

بۆچی من دەبیت چاوهروان بم بۆ

كۆفید-19 ی خۆم کوتان

تکایه بلاقۆکی زانیاری بهرهممهکه بخوینهرهوه بۆ
وردهکاری زیاتر سهبارهت به پیکوتهکهت، لهوانه کاریگهری
لاوهکی، لهریگه ی گهراوه بهناو کارت ی زهرد (Yellow
Card) ی فایرۆسی کۆرۆنادا.

ههروهها تۆ دهتوانیت کاریگهری لاهوکی گومانیگراو
لهسهه ههمان مالپهر راپورت دهبیت یان لهریگه ی داگرنتی
نهپی کارت ی زهرد (Yellow Card) سهوه.



coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk

کوتان، یارمهتیدانی ئهوانه ی که له ههموو کهم
بارناسکترن.

ئهگهر پنیوستیت به زانیاری زیاتره لهسهه کوتانی کۆفید-19 تکایه
سهردانی ئهم مالپهره بهکه: www.nhs.uk/covidvaccination

زانیاری دهباره ی کۆفید-19
دابینکردنی کوتان

کوتانی کۆفید-19

چۆ له ژیان بینههوه. خۆت بپارێزه.



من له یهکیک لهو گرووپانهدام که لهسههروه بهریز نوسراون، نایا بۆچی دهبیت چاوهروانی بکههم؟

پیکوتهکانی کۆفید-19 بهردهست دهبن چونکه ئهوانه بۆ بهکارهینان
پهسهند کراون و بهو جۆره ههر وهجبهیه بهرهم هینراوه.

بهو جۆره ههر یهک له ژهمه پیکوتهکان پنیوستن بۆ پاراستنی
ئهوانه ی که لهبهر مهترسی زۆرتردان. بهزوتترین کات دوا
ئهوه ی که پیکوته بهگۆیره ی پنیوست بهردهست بوو تۆ بانگ
دهکرییت.

ههندیک کهم که خهکی ناو مانیکن یان له خهلوتهگه ی پیراندان
که ناتوانن بچن بۆ ناوهندیکی کوتانی ناچهکه لهوانه یه پنیوست ببت
که چاوهروانی گهیشتی جۆری گونجای پیکوته بکهن. ئهوهش
لهبهر ئهوه یه که تهنها ههندیک جۆری پیکوته دهکریت لهنیوان
مالاندان هاتوچۆیان پی بکریت.

لهکۆی دهتوانم کوتانی کۆفید-19 بهدهست بهینم؟

پیکوتهکان له زنجیره یهک شوینی جیاواز پینشیاز دهکرین. ههندیک
له تیمهکانی کوتان سهردانی خهکی دهکهم بۆ پینشیازکردنی
پیکوته، بۆ نمونه له خهلوتهگه ی پیراندان، خهکی دیکه لهوانه یه
پنیوست ببت بچن بۆ نزیکتترین ناوهند. چونکه ههندیک له
پیکوتهکان دهبیت لهناو فریزهری پله ی گهرمی زۆر نزمدا
ههلبگیرین، لهوانه یه نهتوانیت پیکوتهکه له تۆرینگه ی پزیشکی
گشتی (جی پی) ناسایی خۆت بهدهست بهینیت.

نایا چی دهبیت نهگهر من نهتوانم به ناسانی بگهه ئهوه ناوهنده ی که بۆ من پینشیاز کراوه؟

تکایه ههول بده بچیت بۆ ئهوه ناوهندی کوتانه ی که بۆت پینشیاز
کراوه. ئهگهر نهتوانیت بچیت بۆ ئهوه ناوهنده لهوانه یه پنیوست ببت
چاوهروانی بکهیت بۆئهوه ی پیکوتهکهت له شوینیکی لهبارتر بۆ
نهجام بدریت.

نایا من دهتوانم بهشیوه ی تایبته یان له دهرمانخانه یهک خۆم پاره بدهم بۆ پیکوته ی کۆفید-19؟

نهخیز، کوتانی کۆفید-19 تهنها لهریگه ی ئین تیج ئیس (NHS) سهوه
بۆ گرووپه شیاوهکان بهردهسته و ئهوه کوتانیکی پی بهرامبهه

تۆ دەبىت پىكوتەكەت بۇ بىكرىت ھەر كات بۆت پىشنىياز كرا، ئەگەر تۆ:



دەپەرشىتارىك كە لە
خەلۋەتگە پىرانددا
كار بىكات



كارمەندى سەپەرشىتى
كۆمەلەيتى
ھىلەكەنى
پىشەۋە



كارمەندى سەپەرشىتى
تەندروستى ھىلەكەنى
پىشەۋە



ژيان لە خەلۋەتگە
پىران بۇ كەساتى
گەرەى بەسالچوو

ئەو كەسانەى كە لە ھەموو
كەس زىاتر لەبەر مەترسى
ئالۆزكارىبەكەنى كۆفید-19 دان
يەكەمجار پىكوتەكەيان بۇ پىشنىياز
دەكرىت.

لىستى حالەتە كلىنىكىەكان:

- شىز پىنجەى خوين (ومك لوكىميا، لىمفوما يان مىلوما)
- شەكرە
- نىمىنشىيا
- كىشەى دل
- كىشەى سنگ يان تەنگەنەفسى، بە ھەكردنى لقى ھەۋى، ھەكردنى سنگ ياخود رەبۆى توندوھ
- نەخۇشى گورچىلە
- نەخۇشى جگەر
- بەرگرى لاوازى لەش بەھۆى نەخۇشى يان چارسەر موھ (ومك ھەكردنى HIV، دەرمانى سنېرۆىد، چارسەرى كىمىۋى يان چارسەرى نىشكەھ)
- ھەكردنى جومگەى رۆماتىزمى، نەخۇشى گورگە يان بەلمەكى پىست
- ئەندامىكى لەشى بۇ چاندراپىت
- جەلەدى دىماغ يان پەلامارى نىشەمىكى گۆبىزراوھ (TIA)
- حالەتى كۆنەندامى دىماغ يان لەدەستدانى ماسولكە
- كەمئەندامىبەكى سەخت يان قورس
- كىشەى سېل، بۇ نمونە نەخۇشى خانەى داسى، يان ئەگەر سېلت دەر ھىنراپىت
- ئەگەر كىشت زۆر زۆر بىت (BMI 40 يان زىاتر)
- ئەگەر نەخۇشى سەختى دەر وونىت ھەبىت

دواى ئەوھ پىكوتەكە ھەرۋەھا بەگۆيرەى تەمەن پىشنىياز دەكرىت بۇ:

- ئەوانەى كە تەمەن يان لە 80 سال زىاترە
- ئەوانەى كە تەمەن يان لە 75 سال زىاترە
- ئەوانەى كە تەمەن يان لە 70 سال زىاترە
- كەسانى گەرەى كە لىستى نەخۇشە دابراوھكاندان
- ئەوانەى كە تەمەن يان لە 65 سال زىاترە
- كەسانى گەرەى كە تەمەن يان لە 65 سال كەمتەرە و حالەتى تەندروستى درىژخاينان ھەپە (بىروانە لىستەكە).
- ئەوانەى كە تەمەن يان لە 64-50 سالداپە دواتر بۇيان پىشنىياز دەكرىت.

لە شانشىنى يەگرتوو، دوو جۆر پىكوتەى پەسەندىكراوى كۆفید-19 ھەپە. ھەردوكيان پىئوستىيان بە دوو ژەمى كوتان ھەپە بۇ ئەوھى پاراستى درىژخاينتر فەراھەم بىكەن. ھەردوكيان لە تاقىكردنەوھى كلىنىكىدا دەرگەوتون كە كارىگەر بوون و تۆمارىكى باشى سەلامەتتىيان ھەپە. گروپىكى بىلاپەنى پىپۆرەكان و ھەپان راسپاردە كردوھ كە نىن نىچ نىس (NHS) يەكەمجار نەو پىكوتانە بۇ ئەوانە پىشنىياز بىكەن كە لەبەر مەترسى زۆردان بۇ توشبوون بە نەخۇشىبەكە و نالاندن بەدەست ئالۆزكارى رژد (جدى) يەوھ يان مردنەوھ بە كۆفید-19. نەوھش نەو كەسە گەرەى بەسالچوانە دەكرىتەوھ كە لە خەلۋەتگەى پىراندان لەگەل كارمەندەكەنى ھىلى پىشەۋەى سەپەرشىتى تەندروستى و كۆمەلەيتى.

ھەر كات پىكوتەى زىاتر بەردەست بوو، پىكوتەكان بە زووترىن كاتى گونجاو بۇ كەساتى دىكە پىشنىياز دەكرىن كە لە مەترسىدان.

تەكايە چاۋەروان بە ھەتا نۆرەت دىت. نەگەر تۆ لەو گروپانەى سەرۋەدا نىت، تۆ دەبىت چاۋەروانى كوتانى كۆفید-19 بىت ھەتا بىرى زىاترى پىكوتە بەردەست دەبىت.

ھەر كات پىكوتەى زىاتر بەردەست بوو نىمە بۇ گروپى زىاترى خەلكى پىشنىياز دەكەين.

لە ھەمان كاتدا پىكوتەكە ھەرۋەھا پىشنىياز دەكرىت بۇ:

- كەسانى گەرەى كە سەپەرشىتى بۇ كەسىكىبەسالچوو يانكەمئەندام فەراھەم دەكەن
- كەسانى گەرەى گەنجتر كە لە شوئىنى پەستارى يان نىشتەنى درىژخايندا دەمىنەوھ