



UK Health
Security
Agency

NHS **CARE**



2024 বসন্তকালীন COVID-19

ভ্যাকসিন ক্যাম্পেইন সম্পর্কিত নির্দেশিকা

75 বছর ও তার বেশি বয়সী লোক, কেয়ার হোমের বাসিন্দা এবং 6 মাস ও তার বেশি বয়সী দুর্বল রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা সম্পন্ন লোকদেরকে এই বসন্তে করোনাভাইরাস (COVID-19) এর এক ডোজ ভ্যাকসিন প্রদান করা হবে।

কাদেরকে বসন্তকালীন ভ্যাকসিন দেওয়া হচ্ছে?

বয়স্ক লোক ও কিছু নির্দিষ্ট অভ্যন্তরীণ রোগে আক্রান্ত লোকের ক্ষেত্রে COVID-19 বেশি গুরুতর হয়। এই সকল কারণে, 75 বছর ও তার বেশি বয়সী লোক, কেয়ার হোমের বাসিন্দা এবং 6 মাস ও তার বেশি বয়সী দুর্বল রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা সম্পন্ন লোকদেরকে বসন্তকালীন COVID-19 এর এক ডোজ ভ্যাকসিন প্রদান করা হচ্ছে।

বসন্তকালীন ভ্যাকসিনের সময়সূচী

আপনাদেরকে এপ্রিল ও জুনের মাঝখানে একটি অ্যাপয়েন্টমেন্ট দেওয়া হবে, যাদের মধ্য থেকে সর্বোচ্চ ঝুঁকিতে থাকা ব্যক্তিদেরকে আগে ডাকা হবে। আপনার সর্বশেষ ভ্যাকসিনের ডোজ গ্রহণ করার আনুমানিক 6 মাস পর বুস্টার গ্রহণের জন্য আমন্ত্রণ জানানো হবে, তবে আপনি 3 মাসের মধ্যেও সেটি নিতে পারেন।

যদি আপনার বয়স এপ্রিল ও জুনের মধ্যে 75 বছর হওয়ার কথা থাকে, তাহলে জন্মদিন পর্যন্ত আপনার অপেক্ষা করার প্রয়োজন নেই, ভ্যাকসিন গ্রহণের ডাক পেলেই আপনি আসতে পারেন।

কোন ভ্যাকসিনটি আপনাকে দেওয়া হবে?

আপনাকে Pfizer বা Moderna এর প্রস্তুতকৃত এবং যুক্তরাজ্যে অনুমোদিত ভ্যাকসিনের একটি বুস্টার ডোজ দেওয়া হবে। এই ভ্যাকসিনগুলো মূল ভ্যাকসিন থেকে অনেক আপডেটেড এবং COVID-19 এর ভিন্ন একটি ভ্যারিয়েন্টকে লক্ষ্য করে তৈরি করা হয়েছে। এই আপডেটেড ভ্যাকসিনগুলো রোগ প্রতিরোধ ব্যবস্থাকে শক্তিশালী করে এবং COVID-19 এর সাম্প্রতিক ধরন (Omicron) এর বিরুদ্ধে আরেকটু উন্নত অ্যান্টিবডি প্রদান করে।

যেহেতু আমরা অনুমান করতে পারি না যে COVID-19 এর কোন ভ্যারিয়েন্টগুলো এই বসন্ত ও গ্রীষ্মে ছড়াবে, সেহেতু জয়েন্ট কমিটি অন ভ্যাকসিনেশন অ্যান্ড ইমিউনাইজেশন (Joint Committee on Vaccination and Immunisation - JCVI) সিদ্ধান্ত দিয়েছেন যে 2023 এর শরৎকালীন প্রোগ্রামের শেষ সপ্তাহগুলোতে ব্যবহৃত ভ্যাকসিনগুলোই যেন এবারে দেওয়া হয়।

অনুগ্রহ করে যথা দ্রুত সম্ভব আপনার জন্য প্রস্তাবিত ভ্যাকসিনটি গ্রহণ করুন – আপনাকে সঠিক সময়ে সঠিক ভ্যাকসিনটিই প্রদান করা হবে।



COVID-19: বসন্তকালীন ক্যাম্পেইন সম্পর্কিত নির্দেশিকা

কারা প্রস্তাবিত বসন্তকালীন ভ্যাকসিন নিতে পারবেন না

কিছু সংখ্যক উপযুক্ত লোক এই বসন্তে ভ্যাকসিনের ডোজ নিতে পারবেন না। পূর্বের কোনো ভ্যাকসিনের ডোজে যদি আপনার গুরুতর প্রতিক্রিয়া হয়ে থাকে, তাহলে আপনার ডাক্তারের সাথে আপনার বিষয়টি নিয়ে আলোচনা করা প্রয়োজন।

পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াসমূহ

সাধারণ পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াসমূহ: আগের ভ্যাকসিনগুলোর মতো এই বসন্তে প্রদেয় আপডেটেড ভ্যাকসিন সহ COVID-19 এর সকল ভ্যাকসিনের সাধারণ পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াগুলো একই রকম এবং এগুলো হলো:

- ইনজেকশন যে বাহুতে নিয়েছেন সেখানকার ঐ স্থানে একটি বেদনাদায়ক, ভারী অনুভূতি ও সংবেদনশীলতা - এটি ভ্যাকসিন প্রদানের প্রায় 1 থেকে 2 দিন পরে সবচেয়ে খারাপ হতে পারে
- ক্লান্তি ভাব
- মাথা ব্যথা
- সাধারণ ব্যথা বা মৃদু ফু এর মতো উপসর্গ

ভালো বোধ করার জন্য আপনি বিশ্রাম নিতে পারেন ও প্যারাসিটামল খেতে পারেন (প্যাকেজিংয়ের ডোজ সংক্রান্ত পরামর্শ অনুসরণ করুন)।

ভ্যাকসিন পরবর্তী পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াগুলো সাধারণত এক সপ্তাহেরও কম সময় স্থায়ী হয়। যদি উপসর্গগুলো আরো খারাপ হতে থাকে বা যদি আপনার কোনো উদ্বেগ থাকে, তাহলে আপনি NHS 111 এ কল করতে পারেন অথবা 18001 111 নম্বরে টেক্সট/ফোন করতে পারেন।

আপনি Yellow Card স্কিমের মাধ্যমে ভ্যাকসিন ও ওষুধের সন্দেহজনক পার্শ্ব প্রতিক্রিয়ার কথাও জানাতে পারেন।

গুরুতর পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া: COVID-19 এর Pfizer ও Moderna দুই ধরনের ভ্যাকসিন গ্রহণের পরেই খুব কম হৃৎপিণ্ডের প্রদাহের ঘটনার কথা জানা গেছে (যাকে মায়োকার্ডাইটিস বা পেরিকার্ডাইটিস বলা হয়)। এই সমস্যা বেশিরভাগ সময় অল্পবয়স্ক পুরুষদের মধ্যে ভ্যাকসিন গ্রহণের কয়েকদিনের মধ্যেই দেখা গেছে। বেশিরভাগ আক্রান্ত লোক বিশ্রাম ও সাধারণ চিকিৎসা গ্রহণের পর ভালো বোধ করেছেন ও দ্রুত সুস্থ হয়ে উঠেছেন। নিম্নলিখিত সমস্যাগুলো হলে আপনার দ্রুত চিকিৎসা পরামর্শ গ্রহণ করতে হবে:

- বুক ব্যথা
- শ্বাস কষ্ট
- দ্রুত হৃদস্পন্দন বা বুক ধড়ফড় করা

পূর্বের কোনো ডোজ গ্রহণের পরে যদি আপনার গুরুতর পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া হয়ে থাকে তাহলে আপনাকে হয়ত পরবর্তী আর কোনো ভ্যাকসিন এড়িয়ে চলার বা বিলম্বে গ্রহণ করার পরামর্শ দেওয়া হবে। আপনার ডাক্তার বা বিশেষজ্ঞের সাথে এ নিয়ে আলোচনা করতে হবে। লিফলেটের পিছনের পাতায় পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া জানানোর উপায় সম্পর্কিত তথ্য দেখুন।

অ্যাপয়েন্টমেন্টের দিন সুস্থ না থাকলে কী করবেন?

অসুস্থ থাকলে সুস্থ না হওয়া পর্যন্ত অপেক্ষা করুন। জ্বর থাকলে বা কোনো সংক্রামক ব্যাধি আছে মনে করলে আপনার অ্যাপয়েন্টমেন্টে আসা ঠিক হবে না।



ভ্যাকসিন গ্রহণের পরও কি আপনার COVID-19 সংক্রমণ হতে পারে?

ভ্যাকসিন গ্রহণ করলে এই বসন্ত ও গ্রীষ্মে আপনার COVID-19 এর কারণে গুরুতর অসুস্থ হওয়ার সম্ভাবনা কমে আসবে। ডোজ গ্রহণের পর শরীরে বাড়তি প্রতিরোধ ক্ষমতা তৈরি হতে কয়েকদিন সময় লাগতে পারে। অন্যান্য ওষুধের মতো ভ্যাকসিনগুলোও সম্পূর্ণ কার্যকর হয় না। ভ্যাকসিন গ্রহণের পরেও কিছু লোক COVID-19 -এ আক্রান্ত হতে পারেন, তবে তার গুরুতরতা হবে অনেক কম।

যদি আপনি ভ্যাকসিনের সবগুলো ডোজ নিয়ে না থাকেন

যদি আপনি এখনো ভ্যাকসিনের 2টি ডোজের একটিও নিয়ে না থাকেন (অথবা দুর্বল রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা সম্পন্ন লোকের ক্ষেত্রে তৃতীয় ডোজ) তাহলে মৌসুমি ক্যাম্পেইনের সময় আপনাকে একটি ডোজ গ্রহণ করতে হবে। যদি আপনি উপযুক্ত হন ও যদি আপনার পূর্বের কোনো বুস্টার ডোজ বাদ পড়ে থাকে, তাহলে সামঞ্জস্য করার জন্য আপনাকে এই বসন্তে একটি ডোজ গ্রহণ করতে হবে। বেশিরভাগ লোকের ক্ষেত্রেই বাদ পড়া ডোজের ঘাটতি পূরণের জন্য অতিরিক্ত ডোজ গ্রহণের প্রয়োজন হয় না। আপনার রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা যদি গুরুতর দুর্বল হয়ে থাকে, তাহলে আপনার ডাক্তার বসন্তকালীন ভ্যাকসিন গ্রহণের তিন মাস পরে আরেকটি বাড়তি ডোজ গ্রহণের পরামর্শ দিতে পারেন।

ভ্যাকসিন গ্রহণের পরে কি আমাকে অপেক্ষা করতে হবে?

আপনার অ্যালার্জিজেনিত ইতিহাস থাকলে অথবা পূর্ববর্তী কোনো ডোজ গ্রহণের পর তাৎক্ষণিক কোনো প্রতিক্রিয়া হয়ে থাকলে আপনাকে এই ভ্যাকসিন গ্রহণের পর 15 মিনিট অপেক্ষা করার পরামর্শ দেওয়া হতে পারে। মনে করে ভ্যাকসিন প্রদানকারীকে বিষয়টি জানানো।

বাড়তি তথ্য

আরো তথ্যের জন্য আপনি নিম্নে প্রদত্ত
COVID-19 নির্দেশিকাগুলো পড়তে পারেন

বয়স্কদের জন্য COVID-19 নির্দেশিকা

COVID-19 ভ্যাকসিন: যারা গর্ভবতী বা বুকের
দুধ খাওয়াচ্ছেন

COVID-19 ভ্যাকসিন – দুর্বল রোগ প্রতিরোধ
ক্ষমতা সম্পন্ন লোকদের জন্য নির্দেশিকা

NHS.UK-তে দেখুন করোনাভাইরাস বুস্টার
ভ্যাকসিনেশন।

ভ্যাকসিন গ্রহণের পর কী প্রত্যাশা করবেন
সে সম্পর্কিত একটি তথ্য পত্র ডাউনলোড বা অর্ডার
করা যাবে।

আপনার ভ্যাকসিন ও সম্ভাব্য পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া
সম্পর্কে আরো জানতে পড়ুন **Pfizer** এবং
Moderna ভ্যাকসিন।

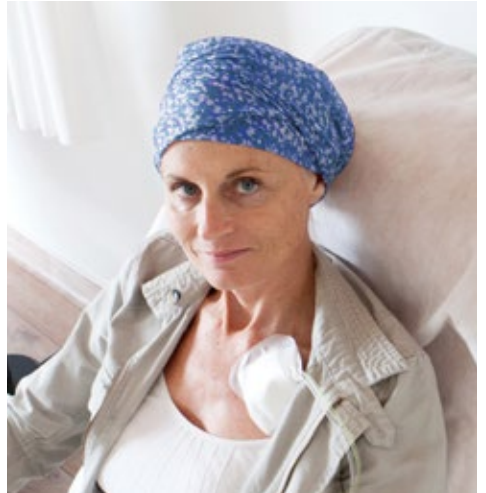
হয় বুস্টার গ্রহণের জন্য আপনাকে আমন্ত্রণ জানানো
হবে, আপনার জিপি আপনাকে ভ্যাকসিন দিয়ে দিতে
পারেন অথবা আপনি নিজে **NHS অ্যাপ** এর মাধ্যমে
একটি অ্যাপয়েন্টমেন্ট বুক করতে পারেন।



অথবা আপনি সবচেয়ে কাছাকাছি ওয়াক-ইন
ভ্যাকসিনেশন সাইট খুঁজে পেতে দেখতে পারেন
www.nhs.uk/vaccine-walk-in



এছাড়াও আপনি Yellow Card ওয়েবসাইটে
অথবা 0800 731 6789 নম্বরে কল
করে (সকাল 9টা থেকে বিকাল 5টা,
সোমবার থেকে শুক্রবার) অথবা Yellow
Card অ্যাপ ডাউনলোড করে সন্দেহজনক
পার্শ্বপ্রতিক্রিয়ার ব্যাপারে জানাতে পারেন
www.mhra.gov.uk/yellowcard



This leaflet is also offered as a translated version in Albanian, Arabic, Bengali, Bulgarian, Chinese, Chinese (simplified), Estonian, Hindi, Italian, Gujarati, Latvian, Lithuanian, Polish, Panjabi, Pashto, Russian, Spanish, Somali, Turkish, Tigrinya, Ukrainian, Urdu and Yoruba. It is available as a BSL video, braille and large print. Please visit www.healthpublications.gov.uk or call 0300 123 1002 to order more copies.