कोविड-19 वैक्सीन

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

30 सितम्बर, 2021 को अपडेट किया गया

कोविड-19 के जोखिम

कोविड-19 एक विषाणु (वायरस) संक्रमण है जो मुख्य रूप से फेफड़ा को प्रभावित करता है। कोविड-19 संक्रमण से बीमार पड़ने की अधिक संभावना स्वास्थ्य समस्या से ग्रस्त उम्रदराज वयस्कों में रहती है। यह फेफड़ा, हृदय और मस्तिष्क को क्षति पहुंचाता है। दीर्घकालीन लक्षणों में थकान महसूस करना, सांस लेने में परेशानी, एकाग्रचित होने में कठिनाई और मांशपेशियों में दर्द।

कोविड-19 लगातार नए वैरिएंट में बदलते रहते हैं। कुछ वैरिएंट कहीं अधिक आसानी से फैलते हैं और लोगों को बीमार करते हैं।

वैक्सीन किस तरह कार्य करता है

कोविड-19 वैक्सीन हमारे शरीर को ऐसे एंटीबॉडीज बनाने के लिए कहता है जो कोविड-19 विषाणु से हमारी रक्षा करते हैं। कनाडा में जो तीन वैक्सीन अनुमोदित किए गए हैं उनकी दो खुराक की आवश्यकता होती है। जैनसेन (जॉनसन एंड जॉनसन) के वैक्सीन की सिर्फ एक खुराक की आवश्यकता होती है। इन वैक्सीन में कोविड-19 के विषाणु नहीं होते हैं और यह हमारे शरीर में कोविड-19 नहीं देते हैं।

वैक्सीन के लाभ

कनाडा में जिन वैक्सीन को अनुमोदित किया गया है वे 12 से 18 और इससे अधिक आयु के लोगों के लिए हैं, इनमें गर्भवती महिलाएं या स्तनपान कराने वाली महिलाएं, वरिष्ठ लोग और स्वास्थ्य समस्या से ग्रस्त कोई भी व्यक्ति शामिल हैं। ये वैक्सीन लोगों को कोविड-19 की चपेट में आने और इसका प्रसार करने के विरुद्ध सुरक्षा प्रदान करते हैं। ये कोविड-19 से होने बाली गंभीर बीमारी से भी रक्षा करते हैं। वैक्सीन की सुरक्षा को हासिल करने में कम से कम दो सप्ताह लगते हैं। ऐसे वैक्सीन जिसमें दो खुराक लेने की आवश्यकता होती है, वहां पूर्ण सुरक्षा की स्थिति दूसरी खुराक लेने के 1 से 2 सप्ताह बाद बनती है।

सभी वैक्सीन उन लोगों के लिए भी सुरक्षित हैं जो हृदय या फेफड़ा की समस्या या उच्च रक्त चाप जैसे स्वास्थ्य परेशानियों से ग्रस्त हैं। ये ऑटो-इम्यून की समस्या या बीमारी अथवा चिकित्सा के कारण कमजोर इम्यून सिस्टम की समस्या से ग्रस्त लोगों के लिए भी सुरक्षित हैं, लेकिन संभव है कि इन समस्याओं से ग्रस्त लोगों में वैक्सीन उतना कारगर नहीं हो जितना कि अन्य लोगों में होते हैं।

इस बात की हल्की संभावना हो सकती है कि टीकाकरण के बाद भी आपको कोविड-19 का संक्रमण हो जाए। जब तक ज्यादा से ज्यादा लोगों को वैक्सीन लगा नहीं दिया जाता है तब तक सार्वजनिक स्वास्थ्य उपाय का अनुपालन जारी रखना महत्वपूर्ण है। फिलहाल, इस बात की कम जानकारी है कि वैक्सीन कितनी अवधि तक हमारा बचाव कर पाएगा। भविष्य में एक बूस्टर डोज की आवश्यकता हो सकती है।

वैक्सीन के उपादान और अलर्जी

वैक्सीन में वसा (फैट), साल्ट, शर्करा और बफर्स होते हैं। इनमे अंडे, जीलेटिन (पोर्क), ग्लुटेन, लैटेक्स, प्रेजरवेटिव, एंटीबायोटिक या एल्युमिनियम नहीं रहते हैं। कोविड-19 वैक्सीन से अलर्जी दुर्लभ मामलों में ही होते हैं। अगर आपको भोजन, ड्रग या पर्यावरण से संबंधित अलर्जी की शिकायत है, तो भी वैक्सीन सुरक्षित है। अगर आप पॉलीइथेलीन ग्लायकॉल, ट्रोमेथामिन या पॉलीजार्बेट के प्रति अलर्जिक हैं तो अपने स्वास्थ्य सेवा प्रदाता को इसके बारे में बता दें। गंभीर अलर्जीक प्रतिक्रिया (एनाफिलैक्सिस) की घटना दुर्लभ मामलों में ही होती है। अलर्जिक प्रतिक्रियाओं का उपचार किया जा

सकता है और यह अस्थाई होती हैं। अगर आपको सांस लेने में परेशानी हो या शरीर पर चकते आ जाएं या चेहरे और गरदन में सूजन हो तो चिकित्सीय सहायता प्राप्त करें।

पार्श्व प्रभाव (साइड इफेक्ट) और जोखिम

करीब 20 प्रतिशत लोगों को पार्श्व प्रभाव (साइड इफेक्ट) होते हैं। इनमें से ज्यादातार हल्का से मध्यम होते हैं और एक से तीन दिनों तक रहते हैं। पार्श्व प्रभाव का सामान्यतया यह अर्थ होता है कि वैक्सीन आपके इम्यून सिस्टम को उत्तेजित करने के लिए अपना कार्य कर रहा है।

आम पार्श्व प्रभाव में शामिल हैं:

- लालिमा, दर्द, खुजलाहट अथवा सुई वाली जगह पर सूजन
- बुखार
- सिर दर्द
- थकान महसूस करना
- मांसपेशी में दर्द
- जोड़ में दर्द
- ठंढ महसूस करना
- मतली और/या उल्टी

मायोकार्डिटिस और पेरिकार्डिटिस:

- मायोकार्डिटिस और पेरिकार्डिटिस हृदय के विभिन्न भागों में होने वाला सूजन का एक प्रकार है। कनाडा की सार्वजनिक स्वास्थ्य एजेंसी टीकाकरण के बाद किशोरों और नवयुवाओं में ऐसी कुछ थोड़ी रिपोर्ट की निगरानी कर रही है। उत्पन्न ज्यादातर मामले हल्के थे और दवा लेने एवं आराम करने से ठीक हो गए।
- अगर आपको सीने में दर्द होने लगे, तेज सांस की शिकायत हो या टीका लेने के बाद धड़कन बढ़ जाए तो मेडिकल सहायता लें।
- इसके बावजूद टीकाकरण की सलाह दी जाती है क्योंकि इसके लाभ जोखिमों से कहीं अधिक है।

व◌ायरल वेक्टर वैक्सीन के बाद दुर्लभ पार्श्व प्रभाव (एस्ट्राजेनेका, कोविशील्ड, जैनसेन):

दुर्लभ रक्त थक्का का संबंध वायरल वेक्टर वैक्सीन से है।

- चिकित्सीय मदद लें अगर आपको टीकाकरण के 4 से 28 दिन बाद सांस लेने में दिक्कत हो, सीने में दर्द हो या पैर में सूजन हो या पेट में नया दर्द हो या यह बढ़ जाय; सिर में तेज और बढ़ता हुआ दर्द हो या दृष्टि में धूंधलापन लगे; या मसली हुई त्वचा या धब्बा (जहां आपने टीका लिया उस स्थान को छोड़कर अन्यत्र) की शिकायत हो।

अगर आपके शरीर में वैक्सीन से कोई गंभीर प्रतिक्रिया होती है या प्रतिक्रिया 3 दिनों के बाद भी बनी रहती है तो अपने चिकित्सा प्रदाता से बात करें। सार्वजनिक स्वास्थ्य विभाग पार्श्व प्रभाव के आंकड़ों को जमा रखते हैं ताकि टीकाकरण को निरंतर सुरक्षित रखा जा सके।

टीकाकरण में देरी

- अगर आपको बुखार हो या कोविड-19 का कोई भी लक्षण हो तो टीकाकरण से पूर्व तब तक प्रतीक्षा करें जब तक कि आप स्वस्थ महसूस न करने लगें।
- अगर जांच में आपको पॉजीटिव पाया गया है या आप कोविड-19 से संक्रमित किसी व्यक्ति के नजदीकी संपर्क में आएं है और इसके कारण आपको पृथक रहने की सलाह दी गई है तो कृपया अपने अपॉइंटमेंट को बाद की तारीख में निर्धारित करें जब आपके पृथक आवास की अवधि पूरी हो जाए।

कोविड-19 वैक्सीन Pfizer-BioNTech, Moderna, AstraZeneca/COVISHIELD & Janssen

स्वास्थ्य चिकित्सा प्रदाता से संपर्क करें

अगर आपके साथ निम्नलिखित स्थिति हो तो वैक्सीन लेने से पूर्व अपने चिकित्सा प्रदाता या अलर्जीस्ट से बात कर लें:

- आप ऐसी दवा-चिकित्सा में हो जिसने आपके इम्यून सिस्टम को कमजोर कर दिया हो- आप अपनी दवा-चिकित्सा के साथ टीकाकरण के लिए कुछ समय लेना चाहते हों
- अगर आपको कोविड-19 वैक्सीन के प्रथम डोज लेने के बाद 4 घंटे के अंदर अलर्जिक प्रतिक्रिया हुई हो
- आपको वैक्सीन के किसी भी अवयव से गंभीर अलर्जी हो

स्वयं के साथ दूसरों की सुरक्षा को बरकरार रखें

जब तक ज्यादा से ज्यादा लोगों को वैक्सीन लग नहीं जाता है तब तक सार्वजनिक स्वास्थ्य उपाय करते रहें जिनमें भौतिक दूरी बरतना, मास्क पहनना और बीमार पड़ने पर घर में रहना शामिल है। ये सब उपाय आपको कोविड-19 और इससे संबंधित वैरिएंट से रक्षा करने में मददगार होंगे।

अधिक जानकारी के लिए: अपने स्वास्थ्य चिकित्सा प्रदाता से बात करें या toronto.ca/COVID19 विजिट करें।

संसाधन: नेशनल एडवायजरी कमेटी ऑन इम्युनाइजेशन। *कोविड-19 वैक्सीन के इस्तेमाल के संबंध में अनुशंसाएं।*