



UK Health
Security
Agency

NHS

CARE



Guia ida ba primavera 2025 Programa vasinasaun COVID-19

Em sira ho idade tinan 75 ba leten, rezidente sira iha uma tratamentu ba katoas-ferik sira no sira ho idade fulan 6 ba leten ho sistema imunidade fraku sei hetan ofereze doze primavera vasina virus korona COVID-19 ida.

Se mak hetan ofereze vasina primavera ne'e?

COVID-19 ne'e mak sai seriú liutan ba ema katoas sira no ba ema ho kondisaun saúde espesifiku sira. Ba razaun sira ne'e, ema sira ho idade tinan 75 ba leten, sira mak hela iha uma tratamentu ba ferik-katoas nian, sira ho idade fulan 6 ba leten ho sistema imunidade fraku, sei hetan ofereze doze primavera vasina COVID-19 ida.

Tempu ba vasinasaun primavera

Ita sei hetan ofereze ba loron konsulta ida entre Abril no Juñu, ho kontaktu primeiru ba sira mak iha risku as liu. Sei konvida Ita hodi simu Ita-nia booster pelomenus fulan 6 depois Ita-nia doze ikus nian, maibe Ita bele hetan ida ne'e sedu fali depois liu tiha fulan 3.

Karik Ita-nia idade sai ona tinan 75 entre fulan Abril no Juñu, entaun Ita lalika hein fali to'o data moris Ita-nian, Ita bele atende bainhira Ita simu ona kontaktu hodi tuir vasinasaun.

Vasina ida ne'ebé sei oferese ba Ita?

Ita sei hetan doze booster vasinasaun ida husi Pfizer ka Moderna no aprovaadu ona iha UK laran. Vasina sira ne'e atualizadu tiha desde vasina orijien nian no tarjetu diferente variante husi COVID-19. Vasina atualizadu sira ne'e aumenta proteasaun ho di'ak, no fó nivel as oituan ba antibody kontra tipu COVID-19 (Omicron) foun sira.

Tanba Ita labele prediksaun variante COVID-19 ida ne'ebé sei sirkula iha tempu primavera no tempu manas nian, Komité Mistu ba Vasinasaun no Imunizasaun (JCVI) konklui ona katak vasina mak hanesan ne'ebé uza tiha iha semana ikun sira husi programa autonu 2024 ne'e tenke uza.

Favór simu vasinasaun mak oferese ba Ita ho lalais kedas bainhira Ita iha tempu – Ita sei hetan oferese vasina mak los ba Ita iha tempu adekuadu.



Se mak la simu oferese ba vasina primavera ne'e

Iha ema hirak oiutan deit ne'ebé sira ne'e passa ona rekizitu maibe labele simu doze iha tempu primavera ida ne'e. Karik Ita infrenta ona reasaun hirak ba doze ikus nian husi vasina ne'e, Ita tenke deskute buat ne'e ho Ita-nia doutor.

Efeito kolateral

Efeito kolateral komun sira: Tanba Ita-nia doze ikus nian, efeito kolateral komun sira ne'e hanesan deit ba vasina COVID-19 sira hotu, inklui vasina atualizadu sira mak uza hela iha primavera ida ne'e no inklui:

- liman sente moras, todan no morna iha fatin ne'ebé Ita simu sona ne'e – ida ne'e sei aumenta aat pelomenus iha loron 1 to'o 2 depois simu ona vasina ne'e.
- sente kolen
- ulun moras
- Sente moras jerál ka kmaan nian hanesan sintoma gripe sira

Ita bele deskansa no hemu paracetamol (hemu ho doze tuir instruisaun iha ninia box) atu ajuda Ita sente di'ak liutan.

Efeito kolateral depois simu ona vasinasaun normalmente dura la liu husi semana ida. Karik Ita-nia sintoma sira parese aumenta aat ka Ita iha preokupasaun ruma, Ita bele kontaktu ba NHS 111 ka manda sms/telefone ba número telefone 18001 111.

Ita mós bele relata efeito kolateral suspeitu husi vasina no ai-moruk sira. Favór hare ba informasaun kontaktu ba eskema iha kotuk husi broxura ida ne'e.

Efeito kolateral grave: Kazu

inflamasaun ba fuan (hanaran miocardite ka pericardite) relata ona akontese raramente depois simu ona vasina rua Pfizer no Moderna COVID-19. Kazu sira ne'e hare ona maioria ba mane klosan sira no iha loron hirak husi simu vasinasaun. Maioria ema mak afetadu sente di'ak liutan no rekupera lalais depois deskansa tiha no tuir tratamentu simples sira. Ita tenke ba buka sujestaun mediku urjente karik depois simu vasinasaun Ita sofre:

- hirus matan moras
- iis boot
- sente fuan tuku-tuku makas, nakdedar ka tarutun

Karik Ita sofre efeito kolateral grave depois Ita simu doze ikus nian, Ita bele informa atu evita ka pendente simu vasinasaun tuir mai nian. Ita tenke deskute ida ne'e ho Ita-nia doutor ka espesialista. Favór hare pajina kotuk husi broxura ida ne'e kona-ba oinsá ba relata efeito kolateral sira.

Sa'ida Ita tenke halo karik Ita-nia isin sente la di'ak iha loron konsulta nian?

Karik Ita-nia isin sente la di'ak, hein to'o Ita rekupera lai atu simu Ita-nia vasinasaun. Ita labele atende loron konsulta ida karik Ita sofre isin-manas ka konsidera karik Ita bele infetadu ba ema sira seluk.



Depois simu vasina, Ita sei bele kona COVID-19 ka lae?

Vasina COVID-19 sei redus possibilidade ba Ita sente moras grave tanba kona COVID-19 iha tempu primavera no manas ida ne'e. Sei han tempu loron hirak ba Ita-nia isin atu konstrui estra protesau balun husi doze ne'e. Hanesan ai-moruk sira hotu, la iha vasinasaun mak efikas kompletamente. Ema balun sei iha possibilidade kona COVID-19 maski simu ona vasinasaun, maibe kualkér infesaun tenke sai ladun grave ida.

Karik Ita ladauk simu Ita-nia vasinasaun sira hotu

Karik Ita passa ona rekizitu ba simu vasinasaun maibe ladauk simu vasinasaun molok ne'e ka falta doze ikus nian, Ita nafatin sei simu doze primavera ida ne'e. Ema maioria la presija estra doze atu taka falta ka la konsege simu vasinasaun ikus nian. Karik Ita iha sistema imunidade fraku los, Ita-nia doutor sei sujere ba Ita atu simu doze estra depois fulan tolu desde Ita simu vasina primavera nian.

Ha'u tenke hein ka depois simu ona Ha'u-nia vasinasaun?

Karik Ita iha istora alerjiku, ka karik Ita hetan reasaun kedas depois simu ona doze ikus nian, Ita sei hetan sujestaun hodi hein lai ba minutu 15 depois simu ona vasina ne'e. Favór asegura Ita fó hatene vasinadór ne'e.

Informasaun liutan

Ita bele lee guia COVID-19 iha kraik ne'e hodi hetan informasaun liutan

Vizita [coronavirus vaccination](#) on NHS.UK.

Broxura informasaun ida kona-ba **sa'ida atu espera depois simu ona vasinasaun** ne'e mak disponivel atu instala ka rezerva.

Lee kona-ba vasina Pfizer sira ba **ema adultu sira no joven sira ho idade tina 12 ba leten** ba **labarik sira ho idade entre tinan 5 to'o tinan 11** no **labarik sira ho idade entre fulan 6 to'o tinan 4** no vasina Moderna **ba ema adultu sira** ba detalla liutan kona-ba Ita-nia vasina, inklui efeitu kolateral sira mak posivel mosu.



Ita mós bele relata efeitu kolateral suspeitu ba website Yellow Card ka telefone ba 0800 731 6789 (9dadeer to'o 5lokraik Segunda to'o Sexta) ka ho instala App Yellow Card

www.mhra.gov.uk/yellowcard

Sei konvida Ita atu simu Ita-nia booster, Ita-nia GP sei oferese Ita vasina ne'e ka Ita bele rezerva liuhusi uza [app NHS](#).



Ka Ita bele vizita www.nhs.uk/vaccine-walk-in atu ba buka fatin vasinasaun mak besik ho Ita.



© Crown copyright 2025. 1p 750k MAR 2025 (APS). Product code: C25SP2TET Tetum. UK Health Security Agency gateway number 20241116. 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.