COVID-19 રસી

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

સપ્ટેમ્બર 30, 2021 ના રોજ અપડેટ કર્યું

COVID-19 ના જોખમો

COVID-19 એક વાઈરલ ચેપ છે જે મુખ્યત્વે ફેફસાને અસર કરે છે. વૃદ્ધો અને સ્વાસ્થ્ય વિષયક બિમારી ધરાવતા લોકોમાં COVID-19 થી બિમાર પડવાની સંભાવના વધારે છે. તે ફેફસા, હૃદય અને મગજને નુકસાન પહોંચાડી શકે છે. લાંબા-ગાળાના લક્ષણોમાં થાક લાગવો, શ્વાસ લેવામાં મુશ્કેલી પડવી, કોઈ બાબત પર ધ્યાન એકાગ્ર કરવામાં મુશ્કેલી, સ્નાયુનો દુ:ખાવોનો સમાવેશ થઈ શકે છે.

COVID-19 સતત નવા વેરિઅન્ટમાં બદલાતો રહે છે. કેટલાક વેરિઅન્ટ ઝડપથી ફેલાઈ શકે છે અને લોકોને બિમાર પાડી શકે છે.

રસી કેવી રીતે અસર કરે છે

COVID-19 રસી આપણા શરીરને એવા એન્ટિબોડીઝ બનાવવા માટે કહે છે જે COVID-19 વાઈરસથી આપણું રક્ષણ કરે છે. કેનેડામાં મંજૂરી આપવામાં આવેલ ત્રણ રસીઓના બે ડોઝ લેવા જરૂરી છે. Janssen (*Johnson & Johnson*) રસીનો માત્ર એક ડોઝ લેવો જરૂરી છે. આ રસીમાં COVID-19 વાઈરસ નથી અને તેનાથી આપણને COVID-19 થતો નથી.

રસીના ફાયદા

કેનેડામાં મંજૂરી અપાયેલ COVID-19 રસી 12 થી 18 વર્ષ અને તેનાથી વધુ વયના લોકો માટે છે, જેમાં સગર્ભા અથવા સ્તનપાન કરાવતી મહિલાઓ અને તબીબી બિમારી ધરાવતા લોકોનો પણ સમાવેશ થાય છે. આ રસીઓ લોકોનું ચેપ લાગવાથી રક્ષણ કરે છે અને COVID-19 ફેલાતો અટકાવે છે. તે COVID-19 માંથી ઉદભવતી ગંભીર બિમારીઓ સામે પણ રક્ષણ કરે છે. રસી લીધા પછી તેનાથી સુરક્ષિત થવામાં ઓછામાં ઓછો બે અઠવાડિયાનો સમય લાગે છે. જે રસીમાં બે ડોઝની જરૂર પડે છે એમાં બીજા ડોઝ પછી સંપૂર્ણ સુરક્ષા પ્રાપ્ત કરતા 1 થી 2 અઠવાડિયાનો સમય લાગે છે.

બધી જ રસીઓ હૃદયરોગ અથવા ફેફસાની બિમારી, ડાયાબિટીસ અથવા હાઈ બ્લડ પ્રેસર જેવી બિમારીઓ ધરાવતા લોકો માટે સલામત છે. બિમારી અથવા સારવારને કારણે જેમની રોગપ્રતિકારક શક્તિ એની મેળે પાછી આવી રહી છે અથવા રોગપ્રતિકારક શક્તિ નબળી છે તેવા લોકો માટે પણ તે સલામત છો, જો કે જે લોકો આ બિમારીઓ ધરાવે છે તેમના પર કદાચ સારી રીતે અસર કરી શકે નહીં.

રસી લીધા પછી પણ તમને COVID-19 નો ચેપ લાગે એવી શક્યતા બહુ ઓછી છે. જ્યાં સુધી વધુને વધુ લોકોને રસી આપવામાં ન આવે ત્યાં સુધી જાહેર સ્વાસ્થ્ય પગલાંઓનું પાલન કરવું મહત્ત્વપૂર્ણ છે. કેટલા સમય સુધી આ રસીઓ આપણું રક્ષણ કરશે એ અંગે હાલમાં બહુ ઓછી માહિતી છે. ભવિષ્યમાં બૂસ્ટર ડોઝની પણ જરૂર પડી શકે છે.

રસીના ઘટકો અને એલર્જી

આ રસીમાં લિપિડ્સ (ચરબી), સૉલ્ટ્સ (મીઠું), સુગર (સર્કરા) અને બફર્સ સમાવિષ્ટ છે. તેમાં ઈંડા, જિલેટિન (પોર્ક), ગ્લુટેન, લેટેક્સ, પ્રિઝર્વેટિવ્ઝ, એન્ટિબાયોટિક્સ અથવા એલ્યુમિનિયમ સમાવિષ્ટ નથી. COVID-19 રસીથી ભાગ્યે જ એલર્જી થાય છે. આ રસીઓ સુરક્ષિત છે, પછી ભલે તમને કોઈ ખોરાક, પીણા કે વાતાવરણની એલર્જી કેમ નથી. જો તમને પોલીથીલીન ગ્લાયકોલ, ટ્રોમેથામાઈન કે પોલીસોર્બેટ વગેરેની એલર્જી હોય તો સૌ પ્રથમ તમારા સ્વાસ્થ્ય કર્મી સાથે વાત કરો.

ગંભીર પ્રકારના એલર્જિક રિએક્શન (એનફાયલેક્સિસ) ભાગ્યે જ આવે છે. એલર્જિક રિએક્શનની સારવાર કરી શકાય છે અને સામાન્ય રીતે તે થોડા સમય માટે હોય છે. જો તમને શ્વાસ લેવામાં મુશ્કેલી પડતી હોય અથવા ચહેરા અને ગળામાં ફોલ્લીઓ થતી હોય કે સોજો આવતો હોય તો તરત તમારા તબીબનું ધ્યાન દોરો.

આડઅસરો અને જોખમો

લગભગ 20 ટકા જેટલા લોકોને આડઅસરો થઈ શકે છે. મોટા ભાગની આડઅસરો હળવીથી મધ્યમ હોઈ શકે છે અને એકથી ત્રણ દિવસ સુધી રહે છે. આડઅસરોનો સામાન્ય અર્થ એવો થાય છે કે રસી તમારી રોગપ્રતિકારક શક્તિને ઉદ્દિપ્ત કરવા માટે કાર્ય કરી રહી છે.

સામાન્ય આડઅસરોમાં સમાવેશ થાય છે:

- ઈન્જેક્શનની જગ્યાએ લાલાશ, દુ:ખાવો, ખુજલી અથવા સોજો આવવો
- તાવ આવવો
- માથાનો દુ:ખાવો
- થાક લાગવો
- સ્નાયુઓનો દુ:ખાવો
- સાંધા દુ:ખવા
- ઠંડી લાગવી
- ઉબકા અને/અથવા ઉલ્ટી થવી

માયોકાર્ડિટિસ અને પેરિકાર્ડિટિસ:

- માયોકાર્ડિટિસ અને પેરિકાર્ડિટિસ એ હૃદયના જુદા જુદા ભાગોમાં થતા દાહ સોજાના પ્રકારો છે.
- પબ્લિક હેલ્થ એજન્સી ઑફ કેનેડાને રસી લીધા પછી પુખ્તો અને બાળકોમાં ઓછી સંખ્યામાં રિપોર્ટ્સને મોનીટરીંગ કરે છે. આવા પ્રકારના જે કેસો આવ્યા હતા એ સાધારણ (માઈલ્ડ) હતા અને દવાથી તેની સારવાર કરવામાં આવી હતી.
- જો તમને છાતીમાં દુ:ખાવો, હાંફ ચડવો અથવા રસી લીધા પછી હૃદયના ધબકારા અસામાન્ય થવા વગેરે જણાય તો તરત તમારા ડૉક્ટરનું ધ્યાન દોરો.
- આમ છતાં રસી લેવાની ભલામણ કરવામાં આવે છે કારણ કે તેના જોખમો કરતા ફાયદા વધારે છે.

વાઈરલ વેક્ટર રસી (AstraZeneca, COVISHIELD, Janssen) પછી ભાગ્યે જ જોવા મળતી આડઅસર:

ભાગ્યે જ જોવા મળતા બ્લડ ક્લોટ્સ વાઈરસ્લ વેક્ટર રસી સાથે જોડાયેલ હોઈ શકે છે.

- રસી લીધાના 4 થી 28 દિવસ પછી તમને આમાંથી જો કોઈ લક્ષણો હોય તો તબીબી સારવાર મેળવો: શ્વાસ લેવામાં મુશ્કેલી, છાતીમાં દુ:ખાવો અથવા પગમાં સોજા ચઢવા; નવો અથવા પહેલાનો વકરતો જતો પેડુ (પેટ)નો દુ:ખાવો, તીવ અથવા વકરતો જતો માથાનો દુ:ખાવો, અથવા આંખે ઝાંખુ દેખાવું, ત્વચા પર લાલ ચાંઠા કે ચકામા થવા (તમે જે જગ્યાએ રસી લીધી છે એ સિવાયની જગ્યાએ).
-

જો આ રસીથી તમને ગંભીર રિએક્શન આવ્યું છે અથવા 3 દિવસ પછી રિએક્શન એની મેળે દૂર થતું નથી, તો તમારા સ્વાસ્થ્ય કર્મીને વાત કરો. રસી સલામત બની રહે એ સુનિશ્ચિત કરવા જાહેર સ્વાસ્થ્ય વિભાગ આડઅસરોને ટ્રેક કરવાનું ચાલું રાખશે.

રસી લેવામાં વિલંબ

- જો તમને તાવ આવતો હોય કે COVID – 19 ના અન્ય કોઈ લક્ષણો હોય તો રસી લેતા પહેલા તમને જ્યાં સુધી સારું ન થઈ જાય ત્યાં સુધી રાહ જુઓ.
- જો તમારો રિપોર્ટ પોઝિટીવ આવ્યો હોવાના કારણે તમને સેલ્ફ-આઈસોલેટ થવાની સલાહ આપવામાં આવેલ છે અથવા તમે COVID-19 નો ચેપ લાગ્યો છે એવી અન્ય કોઈ વ્યક્તિના સંપર્કમાં આવ્યા હતા, તો કૃપા કરી રસી લેવા માટેની તમારી તારીખ બદલી જ્યારે તમારું આઈસોલેશન પૂરું થઈ જાય એ પછીની કોઈ તારીખે લઈ જાઓ.

સ્વાસ્થ્ય સારવાર પ્રદાતા સાથે પરામર્શ કરો

જો તમને આમાંથી કંઈ છે તો રસી લેતા પહેલા તમારા સ્વાસ્થ્ય સારવાર પ્રદાતા અથવા એલર્જિસ્ટ સાથે પરામર્શ કરો:

- તમારી કોઈ દવા ચાલે છે જેના લીધે તમારી રોગપ્રતિકારક શક્તિ નબળી પડી છે - તમારી દવાઓની સાથે તમારી રસી લેવા તમે વધુ સમય લઈ શકો છો
- COVID-19 રસીનો તમારો પહેલો ડોઝ લીધા પછીના ચાર કલાકની અંદર તમને એલર્જિક રિએક્શન આવ્યું હતું

- રસીના કોઈપણ ઘટક તત્ત્વોથી તમને ગંભીર એલર્જિની સમસ્યા રહેતી હોય

તમારી પોતાની અને અન્યોની સુરક્ષા જાળવવાનું ચાલું રાખો

જ્યાં સુધી વધુને વધુ લોકોનું રસીકરણ કરવામાં ન આવે ત્યાં સુધી શારીરિક અંતર જાળવવું, માસ્ક પહેરવું અને જો તમે બિમારો છો તો ઘરમાં રહેવા જેવા જાહેર સ્વાસ્થ્યના પગલાઓ પાલન કરવાનું ચાલું રાખો, આનાથી COVID-19 અને તે સંબંધિત વેરિઅન્ટ્સ સામે તમારું રક્ષણ કરવામાં મદદ મળશે.

વધુ માહિતી માટે: તમારા સ્વાસ્થ્ય સારવાર પ્રદાતા સાથે વાત કરો અથવા toronto.ca/COVID19 ની મુલાકાત કરો.

સંસાધન: રસીકરણ અંગેની નેશનલ એડવાઇઝરી કમિટી *COVID-19 રસીના ઉપયોગ અંગેની ભલામણો*.