

## कोविड-19 वैक्सीन [Pfizer-BioNTech और Moderna द्वारा निर्मित]

### कोविड-19

**कोविड-19** एक वायरल संक्रमण है जो मुख्य रूप से फेफड़ों को प्रभावित करता है। कुछ लोगों को हल्की बीमारी हो सकती है। वृद्ध या पहले से स्वास्थ्य समस्या वाले लोगों सहित अन्य लोग बहुत बीमार हो सकते हैं। बहुत कम ही, मामलों में कुछ बच्चों में गंभीर संक्रमण की स्थिति हो सकती है। कोविड-19 के दीर्घकालिक प्रभाव पूरी तरह से ज्ञात नहीं हैं। कुछ लोगों को उनके काम या रहने की स्थिति के कारण कोविड-19 होने का खतरा अधिक होता है।

### ये वैक्सीन कैसे काम करती हैं

वैक्सीन हमारे शरीर में कोशिकाओं वह प्रोटीन बनाने के लिए कहती है जो विशेष रूप से वायरस पर पाया जाता है जो कोविड-19 का कारण बनता है। ये "स्पाइक प्रोटीन", हालांकि हमारे लिए हानिकारक नहीं हैं, हमारे शरीर को एंटीबॉडी बनाना शुरू करने के लिए ट्रिगर करेंगे। यदि हम वायरस के जोखिम में हैं तो हमारी नई एंटीबॉडी हमें बीमार होने से बचाएगी। वैक्सीन में वायरस नहीं होता है और इसलिए यह हमें कोविड-19 से संक्रमित नहीं कर सकता है।

दोनों वैक्सीन सुरक्षा मानकों को पूरा करती हैं यह सुनिश्चित करने के लिए इन्हे बड़े क्लिनिकल परीक्षणों में टेस्ट किया गया है और स्वास्थ्य कनाडा द्वारा दोनों को लाइसेंस और अनुमोदित किया गया है।

### वैक्सीन की प्रक्रिया

दोनों वैक्सीन की दो खुराक की आवश्यकता होती है। Pfizer की खुराक वृद्ध लोगों सहित 16 साल और उससे अधिक उम्र के लोगों को कम से कम 21 दिन के अंतराल पर दी जाती हैं। Moderna की खुराक वृद्ध लोगों सहित 18 साल और उससे अधिक उम्र के लोगों को कम से कम 28 दिन के अंतराल पर दी जाती हैं।

### वैक्सीन के लाभ

वैक्सीन की दो खुराक बेहतर सुरक्षा के लिए आवश्यक हैं। दो-खुराक पूरी करने के बाद, कोविड-19 के विरुद्ध अधिकतम सुरक्षा प्राप्त करने में और एक से दो हफ्ते लग सकते हैं। इस समय, इस वैक्सीन के दीर्घकालिक सुरक्षा के बारे में कोई जानकारी नहीं है। परीक्षणों में, वैक्सीन 95% प्रभावी थी।

इस बात के बहुत कम आसार हैं कि वैक्सीन लगने के बाद भी आपको कोविड-19 हो सकता है। सार्वजनिक स्वास्थ्य उपायों जैसे कि शारीरिक दूरी, मास्क पहनना और बीमार होने पर घर पर रहना, जारी रखना महत्वपूर्ण है। स्वास्थ्य देखभाल और अन्य कर्मचारियों को वैक्सीन लगाने के बाद भी व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण (PPE) पहनना चाहिए।

### दुष्प्रभाव और जोखिम

कुछ लोगों को वैक्सीन से दुष्प्रभाव का अनुभव हो सकता है, लेकिन वे संभवतः कुछ दिनों के बाद मध्यम होंगे और समाप्त हो जाएंगे। कुछ लक्षण शरीर की इम्युनिटी बढ़ाने के लिए शरीर की प्रतिक्रिया का हिस्सा होते हैं।

इस वैक्सीन के क्लिनिकल परीक्षणों में जो सामान्य दुष्प्रभाव सामने आएँ हैं उनमें निम्न शामिल हैं:

बहुत सामान्य $\geq 10\%$ (10 खुराक में 1 से अधिक)	सामान्य 1%-10% (100 में 1 से 10 में 1 खुराक)	असामान्य 1% (100 खुराक में 1)	बहुत दुर्लभ
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ इंजेक्शन की जगह पर दर्द</li> <li>○ सरदर्द</li> <li>○ थकान महसूस होना</li> <li>○ मांसपेशियों या जोड़ों का दर्द</li> <li>○ बुखार या ठंड लगना</li> <li>○ कांख के नीचे सूजन या पीड़ा (केवल Moderna वैक्सीन में)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ इंजेक्शन की जगह पर लालिमा और सूजन</li> <li>○ मतली और उल्टी (केवल Moderna वैक्सीन में)</li> </ul>	बढ़े हुए लिम्फ नोड	एनाफिलेक्सिस जैसी गंभीर एलर्जी प्रतिक्रियाएँ

दुर्लभ मामलों में, गंभीर एलर्जी प्रतिक्रियाएँ (एनाफिलेक्सिस) हो सकती हैं। एलर्जी प्रतिक्रियाओं का इलाज किया जा सकता है और आमतौर पर अस्थायी होते हैं। यदि आपको सांस लेने में तकलीफ़ हो, चकत्ते हों या चेहरे और गले में सूजन हो, तो चिकित्सा सहायता लें। लोगों को वैक्सीन दिए जाने के अनुसार ही वैक्सीन के दुष्प्रभाव की निगरानी जारी रहेगी।

यदि आपको वैक्सीन की प्रतिक्रिया होती है, तो अपने स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से संपर्क करें, जो दुष्प्रभाव की सूचना सीधे सार्वजनिक स्वास्थ्य को देगा। वैक्सीन सुरक्षित है यह सुनिश्चित करने के लिए सार्वजनिक स्वास्थ्य सूचित दुष्प्रभावों का ट्रैक रखेगा।

### सावधानियाँ

- यदि आपको बुखार है, आप कोविड-19 के लक्षणों के कारण बीमार हैं या पिछले 14 दिनों में आपको वैक्सीन दी गई है तो वैक्सीन न लें।
- वैक्सीन की दोनों खुराक लेने के कम से कम एक महीने तक गर्भवती होने का प्रयास करने से बचें।
- यदि आप रक्त पतला करने की दवा ले रहे हैं तो वे एक छोटी सुई का उपयोग करेंगे और आपको घाव को कम करने के लिए वैक्सीन लगाने के बाद अधिक लंबे समय तक प्रेशर देने की आवश्यकता होगी।

### वैक्सीन न लगवाएँ यदि:

- आपको पॉलीथीन ग्लाइकोल सहित किसी भी वैक्सीन घटकों से एलर्जी है; या
- आपको इस वैक्सीन की पिछली खुराक पर गंभीर प्रतिक्रिया हुई हो।

### पहले अपने स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से संपर्क करें यदि:

- आपकी आयु 16 वर्ष से कम है (12 से 15 वर्ष के लोगों को Pfizer वैक्सीन दी जा सकती है);
- आप गर्भवती हैं या स्तनपान करा रहीं हैं; या
- बीमारी या उपचार के कारण आपकी प्रतिरक्षा प्रणाली कमजोर है या आपको रक्तस्राव विकार है।

अधिक जानकारी के लिए, अपने स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से संपर्क करें, या [toronto.ca/COVID19](https://toronto.ca/COVID19) पर जाएँ।

24 दिसम्बर 2020 को अपडेट किया गया

## स्रोत

राष्ट्रीय टीकाकरण सलाहकार समिति। कोविड-19 वैक्सीन के उपयोग के लिए सलाह। दिसंबर 2020।

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