UK Health Security Agency

NHS CARE

বসন্তকালীন ক্যাম্পেইন 2025 সম্পর্কিত নির্দেশিকা COVID-19 টিকাকরণ প্রোগ্রাম

75 বছর ও তদূর্ধ্ব বয়সী ব্যক্তি, প্রবীণদের জন্য সেবাকেন্দ্রের বাসিন্দারা, এবং 6 মাস ও তদূর্ধ্ব বয়সী যাদের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা দুর্বল, তারা এই বসন্তে করোনাভাইরাস (COVID-19) টিকার একটি ডোজ গ্রহণের সুযোগ পাবেন।

কাদেরকে বসন্তকালীন ভ্যাকসিন অফার করা হচ্ছে?

বয়স্ক লোক ও কিছু নির্দিষ্ট অভ্যন্তরীণ রোগে আক্রান্ত লোকের ক্ষেত্রে COVID-19 বেশি গুরুতর হয়। এই কারণগুলোর জন্য 75 বছর ও তদূর্ধ্ব বয়সী ব্যক্তি, প্রবীণদের সেবাকেন্দ্রের বাসিন্দারা এবং 6 মাস ও তদূর্ধ্ব বয়সী যাদের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা দুর্বল, তাদেরকে এই বসন্তে COVID-19 টিকার একটি ডোজ গ্রহণের সুযোগ দেওয়া 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।

আমরা পূর্বানুমান করতে পারি না যে এই বসন্ত ও গ্রীষ্মে COVID-19-এর কোন ভ্যারিয়েন্ট প্রচলিত থাকবে, তাই টিকাদান ও প্রতিরোধ বিষয়ক যৌথ কমিটি (JCVI) সিদ্ধান্ত নিয়েছে যে 2024 সালের শরৎকালের শেষ সপ্তাহগুলোতে ব্যবহৃত একই টিকা ব্যবহার করা উচিত।

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

কারা 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:

- হাতের ইঞ্জেকশন প্রয়োগের স্থানে ব্যথা, ভারী ভাব ও স্পর্শকাতরতা – এটি ভ্যাকসিন গ্রহণের 1 থেকে 2 দিনের মাথায় সবচেয়ে বেশি হয়
- ক্লান্তি ভাব
- মাথাব্যথা
- সাধারণ ব্যথা বা মৃদু ফ্লু 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 টিকা ও ওষুধের সন্দেহভাজন পার্শ্বপ্রতিক্রিয়ার রিপোর্টও করতে পারেন। অনুগ্রহ করে এই লিফলেটের পিছনে থাকা স্কিমের জন্য যোগাযোগের তথ্য দেখুন।

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)। এগুলো বেশিরভাগ ক্ষেত্রে কমবয়সী পুরুষদের মধ্যে দেখা যায়, টিকা নেওয়ার কয়েক দিনের মধ্যে। 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। অনুগ্রহ করে লিফলেটের পিছনের পাতায় পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া জানানোর উপায় সম্পর্কিত তথ্য দেখুন।

অ্যাপয়েন্টমেন্টের দিন সুস্থ না থাকলে কী করবেন?

অসুস্থ থাকলে ভ্যাকসিন নেওয়ার জন্য 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 তীব্রতা অনেক কম।

যদি আপনি সবগুলো ভ্যাকসিন না নিয়ে থাকেন

যদি আপনি যোগ্য হন কিন্তু আগে টিকা না নিয়ে থাকেন বা পূর্বের কোনো ডোজ মিস করে থাকেন, তাহলে এই বসন্তে আপনাকে এখনও একটি ডোজ নেওয়া উচিত। অধিকাংশ মানুষের অতীতের মিস করা ডোজগুলোর জন্য অতিরিক্ত ডোজ নেওয়ার প্রয়োজন নেই। 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 অ্যালার্জি সম্পর্কিত 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। অনুগ্রহ করে ভ্যাকসিন প্রদানকারীকে বিষয়টি জানাবেন।

অধিকতর তথ্য

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

NHS.UK-এ করোনাভাইরাস টিকাদান ভিজিট করুন।

টিকাদানের পর কী প্রত্যাশা **করবেন সে ব্যাপারে তথ্য সম্বলিত একটি লিফলেট ডাউনলোড** করার জন্য বা অর্ডার করার জন্য উপলভ্য।

Pfizer টিকা সম্পর্কে **বছর ও তদূর্ধ্ব কিশোরদের** জন্য, 5 থেকে **11 বছর বয়সী শিশুদের জন্য** এবং **6 মাস থেকে 4** বছর বয়সী শিশুদের জন্য। এছাড়াও, প্রাপ্তবয়স্কদের জন্য Moderna টিকা **সম্পর্কেও পড়ুন। আপনার টিকা সম্পর্কে আরও** বিস্তারিত তথ্যের জন্য, সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া সহ, এই তথ্যগুলো দেখুন।

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।

Download on the App Store | GET IT ON Google Play

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 (সকাল 9টা থেকে বিকাল 5টা, সোমবার থেকে শুক্রবার) অথবা Yellow Card অ্যাপ ডাউনলোড করে সন্দেহজনক পার্শ্বপ্রতিক্রিয়ার ব্যাপারে জানাতে পারেন

www.mhra.gov.uk/yellowcard

© Crown copyright 2025. 1p 750k MAR 2025 (APS). Product code: C25SP2BEN Bengali. UK Health Security Agency gateway number 20241093.
The leaflet can be ordered using the above product code, or downloaded from: **www.healthpublications.gov.uk**, by calling: 0300 123 1002 (lines are open 8am to 6pm Monday to Friday).

There are also translated versions of this leaflet in Albanian, Arabic, Bengali, Bulgarian, Chinese (simplified), Chinese (traditional, Cantonese), Estonian, Farsi, French, Greek, Gujarati, Hindi, Italian, Latvian, Lithuanian, Pashto, Polish, Portuguese, Punjabi, Romanian, Romany, Russian, Somali, Spanish, Tagalog, Tetum, Tigrinya, Turkish, Twi, Ukrainian, Urdu, Yiddish and Yoruba. You can also download an audio version and BSL video, and order a braille and large print copy.