UK Health Security Agency

NHS

আপনার কোভিড-১৯ টিকার পরে

কী আশা করা যেতে পারে

যাদের সবেমাত্র কোভিড-১৯ টিকা দেওয়া হয়েছে তাদের জন্য তথ্য

nhs.uk/CovidVaccine- এ আরও জানুন

বিষয়বস্তু

পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াগুলো কী?

আমি শুনেছি টিকার কারণে অনিয়মিত পিরিয়ড বা অপ্রত্যাশিত রক্তপাত হতে পারে?

আমি আমার উপসর্গ সম্পর্কে উদ্বিগ্ন হলে আমার কী করা উচিত?

অন্য আরো গুরুতর পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া আছে কি?

আমার টিকা দেওয়ার পরে আমার কি ১৫ মিনিট অপেক্ষা করা উচিত?

আমি কখন দৈনন্দিন কাজকর্মে ফিরে যেতে পারি?

টিকা কি আমাকে রক্ষা করবে?

করোনাভাইরাস ইয়েলো কার্ড (Coronavirus Yellow Card) অনুসন্ধান করে সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া সহ আপনার টিকা সম্পর্কে আরও বিশদ বিবরণের জন্য অনুগ্রহ করে পণ্যের তথ্য লিফলেটটি পড়ুন।

আপনি একই ওয়েবসাইটে বা ইয়েলো কার্ড (Yellow Card) অ্যাপ ডাউনলোড করে সন্দেহজনক পার্শ্বপ্রতিক্রিয়ার রিপোর্ট করতে পারেন।

yellowcard.mhra.gov.uk

করোনাভাইরাস (COVID-19) এর জটিলতা থেকে সবচেয়ে বেশি ঝুঁকিতে থাকা ব্যক্তিদের কোভিড-১৯ টিকা দেওয়া হচ্ছে। এই লিফলেটটি আপনাকে বলে যে আপনি আপনার টিকা নেওয়ার পরে কী আশা করবেন।

পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াগুলো কী কী?

সমস্ত ওষুধের মতো, টিকাগুলি পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া সৃষ্টি করতে পারে। এর মধ্যে বেশিরভাগই হালকা এবং স্বল্পমেয়াদী, এবং সবাই সেগুলি পায় না। কোভিড-১৯ (COVID-19) টিকার সাধারণ পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া এক দিনের মধ্যে শুরু হয় এবং কয়েক দিন স্থায়ী হতে পারে।

এর মধ্যে রয়েছে:

- যে বাহুতে আপনি ইনজেকশন দিয়েছিলেন সেখানে একটি বেদনাদায়ক, ভারী অনুভূতি এবং কোমলতা থাকা
- ক্লান্ত বোধ করা
- মাথাব্যথা, যন্ত্রণা এবং ঠাণ্ডা

আপনার এক বা দুই দিনের জন্য কাঁপুনি এবং কাঁপুনির পর্বের সাথে ফ্লুর মতো উপসর্গও থাকতে পারে। যাইহোক, উচ্চ তাপমাত্রা ইঙ্গিত দিতে পারে যে আপনার কোভিড-১৯ (COVID-19) বা অন্য কোনও সংক্রমণ রয়েছে (পৃষ্ঠা ৪-এ পরামর্শ দেখুন)। আপনি বিশ্রাম নিতে পারেন এবং প্যারাসিটামলের স্বাভাবিক ডোজ নিতে পারেন (প্যাকেজিংয়ে দেওয়া পরামর্শ অনুসরণ করুন) যাতে আপনি ভালো বোধ করতে পারেন।

একটি অস্বাভাবিক পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া হল বগলে বা ঘাড়ের ফুলে যাওয়া গ্রন্থি যেখানে আপনি টিকাটি নিয়েছিলেন সেই বাহুতে। এটি প্রায় ১০ দিন স্থায়ী হতে পারে, তবে যদি এটি দীর্ঘস্থায়ী হয় তবে আপনার ডাক্তারকে দেখুন। আপনার যদি টিকার কয়েক সপ্তাহ পরে একটি ম্যামোগ্রাম করানো হয়, তাহলে আপনি কখন উপস্থিত থাকবেন তা উল্লেখ করা উচিত।

আমি শুনেছি টিকার কারণে অনিয়মিত পিরিয়ড বা অপ্রত্যাশিত রক্তপাত হতে পারে?

পিরিয়ড সমস্যাগুলি অত্যন্ত সাধারণ এবং মানসিক চাপ এবং অন্যান্য স্বল্পমেয়াদী অসুস্থতা সহ বিভিন্ন কারণে হতে পারে।

কিছু লোক টিকা দেওয়ার পরের মাসে বা তার পরে স্বাভাবিক সময়ের চেয়ে ভারী অনুভব করতে পারে। যদিও কিছু লোক টিকা দেওয়ার পরে পিরিয়ডের অন্যান্য পরিবর্তনগুলি রিপোর্ট করেছে, তবে এমন কোনও প্রমাণ নেই যে এইগুলি টিকার কারণে হয়েছিল।

আমি আমার উপসর্গ সম্পর্কে উদ্বিগ্ন হলে আমার কী করা উচিত?

এই লক্ষণগুলি সাধারণত এক সপ্তাহেরও কম স্থায়ী হয়। যদি আপনার লক্ষণগুলি আরও খারাপ হতে থাকে বা আপনি উদ্বিগ্ন হন, তবে এনএইচএস ১১১ এ কল করুন। আপনি যদি একজন ডাক্তার বা নার্সের কাছ থেকে পরামর্শ নেন, তাহলে নিশ্চিত করুন যে আপনি তাদের আপনার টিকা সম্পর্কে জানাবেন (তাদের টিকা কার্ডটি দেখান) যাতে তারা আপনাকে সঠিকভাবে মূল্যায়ন করতে পারে।

আপনি ইয়েলো কার্ড স্কিমের (Yellow Card scheme) মাধ্যমে টিকা এবং ওষুধের সন্দেহজনক পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া সম্পর্কেও রিপোর্ট করতে পারেন। আপনি অনলাইনে ইয়েলো কার্ড অনুসন্ধান করে বা ইয়েলো কার্ড অ্যাপ (Yellow Card app) ডাউনলোড করে এটি করতে পারেন (অনুগ্রহ করে পৃষ্ঠা ২ দেখুন)।

অন্য আরো গুরুতর পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া আছে কি?

ফাইজার (Pfizer) এবং মডার্ণা (Moderna) কোভিড-১৯ (COVID-19) টিকার পরে হার্টের প্রদাহের বিরল ঘটনা (যাকে মায়োকার্ডাইটিস বা পেরিকার্ডাইটিস বলা হয়) রিপোর্ট করা হয়েছে। টিকা দেওয়ার কয়েকদিনের মধ্যে এই ঘটনাগুলি বেশিরভাগই অল্প বয়স্ক পুরুষদের মধ্যে দেখা গেছে।

বিশ্রাম এবং সাধারণ চিকিৎসার পরে এই লোকদের বেশিরভাগই সুস্থ হয়ে উঠেছে এবং ভাল বোধ করেছে।

আপনি যদি নিচেরগুলো অনুভব করেন তবে আপনার অবিলম্বে ডাক্তারের পরামর্শ নেওয়া উচিত:

- বুকে ব্যথা
- নিঃশ্বাসের দুর্বলতা
- দ্রুত স্পন্দন, ঝাঁকুনি বা হৃদস্পন্দনের অনুভূতি

আমার টিকা দেওয়ার পরে আমার কি ১৫ মিনিট অপেক্ষা করা উচিত?

আমরা যখন প্রথম ফাইজার এবং মডার্না টিকা ব্যবহার করি, তখন লোকেরা তাদের টিকা দেওয়ার পরে ১৫ মিনিট পর্যবেক্ষণের জন্য বসে থাকেন। অ্যালার্জির প্রতিক্রিয়ার খুব কম হারের কারণে, শুধুমাত্র গুরুতর অ্যালার্জির ইতিহাস সহ বা যাদের পূর্বে কোভিড-১৯ (COVID-19) টিকার প্রতিক্রিয়া ছিল তাদের এই সময়ের জন্য অপেক্ষা করতে হবে।

তবে অজ্ঞান হওয়ার ঝুঁকির কারণে, টিকা দেওয়ার পর অন্তত ১৫ মিনিটের জন্য কারোরই গাড়ি চালানো উচিত নয়।

আমি কখন দৈনন্দিন কাজকর্মে ফিরে যেতে পারি?

আপনি সুস্থ বোধ করে থাকলে আপনার জন্য স্বাভাবিক ক্রিয়াকলাপগুলি পুনরায় শুরু করতে সক্ষম হওয়া উচিত। যদি আপনার বাহুতে বিশেষভাবে ব্যথা হয়, তাহলে আপনার ভারী উত্তোলন কঠিন হতে পারে। আপনি যদি অসুস্থ বা খুব ক্লান্ত বোধ করেন তবে আপনার বিশ্রাম করা উচিত এবং যন্ত্রপাতি চালানো বা গাড়ি চালানো এড়ানো উচিত।

টিকা কি আমাকে রক্ষা করবে?

আপনার নেওয়া কোভিড-১৯ (COVID-19) টিকাগুলি আপনার গুরুতর কোভিড-১৯ (COVID-19) রোগে আক্রান্ত হওয়ার সম্ভাবনা কমাতে দেখা গেছে।

আপনার শরীরের সুরক্ষা তৈরি করতে প্রথম ডোজ থেকে কয়েক সপ্তাহ সময় লাগতে পারে। অতিরিক্ত ডোজ নেওয়ার পরে আপনার শরীরের আরও দ্রুত প্রতিক্রিয়া শুরু করা উচিত (কয়েক দিন পরে)। সমস্ত ওষুধের মতো, কোনও টিকা সম্পূর্ণরূপে কার্যকর নয়, তাই সংক্রমণ এড়াতে আপনার যুক্তিসম্মত সতর্কতা অবলম্বন করা উচিত। কিছু লোক টিকা নেওয়ার পরেও কোভিড-১৯ (COVID-19) এ আক্রান্ত হতে পারে, তবে এটি কম গুরুতর হওয়া উচিত।

টিকা আপনাকে কোভিড-১৯ (COVID-19) সংক্রমণ দিতে পারে না এবং একটি সম্পূর্ণ কোর্স আপনার গুরুতর অসুস্থ হওয়ার সম্ভাবনা কমিয়ে দেবে।

আপনার কার্ড নিরাপদ রাখুন।
এছাড়াও আপনি এনএইচএস অ্যাপ চেক করতে পারেন।

টিকাদান, যারা সবচেয়ে ঝুঁকিপূর্ণ তাদের রক্ষা করতে সাহায্য করে

আপনার যদি কোভিড-১৯ টিকা সম্পর্কে আরও তথ্যের প্রয়োজন হয় তবে দয়া করে এখানে যান:

www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/coronavirus-vaccination/coronavirus-vaccine/

UK Health Security Agency

© Crown copyright 2023

V7. 3M MAR 2023 (APS). Product Code: COV23WTBEN Bengali
UK Health Security Agency gateway number: 2022803

এই লিফলেটটি ব্রেইলে, একটি বিএসএল ভিডিও হিসাবে, বড় প্রিন্টে, একটি সহজ পাঠ্য সংস্করণ হিসাবে, ২৬টিরও বেশি ভাষায় অনুবাদে www.healthpublications.gov.uk–এ পাওয়া যায়, অথবা ০৩০০ ১২৩ ১০০২ নম্বরে কল করুন