UK Health Security Agency

NHS CARE

વસંતઋતુ 2025 માટેની માર્ગદર્શિકા
કોવિડ-19 (COVID-19) રસીકરણનો પ્રોગ્રામ

75 વર્ષ અને તેનાથી મોટી ઉંમરના લોકો, કેર હોમમાં રહેતા વૃદ્ધ લોકો માટે, અને જેઓ 6 મહિનાઓ અને તેનાથી મોટી ઉંમરના અને નબળા રોગ પ્રતિકારક તંત્રવાળાને આ વસંતઋતુમાં કોરોનાવાઈરસ કોવિડ-19 (COVID-19) રસીનો ડોઝ ઓફર કરવામાં આવશે.

કોને વસંતઋતુની રસી ઓફર કરવામાં આવી રહી છે?

કોવિડ-19 (COVID-19) વયોવૃધ્ધ લોકોમાં અને અમુક ચોક્કસ અંતર્ગત આરોગ્ય પરિસ્થિતિઓવાળા લોકોમાં વધારે ગંભીર હોય છે. આ કારણો માટે, 75 વર્ષની વયના અને તેનાથી મોટી ઉંમરના લોકો, જેઓ વૃદ્ધ પુખ્ત વયના માટેના કેર હોમમાં રહેતા હોય, અને જેઓ 6 મહિનાઓ અને તેનાથી વધારે ઉંમરના નબળા રોગ પ્રતિકારક તંત્રવાળાને કોવિડ-19 (COVID-19) રસીનો વસંતઋતુનો ડોઝ ઓફર કરવામાં આવી રહ્યો છે.

વસંત રસીનો સમય

તમને એપ્રિલ અને જૂનની વચ્ચે એપોઈન્ટમેન્ટ ઓફર કરવી જોઈએ, જેમાં સૌથી વધારે જોખમ ધરાવતા લોકોને પ્રથમ બોલાવવામાં આવશે. તમારા છેલ્લા ડોઝ પછી 6 મહિનાઓની આસપાસ તમારો બૂસ્ટર લેવા માટે તમને આમંત્રણ આપવામાં આવશે, પણ શક્ય હોય તેટલા જલ્દીથી 3 મહિને તમે તે લઈ શકો.

જો તમે એપ્રિલ અને જૂનની વચ્ચે 75 વર્ષની વયના થવાના હો તો, તમારે તમારા જન્મદિવસ સુધી રાહ જોવાની હોતી નથી, તમને જયારે રસીકરણ કરવા માટે બોલાવવામાં આવે ત્યારે તમે હાજર રહી શકો.

તમને કઈ રસી ઓફર કરવામાં આવશે?

તમને ફાઈઝર (Pfizer) અથવા મોડેર્ના (Moderna) દ્વારા બનાવવામાં આવેલી રસીનો બૂસ્ટર ડોઝ આપવામાં આવશે અને જે યૂકેમાં (UK) માન્ય છે. અસલ- મૂળ વેક્સીન્સ કે રસીઓના સમયથી આ રસીઓને અધતન કરવામાં આવેલ છે અને કોઈ જુદા કોવિડ-19 (COVID-19) ના પ્રકારોનું લક્ષ્ય રાખે છે. આવી અધતન કરેલ રસીઓ રક્ષણની સારી એવી વૃધ્ધિ કરી, અને વધારે તાજેતરના કોવિડ-19 (COVID-19) ઓમિક્રોન (Omicron) ના વિકાર સામે થોડાંક વધારે લેવલોના એન્ટિબોડિ કે પ્રતિપિંડ આપે છે.

આ વસંત અને ઉનાળામાં, કોવિડ-19 (COVID-19) ના કયા પ્રકારો પ્રસરતા હશે તેની અમે આગાહી કરી શકતા નથી, તેથી રસીકરણ અને રોગપ્રતિરક્ષા પરની સંયુકત કમિટિએ (JCVI) એવું નક્કી કર્યુ છે કે પાનખર 2024ના પ્રોગ્રામના છેલ્લા અઠવાડિયાઓમાં ઉપયોગમાં લેવામાં આવેલ એકજ સરખી રસીનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ.

> **કૃપા કરી તમે સક્ષમ હો તરતજ શકય હોય તેટલી જલ્દીથી ઓફર કરવામાં આવતી રસીકરણનો સ્વીકાર કરશો – તમારા માટે યોગ્ય સમયે યોગ્ય રસી ઓફર કરવામાં આવશે.**

કોણ વસંત રસીની ઓફર લઈ શકશે નહિ

યોગ્યતા ધરાવતા એવા લોકો ખૂબ થોડા છે કે જેઓએ આ વસંતમાં ડોઝ લેવો જોઈએ નહિ. જો તમને અગાઉના રસીના ડોઝથી કોઈ ગંભીર પ્રતિક્રિયા થઈ હોય તો તમારે તમારા ડોક્ટર સાથે આની ચર્ચા કરવી જોઈએ.

આડ અસરો

સામાન્ય આડ અસરો: તમારા અગાઉના ડોઝની જેમ, સામાન્ય આડ અસરો બધી કોવિડ-19 (COVID-19) રસીઓ માટે એક સરખી હોય છે, જેમાં આ વસંતમાં ઉપયોગમાં લેવામાં આવતી અધતન રસીઓનો સમાવેશ થાય છે, અને સામેલ છે:

- તમે જયાં તમારું ઈંજેકશન લીધું હતું તે હાથમાં પીડાદાયક, ભારે સંવેદના અને આળાપણુ હોય – આ રસી લીધ પછી 1 થી 2 દિવસોની આસપાસ સૌથી ખરાબ હોવાનું વલણ રહે છે
- થાક લાગવો
- માથાનો દુખાવો
- સામાન્ય દુઃખાવો અથવા હળવા ફ્લૂ- જેવા લક્ષણો

તમને સારું લાગે તે માટે મદદરૂપ બનવા તમે આરામ કરી શકો અને પેરાસિટામોલ લઈ શકો છો (પેકેજિંગમાં ડોઝની સલાહને અનુસરો).

રસીકરણ લીધા પછીની આડ અસરો સામાન્ય રીતે એક અઠવાડિયા કરતાં ઓછા સમય ચાલે. જો તમારા લક્ષણો વધારે ખરાબ થઈ રહ્યા હોય તેવું જોવા મળે અથવા જો તમને ચિંતા હોય તો, તમે NHS 111 પર કોલ અથવા ટેક્સ્ટ/ ફોન માટે 18001 111 ઉપયોગ કરી શકો.

તમે રસીઓ અને દવાઓની શંકાસ્પદ આડ આસરોનો રિપોર્ટ પણ કરી શકો છો. કૃપા કરી સ્કીમ માટેની સંપર્ક માહિતી આ પત્રિકાના પાછળ પર જૂઓ.

ગંભીર આડ અસરો: ફાઈઝર (Pfizer) અને મોર્ડેના (Moderna) કોવિડ-19 (COVID-19) બન્ને રસીઓ પછી હ્રદયના સોજાના કિસ્સાઓ (જેને માયોકાર્ડિટિસ (myocarditis) અથવા પેરિકાર્ડિટિસ (pericarditis) કહેવામાં આવે છે) ખૂબજ ભાગ્યેજ નોંધાયા કે રિપોર્ટ કરેલ છે. આવા કેસો મોટા ભાગે યુવાન પુરુષોમાં અને રસીકરણના કેટલાય દિવસોની અંદર જોવા મળ્યા છે. અસરગ્રસ્ત મોટા ભાગના લોકોને આરામ અને સરળ સારવારોને અનુસરીને વધારે સારુ લાગ્યુ અને ઝડપથી પુનઃપ્રાપ્ત થઈ રહયા છે. તમારે તાકીદે તબીબી સલાહ લેવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ જો, રસીકરણ પછી, તમે અનુભવ કરો તો:

- છાતીમાં દુખાવો
- હાંફ ચઢવો
- ઝડપથી ધબકારા મારતુ, ફફડાટ અથવા ધબકતું હ્રદય હોવાની લાગણીઓ

જો તમને કોઈપણ અગાઉના ડોઝ પછી ગંભીર આડ અસરો થઈ હોય તો તમને વધારે રસીકરણ ટાળવા અથવા વિલંબ કરવાની સલાહ આપવામાં આવી શકે. તમારે આની તમારા ડોક્ટર અથવા વિશેષજ્ઞ સાથે ચર્ચા કરવી જોઈએ. આડ અસરોનો કેવી રીતે રિપોર્ટ કરવો તે માટે કૃપા કરી પત્રિકાનું પાછળનું પાનું જૂઓ.

જો તમારી એપોઈન્ટમેન્ટના દિવસે તમે સ્વસ્થ ન હો તો તમારે શું કરવું જોઈએ?

જો તમે અસ્વસ્થ હો તો, તમારી રસી લેવા માટે તમે સાજા થઈ જાઓ ત્યાં સુધી રાહ જૂઓ. જો તમને તાવ હોય અથવા તમે વિચારતા હો કે તમે બીજાઓ માટે ચેપી હોઈ શકો તો તમારે એપોઈન્ટમેન્ટમાં હાજરી આપવી જોઈએ નહિ.

શું તમને રસી લીધા પછી હજી પણ કોવિડ-19 (COVID-19) થઈ શકે?

કોવિડ-19 (COVID-19) રસી આ વસંત અને ઉનાળામાં કોવિડ-19 (COVID-19) થી તમને ગંભીર રીતે અસ્વસ્થ થવાની સંભાવનાને ઘટાડશે. તમારા શરીરને ડોઝમાંથી થોડીક વધારાની સુરક્ષામાં વૃધ્ધિ કરવા માટે થોડા દિવસો લાગી શકે. બધી દવાઓની જેમ, કોઈ પણ રસી સંપૂર્ણપણે અસરકારક હોતી નથી. અમુક લોકોને રસીકરણ લીધા હોવા છતાં હજી પણ કોવિડ-19 (COVID-19) થઈ શકે, પણ કોઈ પણ ચેપ ઓછો ગંભીર હોવો જોઈએ.

જો તમે તમારા બધા રસીકરણો લીધા ન હોય તો

જો તમે પાત્રતા ધરાવતા હો પણ પહેલાં રસી આપવામાં આવી નથી અથવા અગાઉનો ડોઝ ચૂકી ગયા હો તો, તમારે આ વસંતમાં હજી પણ એક ડોઝ લેવો જોઈએ. મોટા ભાગના લોકો કે જે ડોઝીસ તમે ચૂકી ગયા હોય તેની ઉણપ પૂરી કરવા વધારાના ડોઝીસની જરૂર હોતી નથી. જો તમારું રોગ પ્રતિકાક તંત્ર ગંભીર રીતે નબળુ પડી ગયુ હોય તો તમારા ડોકટર તમને વસંત રસી લીધા પછીના ત્રણ મહિનાઓ પછી વધારાના ડોઝની સલાહ આપી શકે.

શું મારી રસી લીધા પછી મારે રાહ જોવી પડશે?

જો તમારો એલર્જિનો ઈતિહાસ હોય, અથવા અગાઉના ડોઝ પછી તરત જ પ્રતિક્રિયા થઈ હોય તો, રસી લીધા પછી 15 મિનિટો માટે રહેવાની સલાહ આપવામાં આવી શકે. કૃપા કરી ખાતરી કરો કે તમે રસી આપનારને જણાવો છો.

વધારે માહિતી

વધારે માહિતી માટે તમે નીચેની કોવિડ-19 (COVID-19) માર્ગદર્શિકાઓ વાંચી શકો

મુલાકાત લો **કોરોનાવાઈરસ રસીકરણ** વિષે NHS.UK.

રસીકરણ પછી શું અપેક્ષા રાખવી તે વિષેની માહિતી પત્રિકા ડાઉનલોડ અથવા ઓર્ડર કરવા માટે મળી રહે છે.

ફાઈઝર (Pfizer) રસીઓ વિષે**પુખ્તવયનાઓ અને યુવાન લોકો 12 વર્ષ અને તેનાથી ઉપરના** માટે **5 થી 11 વર્ષની ઉંમરના બાળકો** અને **6 મહિનાઓથી 4 વર્ષના બાળકો** અને મોડેર્ના રસી (Moderna vaccine) **પુખ્ત વયનાઓ માટે** તમારી રસીની વધારે વિગતો, સંભવિત આડ અસરોના સમાવેશ માટે વાંચો.

તમે યલો કાર્ડ વેબસાઈટ ઉપર (Yellow Card website) અથવા 0800 731 6789 ઉપર ફોન કરી (સોમવાર થી શુક્રવાર સવારના 9 થી સાંજના 5) અથવા યલો કાર્ડ એપ્પ (Yellow Card app) ડાઉનલોડ કરી શંકાસ્પદ આડ અસરોનો રિપોર્ટ પણ કરી શકો

www.mhra.gov.uk/yellowcard

તમને તમારા બૂસ્ટર માટે આમંત્રણ આપવામાં આવશે, તમારા જીપી (GP) તમને રસી ઓફર કરી શકે અથવા તમે **NHS appનો ઉપયોગ કરી બુક કરી શકો**.

Download on the App Store | GET IT ON Google Play

અથવા તમે મુલાકાત લઈ શકો **www.nhs.uk/vaccine-walk-in** તમારી સૌથી નજીકની ચાલીને જઈ શકાય તેવી રસીકરણની જગ્યા શોધવા માટે.

© Crown copyright 2025. 1p 750k MAR 2025 (APS). Product code: C25SP2GUJ Gujarati UK Health Security Agency gateway number 20241101. 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.