavirus-vaccine](http://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/coronavirus-vaccination/coronavirus-vaccine)

© Crown copyright 2020  
COV2020307V2FA 1p 22M DEC (APS)  
شماره درگاه بهداشت عمومی انگلستان: 2020474

شما می توانید تعداد بیشتری از این برگه های رایگان را از [www.healthpublications.gov.uk](http://www.healthpublications.gov.uk) سفارش دهید