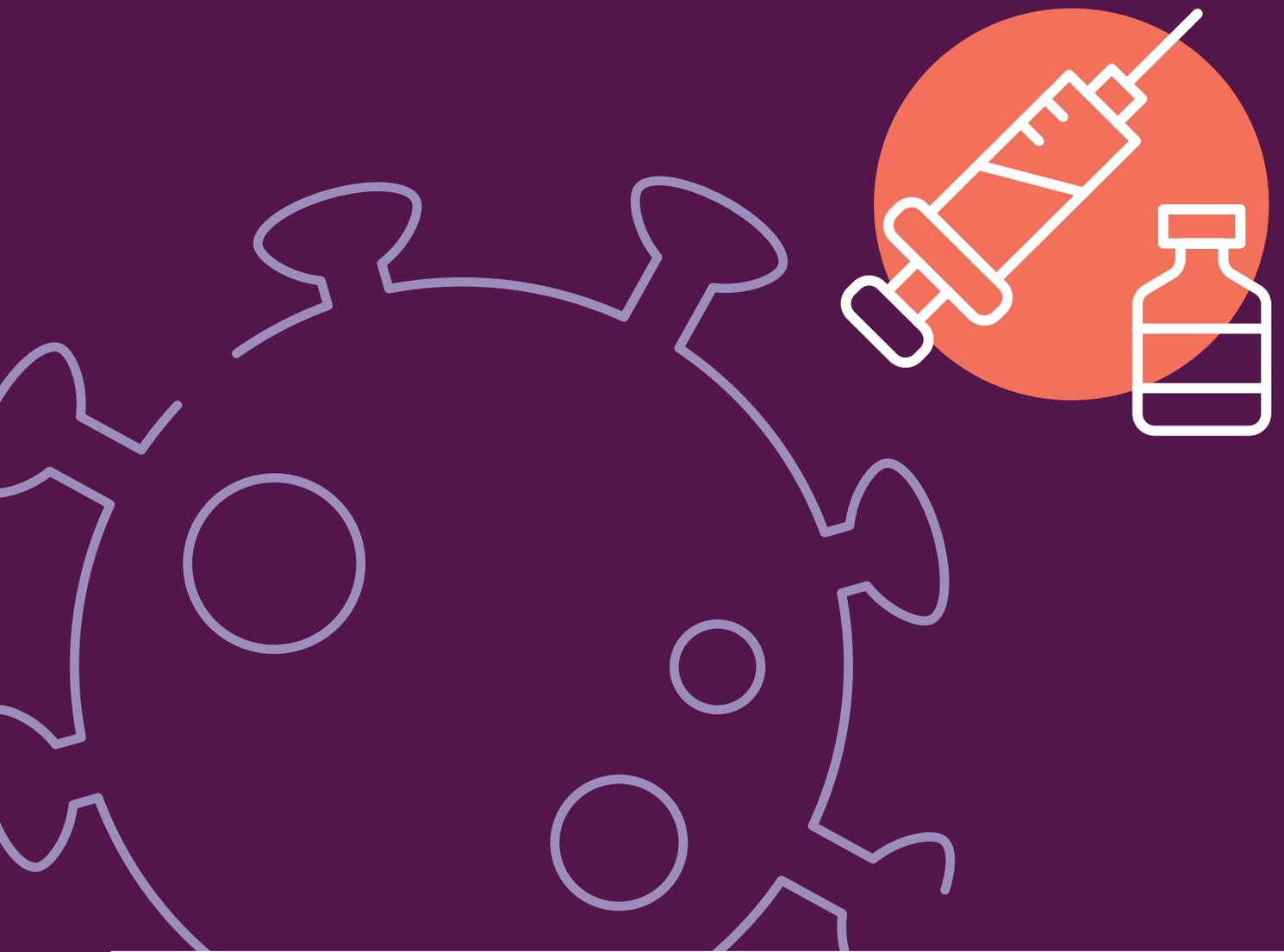


ਨਵੰਬਰ 2025

COVID-19 ਟੀਕੇ - ਬਜ਼ੁਰਗ ਕੈਨੇਡੀਅਨਾਂ ਨੂੰ ਕੀ ਜਾਣਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ



National Institute on Ageing

ਸੁਝਾਏ ਗਏ ਹਵਾਲੇ:

Sinha, S. K., Arulnamby, A., Herati, H., Vohra-Miller, S., & Johnstone, J. (2025). COVID-19 ਟੀਕੇ - ਬਜ਼ੁਰਗ ਕੈਨੇਡੀਅਨਾਂ ਨੂੰ ਕੀ ਜਾਣਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ। National Institute on Ageing. Toronto, ਓਨ.

ਡਾਕ ਪਤਾ:

**National Institute on Ageing
Ted Rogers School of
Management
350 Victoria St.
Toronto, Ontario
M5B 2K3
Canada**

ਬੇਦਾਅਵਾ

ਪਰਚੇ ਦਾ ਮੌਜੂਦਾ ਸੰਸਕਰਨ Moderna ਅਤੇ Pfizer Canada ਦੇ ਵਿੱਤੀ ਸਹਿਯੋਗ ਰਾਹੀਂ ਸੰਭਵ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਸਾਰੀ ਖੋਜ, ਲਿਖਤ ਅਤੇ ਸਿਫਾਰਸ਼ਾਂ NIA ਦੁਆਰਾ ਠੋਸ ਸਬੂਤਾਂ ਦੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਸੁਤੰਤਰ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ।

Moderna ਅਤੇ Pfizer Canada ਦੀ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਸਿਰਫ ਵਿੱਤੀ ਸਹਿਯੋਗ ਤੱਕ ਹੀ ਸੀਮਿਤ ਸੀ।

moderna

Pfizer

National Institute on Ageing ਦੇ ਬਾਰੇ

The National Institute on Ageing (NIA) ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਅਤੇ ਸਿਸਟਮਾਂ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਸਹਿਯੋਗ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਟੇਕਹੋਲਡਰਾਂ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰਨਾ, ਖੋਜ ਕਰਨਾ, ਯੋਜਨਾ ਦੇ ਹੱਲ ਪੇਸ਼ ਕਰਨੇ ਅਤੇ ਇਨੋਵੇਸ਼ਨ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨਾ, ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨੀ ਅਤੇ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਬਦਲਣਾ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੈ। ਸਾਡਾ ਉਦੇਸ਼ ਅਜਿਹਾ ਕੈਨੇਡਾ ਉਸਾਰਨਾ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਕਦਰ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ, ਸ਼ਾਮਿਲ ਅਤੇ ਸਮਰਥਨ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦੇ ਨਾਲ ਜੀਵਨ ਬਤੀਤ ਕਰਨ ਲਈ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤਿਆਰ ਹਨ।

ਲੇਖਕ

ਇਸ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਕ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਦੇ ਲੇਖਕ ਸਨ:

Dr. Samir Sinha, MD, DPhil, FRCPC, FRSM, FCAHS, AGSF

ਸਿਹਤ ਨੀਤੀ ਖੋਜ ਦੇ ਡਾਇਰੈਕਟਰ, National Institute on Ageing; Toronto Metropolitan University;

ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ, Medicine, Family and Community Medicine, Health Policy, Management and Evaluation, University of Toronto ਅਤੇ Toronto Metropolitan University;

ਜਰੀਏਟ੍ਰੀਸ਼ਨ ਅਤੇ ਕਲੀਨੀਕਲ ਵਿਗਿਆਨੀ, Sinai Health System ਅਤੇ University Health Network

Arushan Arulnamby, MPH

ਯੋਜਨਾ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਕ, National Institute on Ageing, Toronto Metropolitan University

Dr. Hoda Herati, MBBS, MPH, PhD

ਸਿਹਤ ਨੀਤੀ ਖੋਜੀ, National Institute on Ageing; Toronto Metropolitan University

Ms. Sabina Vohra-Miller, MSc

Unambiguous Science ਦੇ ਮੋਢੀ

Dr. Jennie Johnstone, MD, PhD, FRCPC

ਮੈਡੀਕਲ ਡਾਇਰੈਕਟਰ, Infection Prevention and Control, Sinai Health;

Infectious Diseases Departmental Division ਡਾਇਰੈਕਟਰ, University of Toronto;

ਐਸੋਸੀਏਟ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ, Departments of Medicine and Laboratory Medicine and Pathobiology, University of Toronto

ਸਮੱਗਰੀ ਦੀ ਸਾਰਨੀ

8 COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਆਮ ਸਵਾਲ	6
7 ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਵਾਲ	11
6 ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਆਬਾਦੀ ਸਮੂਹਾਂ ਵਾਸਤੇ ਸਵਾਲ	15
COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ 3 ਮਿੱਥਾਂ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰਨਾ	18
5 ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਯੋਗ ਹੋਰ ਪ੍ਰਸ਼ਨ	20

ਜਾਣ-ਪਛਾਣ

ਸਾਲ 2020 ਦੇ ਅਖੀਰ ਤੋਂ, ਵੱਖ-ਵੱਖ COVID-19 ਟੀਕੇ ਖੋਜ ਅਤੇ ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਵਿਗਿਆਨ ਦੀਆਂ ਰਿਪੋਰਟਾਂ ਦੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਵਿਕਸਤ, ਪ੍ਰਵਾਨਿਤ ਅਤੇ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ। COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਦੇ ਵਿਕਸਤ, ਅਪਡੇਟ ਅਤੇ ਮਨਜ਼ੂਰ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦੀਆਂ ਖ਼ਬਰਾਂ, ਨਾਲ ਦੇ ਨਾਲ ਕਿੰਨੀਆਂ ਅਤੇ ਕਦੋਂ ਲੈਣੇ ਹਨ ਬਾਰੇ ਵਿਕਸਿਤ ਹੁੰਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼, ਉਤਸ਼ਾਹ, ਪਰ ਕੁਝ ਸ਼ੱਕੀ ਵੀ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਸਮਾਜ ਦੇ ਕੁਝ ਸਭ ਤੋਂ ਕਮਜ਼ੋਰ ਮੈਂਬਰਾਂ ਵਿੱਚ ਮਿਲੀਆਂ ਹਨ।

COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਜਾਇਜ਼ ਸਵਾਲ ਅਤੇ ਗਲਤ ਫਹਿਮੀਆਂ ਜਾਰੀ ਹਨ, ਉਹ ਕਿਵੇਂ ਬਣੇ ਅਤੇ ਸਾਡੀ ਨਿੱਜੀ ਸਿਹਤ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕੀ ਮਤਲਬ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਕੈਨੇਡਾ ਸੰਕਟ ਦੇ ਪੜਾਅ ਤੋਂ ਦੂਰ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ COVID-19 ਦੇ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਵੱਲ ਵੱਧ ਗਿਆ ਹੈ।

ਇਹ ਸੱਚਾਈ ਹੈ ਕਿ COVID-19 ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਲਈ ਹਸਪਤਾਲ ਭਰਤੀ ਹੋਣ ਅਤੇ ਮੌਤ ਦਾ ਖਤਰਾ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਸੰਭਾਵਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, COVID-19 ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਮੌਤ ਦੇ 6 ਵੇਂ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਕਾਰਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਵਜੋਂ ਦਰਜਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੈ, 2023 ਵਿੱਚ ਅਨੁਮਾਨਿਤ 7,528 ਬਜ਼ੁਰਗ ਕੈਨੇਡੀਅਨਾਂ ਦੀਆਂ ਮੌਤਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਅਨੁਮਾਨਤ 95% ਮੌਤਾਂ ਹੋਈਆਂ। ਅਤੇ ਦੁੱਖ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਰਾਹੀਂ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਸੀ।

ਇਹ ਪਰਚਾ 29 ਆਮ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਲਈ ਡਿਜ਼ਾਇਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਜੋ ਬਜ਼ੁਰਗ ਕੈਨੇਡੀਆਈ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ ਅਤੇ ਤੱਥਾਂ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਪ ਟੂ ਡੇਟ ਰੱਖਣ ਲਈ ਸਬੂਤ-ਅਧਾਰਿਤ ਜਵਾਬ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

8 COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਆਮ ਸਵਾਲ

ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਕਿਉਂ ਹਨ?

ਸਾਡਾ ਸਰੀਰ ਕਈ ਬੈਕਟੀਰੀਆ, ਵਾਇਰਸ ਜਾਂ ਫੰਗਸ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਰੋਗਾਣੂ ਵਜੋਂ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਬਿਮਾਰੀ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਜੀਵਾਂ ਨਾਲ ਲੜਨ ਲਈ, ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਐਂਟੀਬਾਡੀਜ਼ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਐਂਟੀਜਨ ਨਾਮਕ ਰੋਗਾਣੂ ਦੇ ਇੱਕ ਹਿੱਸੇ ਦੇ ਅਧਾਰ ਤੇ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਇਮਿਊਨਿਟੀ ਵਜੋਂ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ, ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਰੋਗਾਣੂਆਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਐਂਟੀਜਨਾਂ ਲਈ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਐਂਟੀਬਾਡੀਜ਼ ਹਨ।

ਜਦੋਂ ਸਾਡਾ ਸਰੀਰ COVID-19 ਵਾਇਰਸ ਵਰਗੇ ਕਿਸੇ ਨਵੇਂ ਰੋਗਾਣੂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਐਂਟੀਬਾਡੀਜ਼ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਮਾਂ ਲੱਗੇਗਾ। ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਸਾਡਾ ਸਰੀਰ ਵਾਪਸ ਲੜਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਲਾਗ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਬਹੁਤ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਚੁੱਕੀ ਹੋਵੇ ਜੋ ਕਈ ਵਾਰ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਅਤੇ ਮੌਤ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਇਹ ਉਸ ਵਾਇਰਸ ਨਾਲ ਲੜਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਸਾਡਾ ਸਰੀਰ ਐਂਟੀਬਾਡੀ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਮੈਮੋਰੀ ਸੈੱਲ ਵੀ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਇਹ ਯਾਦ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਖਾਸ ਵਾਇਰਸ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਲੜਨਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ, ਅਗਲੀ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਉਸੇ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਸਰੀਰ ਇਸ ਨੂੰ ਯਾਦ ਰੱਖਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਆਪਣੀ ਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਨੂੰ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਇਕੱਠਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਉਹ ਥਾਂ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਟੀਕੇ ਲਾਭਦਾਇਕ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਟੀਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕਮਜ਼ੋਰ ਵਾਇਰਸ, ਅਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਐਂਟੀਜਨ ਜਾਂ ਐਂਟੀਜਨ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਲਈ ਬਲੂਪ੍ਰਿੰਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਚਾਲੂ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਰੋਗਾਣੂਆਂ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ,

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਅਸਲ ਰੋਗਾਣੂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੀਕਾ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਜਲਦੀ ਹੀ ਪਛਾਣ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਦਾ ਤੁਰੰਤ ਜਵਾਬ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਗੰਭੀਰ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਸ ਨਾਲ ਲੜ ਸਕਦਾ ਹੈ।

COVID-19 ਟੀਕੇ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕਿਹੜੇ ਉਪਲਬਧ ਹਨ?

ਮੌਜੂਦਾ ਸਮੇਂ, 2025-26 ਸੀਜ਼ਨ ਲਈ, ਸਿਰਫ ਇੱਕ ਕਿਸਮ ਦੀ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹੈ, mRNA ਵੈਕਸੀਨਾਂ (ਉਦਾਹਰਨ Moderna ਤੋਂ **Spikevax**[®], Pfizer-BioNTech ਤੋਂ **Comirnaty**[®])। ਹੋਰ ਕਿਸਮਾਂ ਦੀਆਂ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਜਿਵੇਂ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਸਬਯੂਨਿਟ (ਉਦਾਹਰਨ, Novavax ਤੋਂ **Nuvaxovid**[™]) ਅਤੇ ਵਾਇਰਲ ਵੈਕਟਰ (ਉਦਾਹਰਨ, AstraZeneca Canada ਤੋਂ **Vaxzevria**[™]) ਕਿਸਮਾਂ, ਇਸ ਵੇਲੇ ਉਪਲਬਧ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਕਈ ਕਾਰਨ ਹਨ ਕਿ ਕਿਉਂ ਇਹ ਵੈਕਸੀਨ ਕਿਸਮਾਂ ਉਪਲਬਧ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ mRNA ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਮੰਗ ਘੱਟ ਹੈ ਵੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ।

mRNA ਜਾਂ ਮੈਸੇਜਰ RNA, ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਕੁਦਰਤੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਅਣੂ ਹੈ, ਜੋ ਇੱਕ ਰੈਸਿਪੀ ਕਾਰਡ ਦੇ ਸਮਾਨ, ਲੋੜੀਂਦੇ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। COVID-19 ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਖੋਜਕਰਤਾ ਦਹਾਕਿਆਂ ਤੋਂ mRNA-ਅਧਾਰਤ ਇਲਾਜਾਂ ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਅਤੇ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਸਨ। ਜਿਵੇਂ ਹੀ COVID-19 ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨ ਵਾਲੇ ਵਾਇਰਸ ਬਾਰੇ ਲੋੜੀਂਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਲਬਧ ਹੋਈ, ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਨੇ ਪਹਿਲਾਂ mRNA COVID-19 ਟੀਕਾ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ।

ਇਨ੍ਹਾਂ ਟੀਕਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਸਿੰਥੈਟਿਕ mRNA ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਸਪਾਈਕ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਐਂਟੀਜਨ ਦਾ ਗੈਰ-ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਟੁਕੜਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਅਸਲ COVID-19 ਵਾਇਰਸ ਦੀ ਸਤ੍ਹਾ 'ਤੇ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਟੀਕੇ mRNA ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ, ਜੋ ਕਿ ਰੈਸਿਪੀ ਕਾਰਡ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਕੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਸਪਾਈਕ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਐਂਟੀਜਨ ਦੀ ਥੋੜ੍ਹੀ ਜਿਹੀ ਮਾਤਰਾ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਲਈ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਸਾਡਾ ਸਰੀਰ ਇਸ ਐਂਟੀਜਨ ਨੂੰ ਪਹਿਚਾਣ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਅਤੇ COVID-19 ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਵਧੇ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਐਂਟੀਜਨ ਦੇ ਖਿਲਾਫ ਸੁਰੱਖਿਆਤਮਕ ਐਂਟੀਬਾਡੀਜ਼ ਤਿਆਰ ਕਰਕੇ ਇਮਿਊਨ ਜਵਾਬ ਤਿਆਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਸਾਡਾ ਸਰੀਰ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਅਸਲ COVID-19 ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨ ਵਾਲੇ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਇਸਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਪਤਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਨਜਿੱਠਣਾ ਹੈ। ਵੈਕਸੀਨ ਵਿੱਚ mRNA ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਜਲਦੀ ਨਸ਼ਟ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਵੈਕਸੀਨ ਦਾ mRNA ਤੁਹਾਡੇ DNA ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ ਜਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਬਦਲ ਸਕਦਾ।

mRNA ਟੀਕੇ ਇੱਕ ਦਿਲਚਸਪ ਵਿਗਿਆਨਕ ਤਰੱਕੀ ਹਨ ਅਤੇ ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਵਾਇਰਸਾਂ ਲਈ ਵੀ ਟੀਕੇ ਡਿਜ਼ਾਈਨ ਕਰਨ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦੇ ਰਹੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ, ਸਾਹ ਸਬੰਧੀ ਸਿੰਕਟੀਅਲ ਵਾਇਰਸ (RSV), ਜ਼ੀਕਾ, ਰੇਬੀਜ਼ ਅਤੇ ਸਾਈਟੋਮੈਗਾਲੋਵਾਇਰਸ (ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ CMV ਵਜੋਂ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ)। mRNA ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਪ੍ਰਗਤੀ ਕੈਂਸਰ ਨਾਲ ਲੜਨ ਦੇ ਇੱਕ ਨਵੇਂ ਤਰੀਕੇ ਵਜੋਂ ਵੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ।

ਇਸ ਵੇਲੇ ਕਿਹੜੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ?

ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਪੇਸ਼ ਕਰਨ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ, COVID-19 ਵਾਇਰਸ, SARS-CoV-2 ਨੇ ਕਈ ਕਿਸਮਾਂ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰ ਲਈਆਂ ਹਨ। ਪਿਛਲੇ ਚਾਰ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ, Omicron ਕਿਸਮ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਫੈਲੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਕਈ ਉਪ-ਕਿਸਮਾਂ ਹਨ। ਸਬੂਤ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਜੋ COVID-19 ਕਿਸਮ ਦੇ ਨਾਲ ਵੱਧ ਮੇਲ ਖਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਉਹ ਵਧੇਰੇ ਤਾਕਤਵਰ ਐਂਟੀਬਾਡੀ ਜਵਾਬ ਤਿਆਰ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਇਸ ਕਾਰਨ ਕਰਕੇ, ਦੋ mRNA COVID-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੇ ਕਈ ਸੰਸਕਰਨਾਂ ਨੂੰ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਵਾਨਗੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ, **Spikevax®** (Moderna) ਅਤੇ **Comirnaty®** (Pfizer-BioNTech), ਜੋ ਵੱਖਰੀਆਂ Omicron ਉਪ-ਕਿਸਮਾਂ ਨੂੰ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਬਣਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਇਸ ਵੇਲੇ Spikevax® ਅਤੇ Comirnaty® ਦੇ ਦੋ ਨਵੇਂ ਸੰਸਕਰਨ 2025-26 ਸੀਜ਼ਨ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹਨ ਜੋ ਹਾਲੀਆ Omicron ਉਪ-ਕਿਸਮ LP.8.1 ਨੂੰ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਪਲਬਧ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਬਿਹਤਰ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਉਮੀਦ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਕਲੀਨੀਕਲ ਟ੍ਰਾਇਲਾਂ ਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਦੋਵਾਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੁਆਰਾ Omicron ਉਪ-ਕਿਸਮ LP.8.1 ਦੇ ਖਿਲਾਫ ਤਕੜਾ ਇਮਿਊਨ ਜਵਾਬ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਦਾ ਸਬੂਤ ਦੇ ਦਿੱਤਾ ਹੈ।

ਮੁੱਢਲੀ ਲੜੀ ਅਤੇ ਵਾਧੂ ਖੁਰਾਕਾਂ ਵਿੱਚ ਕੀ ਅੰਤਰ ਹੈ?

ਮੁੱਢਲੀ ਲੜੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਖੁਰਾਕ(ਕਾਂ) ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧਤਾ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵੇਲੇ, ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਖੁਰਾਕ ਦੀ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜਦਕਿ ਦੋ ਜਾਂ ਤਿੰਨ ਖੁਰਾਕਾਂ ਦੀ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਿਹਨਾਂ ਦਾ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੈ। ਮੁੱਢਲੀ ਲੜੀ ਖੁਰਾਕ(ਕਾਂ) ਲਈ ਦੋ ਮੌਜੂਦਾ ਉਪਲਬਧ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਲੈਣ ਦੀ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

COVID-19 ਦੀ ਲਾਗ, ਨਾਲ ਦੇ ਨਾਲ COVID-19 ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਅਤੇ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ, ਤੋਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਮੁੱਢਲੀ ਲੜੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਾਧੂ ਖੁਰਾਕਾਂ ਦੀ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ, ਦਾ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਆਖਰੀ ਟੀਕਾਕਰਨ ਜਾਂ ਲਾਗ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਘੱਟ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਪਿਛਲੀ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਖੁਰਾਕ ਜਾਂ ਲਾਗ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਡੀਕ ਕਰਨ ਦਾ ਨਿਮਨਤਮ ਅੰਤਰਾਲ ਤਿੰਨ ਮਹੀਨੇ ਹੈ। ਟੀਕਾਕਰਨ ਲਈ ਉੱਤਮ ਸਮੇਂ ਦਾ ਨਿਰਣਾ ਲੈਣਾ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਕਾਰਕਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਪਿਛਲੀ ਖੁਰਾਕ ਜਾਂ ਲਾਗ ਨੂੰ ਕਿੰਨਾ ਸਮਾਂ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ, ਤੁਹਾਡੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਇਸ ਵੇਲੇ COVID-19 ਲਾਗ ਕਿੰਨੀ ਕੁ ਆਮ ਹੈ, ਅਤੇ ਕੋਈ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਮੌਕੇ ਜਿਵੇਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਮੈਡੀਕਲ ਵਿਧੀ ਦਾ ਹੋਣਾ, ਵੱਡਾ ਇਕੱਠ, ਜਾਂ ਯਾਤਰਾ ਆਉਣ ਵਾਲੀ ਹੋਵੇ। ਇਹ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੇ ਤੁਰੰਤ ਬਾਅਦ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਉੱਚ ਪੱਧਰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਇਸ ਵੇਲੇ ਉਪਲਬਧ ਦੋਵਾਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਇਹਨਾਂ ਵਾਧੂ ਖੁਰਾਕਾਂ ਲਈ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

COVID-19 ਟੀਕੇ ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਿਕਸਿਤ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ। ਕੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਦਮਾਂ ਨੂੰ ਛੱਡ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ?

Health Canada ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ, ਮੁਤਾਬਕ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਸਾਰੇ ਮਨਜ਼ੂਰਸ਼ੁਦਾ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ 'ਚ ਇਹ ਹਨ:

- ਟੀਕੇ ਦੀ ਪ੍ਰਵਾਨਗੀ ਲਈ ਆਮ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕੀਤਾ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਟੀਕਿਆਂ ਲਈ ਸਾਰੀਆਂ ਆਮ ਸੁਰੱਖਿਆ, ਗੁਣਵੱਤਾ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ੀਲਤਾ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨੂੰ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਦੇਣ ਲਈ ਕਿਸੇ ਵੀ ਲੋੜ ਨੂੰ ਨਜ਼ਰਅੰਦਾਜ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ; ਅਤੇ
- ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ, ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ੀਲਤਾ ਦੀ ਨਿਰੰਤਰ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ।

ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਦੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਅਤੇ ਕੰਪਨੀਆਂ ਨੇ ਇਕੱਠੇ ਹੋ ਕੇ ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸਹਿਯੋਗ ਕੀਤਾ ਹੈ ਜੋ ਅਸੀਂ COVID-19 ਟੀਕੇ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਅਤੀਤ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਦੇਖਿਆ ਹੈ। ਸਿਹਤ ਏਜੰਸੀਆਂ, ਵੈਕਸੀਨ ਖੋਜਕਰਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਨਿਰਮਾਤਾਵਾਂ ਨੇ COVID-19 ਟੀਕੇ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਯਤਨਾਂ 'ਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਵੱਡੀ ਰਕਮ ਦਾ ਨਿਵੇਸ਼ ਕਰਕੇ, ਸਟਾਫ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਤਾਇਨਾਤ ਕਰਕੇ ਅਤੇ ਕਈ ਸਹਿਯੋਗ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਕੇ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਤਰਜੀਹ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਵਿੱਚਈ ਵੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਘਾਟ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਅਤੇ ਕਲੀਨਿਕਲ ਪਰਖਾਂ ਵਿੱਚ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ੀਲਤਾ ਦੋਵਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੇ ਸਨ।

ਪ੍ਰਵਾਨਿਤ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਵਿੱਚ ਤੇਜ਼ੀ ਲਿਆਉਣ ਵਾਲੇ ਹੋਰ ਕਾਰਕਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਸਾਡੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਦਹਾਕਿਆਂ ਦੀ ਖੋਜ 'ਤੇ ਅਧਾਰਤ ਸੀ ਜੋ COVID-19 ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਦੇ ਹੋਰ ਸਟ੍ਰੇਨਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮਿਡਲ ਈਸਟ ਰੈਸਪੀਰੇਟਰੀ ਸਿੰਡਰੋਮ (MERS) ਅਤੇ SARS-CoV (SARS) 'ਤੇ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ।
- ਵਿਗਿਆਨ ਅਤੇ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਵਿੱਚ ਵਾਧੂ ਤਰੱਕੀ ਨੇ ਨਵੇਂ ਟੀਕਿਆਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਆਸਾਨ ਬਣਾ ਦਿੱਤਾ; ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਵਾਇਰਸ ਜੈਨੇਟਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕ੍ਰਮਬੱਧ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ COVID-19 ਵਾਇਰਸ ਦੀ ਖੋਜ ਤੋਂ ਤੁਰੰਤ ਬਾਅਦ ਹੋਇਆ ਸੀ, ਤਾਂ ਵਿਗਿਆਨੀ ਜਲਦੀ ਹੀ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਟੀਕੇ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਕਲੀਨਿਕਲ ਟ੍ਰਾਇਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ, ਸਿਹਤ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ, ਖੋਜਕਰਤਾਵਾਂ, ਉਦਯੋਗ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰਾਂ ਦਰਮਿਆਨ ਮਜ਼ਬੂਤ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਹਿਯੋਗ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਵਿਕਸਤ ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ੀਲਤਾ ਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਟੈਸਟ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਥਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੇ ਵੱਡੇ ਕਲੀਨਿਕਲ ਪਰਖਾਂ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਫ਼ੀ ਫੰਡ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਕੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ acetaminophen (ਜਿਸ ਨੂੰ ਟਾਈਲੇਨੋਲ Tylenol ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਜਾਂ non-steroidal anti-inflammatory ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ?

ਹਾਲਾਂਕਿ ਇਹ ਦਵਾਈਆਂ ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਲੱਛਣਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਦਰਦ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਸਿਰਦਰਦ, ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਨ ਲਈ ਲਈਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਪਰ ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜਾਂ ਦੌਰਾਨ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਨਿਯਮਤ ਵਰਤੋਂ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਜੇ ਇਹ ਦਵਾਈਆਂ ਲਈਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਵੀ ਟੀਕਾਕਰਨ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪ੍ਰਬੰਧਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇ, ਏਸਟੈਮੀਨੋਫਿਨ ਜਾਂ ਗੈਰ-ਸਟੀਰੋਇਡਲ ਐਂਟ-ਇੰਫਲੇਮੇਟਰੀ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

**ਮੈਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ COVID-19 ਸੀ।
ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਲਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?**

ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪਿਛਲੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ COVID-19 ਨੂੰ ਨਜਿੱਠਿਆ ਹੋਵੇ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਫਿਰ ਵੀ ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਲਾਭ ਹੋਵੇਗਾ। ਦੋਵੇਂ ਲਾਗ ਅਤੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਿਕਸਿਤ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਇਮਿਊਨਿਟੀ (ਜਿਸਨੂੰ ਹਾਈਬ੍ਰਿਡ ਇਮਿਊਨਿਟੀ ਕਿਹਿੰਦੇ ਹਨ) ਨੂੰ ਪਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਲਾਗ ਅਤੇ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਬਿਹਤਰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਸਭ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਆਪਣੀ ਮੁਢਲੀ ਲੜੀ ਪੂਰੀ ਕਰ ਲਈ ਹੈ, ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਤਿੰਨ ਸਾਲਾਂ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇ ਇੱਕ ਹੋਰ ਬਕਾਇਆ ਹੋਵੇ

ਵੈਕਸੀਨ ਖੁਰਾਕ। ਉਹਨਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਆਪਣੀਆਂ ਮੁਢਲੀ ਲੜੀ ਖੁਰਾਕਾਂ ਸ਼ੁਰੂ ਜਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀਆਂ, ਲਾਗ ਤੋਂ ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੇ ਦਰਮਿਆਨ ਦਾ ਅੰਤਰਾਲ ਜਿਸਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅੱਠ ਹਫ਼ਤੇ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਜਿਹਨਾਂ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੈ, ਅੰਤਰਾਲ ਨੂੰ ਘਟਾ ਕੇ ਚਾਰ ਤੋਂ ਅੱਠ ਹਫ਼ਤੇ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇ। ਇਹ ਸਾਰੇ ਸੁਝਾਏ ਅੰਤਰਾਲ ਗਾਈਡ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਕਾਰਕਾਂ ਜਿਵੇਂ ਅਨੁਭਵ ਦਾ ਖਤਰਾ ਅਤੇ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਗੰਭੀਰਤਾ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਬਿਹਤਰ ਇਮਿਊਨ ਜਵਾਬ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਲੰਬੇ ਅੰਤਰਾਲਾਂ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਲਾਗ ਦੁਆਰਾ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਸਬੂਤ ਦਿਖਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ COVID-19 ਟੀਕਾਕਰਨ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਵੀ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਲਾਗ ਹੋ ਚੁੱਕੀ ਹੈ।

ਭਾਵੇਂ ਵਿਅਕਤੀ ਨੇ ਪਿਛਲੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਅਤੇ ਲਾਗ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਹਾਈਬ੍ਰਿਡ ਇਮਿਊਨਿਟੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਲਈ ਸੀ, ਫਿਰ ਵੀ ਲਾਗ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਆਖਰਕਾਰ ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਘੱਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਕਾਰਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹੈ ਕਿ ਕਿਉਂ ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਕਿਉਂ ਵਾਧੂ ਖੁਰਾਕਾਂ ਦੀ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਕੀ ਮੈਂ ਇੱਕੋ ਸਮੇਂ influenza ਵੈਕਸੀਨ ਅਤੇ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?

influenza ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਨਾਲ, COVID-19 ਟੀਕੇ ਵੀ ਉਸੇ ਸਮੇਂ, ਜਾਂ ਹੋਰ ਟੀਕਿਆਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜਾਂ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਦਿੱਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਸਾਹ ਸਬੰਧੀ ਸਿੰਕਟੀਅਲ ਵਾਇਰਸ , pneumococcal ਅਤੇ shingles)।

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਸਤੇ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੇ ਹੋਰ ਟੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਵਾਸਤੇ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੇ ਟੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਸਤੇ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਪੰਨਾ 21 ਦੇਖੋ।

7 ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਵਾਲ

ਮੈਂ ਬਜ਼ੁਰਗ ਹਾਂ। ਕੀ ਮੈਨੂੰ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਬਜ਼ੁਰਗ COVID-19 ਲਾਗਾਂ ਤੋਂ ਵੱਡੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ 2023 ਵਿੱਚ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ COVID-19 ਮੌਤਾਂ ਦਾ 95% ਹਿੱਸਾ 65 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਲੋਕ ਸਨ।

85 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਖਤਰਾ ਹੈ, ਜੋ 2023 ਵਿੱਚ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ COVID-19 ਮੌਤਾਂ ਦਾ 56% ਹਨ।

ਕੀ COVID-19 ਟੀਕੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ?

COVID-19 ਟੀਕੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਬਜ਼ੁਰਗ ਕੈਨੇਡੀਅਨਾਂ ਦੁਆਰਾ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਉਹ ਬੇਹੱਦ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਪਾਏ ਗਏ ਹਨ।

Pfizer-BioNTech ਅਤੇ Moderna ਵੈਕਸੀਨ ਟ੍ਰਾਇਲ ਜ਼ਰੀਏ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ 'ਚ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮੂਲ ਟੀਕੇ ਦੇ ਟ੍ਰਾਇਲ 'ਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਸਾਬਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਇਸ ਉਮਰ ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ COVID-19 ਟੀਕੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਹਨ।

COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ ਨਾਲ ਕਈ ਲਾਭ ਜੁੜੇ ਹੋਏ ਹਨ। ਖੋਜ ਨੇ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਹਾਲੀਆ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਅਤੇ ਗੰਭੀਰ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ (ਉਦਾਹਰਨ ਹਸਪਤਾਲ ਦਾਖਲ ਹੋਣ,

ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ) ਦੇ ਖਿਲਾਫ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਕਰੇਗੀ, ਇਥੋਂ ਤੱਕ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਪਿਛਲੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਕਰਵਾਏ ਜਾਂ ਲਾਗਾਂ ਹੋਈਆਂ ਸਨ। ਉਸ ਸੀਮਾ ਤੱਕ ਜਿੱਥੇ ਤੱਕ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਲਾਗ ਨੂੰ ਰੋਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਉਹ ਹੋਰਾਂ ਤੱਕ ਵਾਇਰਸ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਦੀ ਮੌਕੇ ਘਟਾਉਣ ਵਿੱਚ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

COVID-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਪੇਸਟ COVID-19 ਹਾਲਾਤ (ਜਿਸ ਨੂੰ ਲੰਬਾ COVID ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ) ਦੇ ਵਿਕਸਿਤ ਹੋਣ ਦੇ ਖਤਰੇ ਨੂੰ ਘਟਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਹਾਲਾਤ ਉਸ ਵੇਲੇ ਬਣਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਲੱਛਣ ਦੇ ਮਹੀਨੇ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਰਹਿਣ ਅਤੇ ਲਾਗ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤਿੰਨ ਜਾਂ ਵੱਧ ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੱਕ ਮੌਜੂਦ ਹੋਣ। ਕਈ ਲੱਛਣਾਂ ਦਾ ਅਭਵ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਥਕਾਵਟ, ਦਰਦ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਗੁਣਵੱਤਾ ਦਾ ਘਟਣਾ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੈ। ਖਾਸ ਸਮੂਹ ਵਧੇਰੇ ਖਤਰੇ ਵਿੱਚ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਔਰਤਾਂ, ਚਿਰਕਾਲੀ ਸਿਹਤ ਹਾਲਾਤ ਵਾਲੇ ਲੋਕ, ਅਤੇ ਉਹ ਜਿਹਨਾਂ ਦਾ COVID-19 ਦਾ ਵਧੇਰੇ ਗੰਭੀਰ ਕੇਸ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ। ਇਹ ਖਤਰਿਆਂ ਦੇ ਕਾਰਕ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਆਮ ਹਨ। ਉਸ ਸੀਮਾ ਤੱਕ ਜਿਸ ਵਿੱਚ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਲਾਗ ਨੂੰ ਰੋਕ ਲੈਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਉਹ ਲੰਬੇ COVID ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਦੋ ਖੁਰਾਕਾਂ ਲੈ ਲਈਆਂ ਸਨ ਕੋਲ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਵਾਧੂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਹੋਵੇਗੀ ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਨਹੀਂ ਕਰਵਾਇਆ।

The Public Health Agency of Canada ਅਤੇ ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਮੈਡੀਕਲ ਅਤੇ ਨਰਸਿੰਗ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਸਾਰੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਕੈਨੇਡੀਆਈ ਟੀਕਾਕਰਨ ਕਰਵਾਉਣ।

COVID-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੇ ਨਵੇਂ ਫੋਰਮਿਊਲੇਸ਼ਨ ਸਤੰਬਰ 2025 ਨੂੰ ਉਪਲਬਧ ਕਰਵਾ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਜੋ ਨਵੀਂ ਉਪ-ਕਿਸਮ ਨੂੰ ਨਿਸ਼ਾਣਾ ਬਣਾਉਂਦਗੇ ਹਨ ਅਤੇ ਪਿਛਲੀਆਂ ਉਪਲਬਧ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਮੌਜੂਦਾ ਚੱਲ ਰਹੀ ਉਪ-ਕਿਸਮ ਦੇ ਖਿਲਾਫ ਬਿਹਤਰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਉਮੀਦ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ।

ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਲਈ ਮੌਜੂਦਾ COVID-19 ਸਿਫਾਰਿਸ਼ਾਂ ਕੀ ਹਨ?

ਹੇਠਾਂ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ਾਂ ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ National Advisory Committee on Immunization (NACI) ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਉਪਲਬਧ ਉੱਤਮ ਸਬੂਤਾਂ 'ਤੇ ਅਧਾਰਿਤ ਹਨ।

ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਲਈ, ਇਸਦੀ ਪਰਵਾਹ ਕੀਤੇ ਬਗੈਰ ਕਿ ਕੀ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਪਿਛਲੇ COVID-19 ਟੀਕਾਕਰਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੇ ਹਨ, ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਹੈ ਕਿ ਮੌਜੂਦਾ ਉਪਲਬਧ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ (Pfizer-BioNTech ਅਤੇ Moderna) ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ।

ਇਹ ਦਿਖਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਟੀਕਾਕਰਨ ਲੱਛਣ ਵਾਲੀ ਅਤੇ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਖਿਲਾਫ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਜਾਂ ਲਾਗ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਘੱਟ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਬਜ਼ੁਰਗ ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਮੁਢਲੀ ਲੜੀ ਖੁਰਾਕ(ਕਾਂ) ਪੂਰੀ(ਆਂ) ਕਰ ਲਈ(ਆਂ) ਹੈ(ਹਨ) ਨੂੰ ਪ੍ਰਤੀ ਸਾਲ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਇੱਕ ਖੁਰਾਕ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਦੂਜੀ ਖੁਰਾਕ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਵੱਖਰੀ ਗਾਈਡੈਂਸ ਵੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। 65 ਤੋਂ 79 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਲੋਕ ਮੌਜੂਦਾ ਉਪਲਬਧ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੀ ਦੂਜੀ ਖੁਰਾਕ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜੱਦਕਿ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀ ਜਨਸੰਖਿਆ ਨੂੰ ਦੂਜੀ ਖੁਰਾਕ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ:

- 80 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਲੋਕ
- ਲੰਬੀ-ਟਰਮ ਕੇਅਰ ਹੋਮਜ਼ ਵਿਚਲੇ ਬਾਲਗ ਨਿਵਾਸੀ ਅਤੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਲਈ ਹੋਰ ਵੱਧ ਭੀੜ ਵਾਲੀ ਲਿਵਿੰਗ ਸੈਟਿੰਗ
- ਕਮਜ਼ੋਰ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕ

ਇਹਨਾਂ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਹੈ ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦਾ ਘਟਣਾ, SARS-CoV-2 ਵਾਇਰਸ ਦਾ ਸਾਲ ਦਰ ਸਾਲ ਫੈਲਣਾ ਅਤੇ ਖਾਸ ਜਨਸੰਖਿਆ ਸਮੂਹਾਂ ਵਿੱਚ ਖਤਰੇ ਦਾ ਵਧਣਾ।

ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਆਪਣੀ ਮੁਢਲੀ ਲੜੀ ਪੂਰੀ ਕਰ ਲਈ ਹੈ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਪਿਛਲੀ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਖੁਰਾਕ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਤਿੰਨ ਮਹੀਨੇ ਉਡੀਕ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਹੋਰ ਵੈਕਸੀਨ ਖੁਰਾਕ ਲੈਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਲਾਗ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤਿੰਨ ਮਹੀਨੇ ਉਡੀਕਣ ਉੱਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਟੀਕਾਕਰਨ ਲਈ ਉੱਤਮ ਸਮੇਂ ਦਾ ਨਿਰਣਾ ਲੈਣਾ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਕਾਰਕਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਪਿਛਲੀ ਖੁਰਾਕ ਜਾਂ ਲਾਗ ਨੂੰ ਕਿੰਨਾ ਸਮਾਂ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ, ਤੁਹਾਡੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਇਸ ਵੇਲੇ COVID-19 ਲਾਗ ਕਿੰਨੀ ਕੁ ਆਮ ਹੈ, ਅਤੇ ਕੋਈ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਮੌਕੇ ਜਿਵੇਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਮੈਡੀਕਲ ਵਿਧੀ ਦਾ ਹੋਣਾ, ਵੱਡਾ ਇਕੱਠ, ਜਾਂ ਯਾਤਰਾ ਆਉਣ ਵਾਲੀ ਹੋਵੇ। ਇਹ ਨੋਟ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੇ ਤੁਰੰਤ ਬਾਅਦ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਉੱਚ ਪੱਧਰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਬਜ਼ੁਰਗ ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਕੋਈ ਵੀ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੀ ਖੁਰਾਕ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਹੈ ਜਾਂ ਮੁੱਢਲੀ ਲੜੀ ਦੀਆਂ ਖੁਰਾਕਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀਆਂ ਹਨ ਨੂੰ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਮੌਜੂਦਾ ਉਪਲਬਧ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਖੁਰਾਕ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ। ਜੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹਾਲ ਹੀ ਵਿੱਚ COVID-19 ਲਾਗ ਹੋਈ ਸੀ, ਤਾਂ ਟੀਕਾਕਰਨ ਵਿੱਚ ਅੱਠ-ਹਫਤੇ ਦੀ ਦੇਰੀ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਲਈ ਜਿਹਨਾਂ ਦੇ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹਨ, ਨੂੰ ਚਾਰ ਤੋਂ ਅੱਠ ਹਫਤਿਆਂ ਦੇ ਅੰਤਰਾਲ ਦੇ ਨਾਲ, ਇੱਕ ਤੋਂ ਤਿੰਨ ਖੁਰਾਕਾਂ ਦੀ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਵੱਧ ਖੁਰਾਕਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਅਤੇ ਸਮੁੱਚੇ ਇਮਿਊਨ ਜਵਾਬ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰਿਆ ਜਾਵੇ।

ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਵਿੱਚ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕੀ ਹਨ?

ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰਨਾ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਸੰਕੇਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਤਾ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਬਿਲਕੁਲ ਉਹੀ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ ਜੋ ਇਸ ਨੂੰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ: ਤੁਹਾਡੀ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਤਾ ਉੱਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਨਿਰਮਾਣ ਕਰਨਾ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਸ ਚੀਜ਼ ਤੋਂ ਬਚਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਜਿਸ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੀਕਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬਾਕੀ ਆਬਾਦੀ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਵੱਖਰੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਅਨੁਭਵ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹਲਕੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਥਕਾਵਟ, ਸਿਰ ਦਰਦ, ਮਾਂਸਪੇਸ਼ੀ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਅਤੇ ਜੋੜਾਂ ਦੇ ਦਰਦ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਗੰਭੀਰ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਬਹੁਤ ਦੁਰਲੱਭ ਹਨ।

ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਰਾਹਤ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਹਾਲੀਆ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਤੋਂ ਕੋਈ ਨਵਾਂ ਮਾੜਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨਹੀਂ ਪਹਿਚਾਣਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਨਿਰਗਾਨੀ ਡੇਟਾ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ mRNA COVID-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੇ ਸਮਾਨ ਹਨ।

2024 ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਤੱਕ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਉੱਤੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਰਿਪੋਰਟਿੰਗ ਦਿਖਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ (60 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ) ਵਿੱਚ ਸਾਰੇ ਬਾਲਗ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲੋਂ ਵੈਕਸੀਨ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕੀਤੀ ਦਰ ਸਭ ਤੋਂ ਘੱਟ ਹੈ।

ਕੀ COVID-19 ਟੀਕੇ ਹਾਲੇ ਵੀ ਮੁਫ਼ਤ ਹਨ, ਅਤੇ ਮੈਂ ਇਹਨਾਂ ਤੱਕ ਕਿਵੇਂ ਪਹੁੰਚ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?

ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ, ਫੈਡਰਲ ਸਰਕਾਰ ਨੇ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੀ ਖਰੀਦ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਕੈਨੇਡਾ COVID-19 ਦੇ ਲੰਬੀ-ਮਿਆਦ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਸੂਬਾਈ ਅਤੇ ਖੇਤਰੀ ਸਰਕਾਰਾਂ ਹੁਣ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੀ ਖਰੀਦ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹਨ, ਜੋ ਕਿ ਹੋਰ ਰੁਟੀਨ ਇਮਿਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਦੇ ਵਰਗਾ ਹੈ ਜੋ ਉਹ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਹਰੇਕ ਸੂਬਾ ਅਤੇ ਖੇਤਰ ਹੁਣ ਕਈ ਕਾਰਕਾਂ ਉੱਤੇ ਅਧਾਰਿਤ COVID-19 ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੀ ਕਵਰੇਜ ਅਤੇ ਸਮਾਂ ਸਾਰਨੀ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੈ।

ਮੌਜੂਦਾ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ, ਸਾਰੇ ਸੂਬੇ ਅਤੇ ਖੇਤਰ (ਐਲਬਰਟਾ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ) ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਮੁਫ਼ਤ ਵਿੱਚ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਐਲਬਰਟਾ ਵਿੱਚ, ਕਵਰੇਜ ਖਾਸ ਸਮੂਹਾਂ (ਉਦਾਹਰਨ Alberta Seniors Benefit ਦੇ ਪ੍ਰਾਪਤਕਰਤਾ, ਹੋਮ ਕੇਅਰ ਕਲਾਇੰਟਸ) ਤੱਕ ਸੀਮਿਤ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕੋਈ ਨਿਜੀ ਦਵਾਈ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਲਾਗਤ ਵੀ ਕਵਰ ਹੋਵੇ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਨਤਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫੰਡ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ।

ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਕੇ ਉੱਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਿਆਂ, ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਕਈ ਇਲਾਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਫਾਰਮੇਸੀਆਂ, ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਯੂਨਿਟ, ਜਾਂ ਡਾਕਟਰਾਂ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਲੰਬੀ-ਮਿਆਦ ਦੇ ਕੇਅਰ ਹੋਮਜ਼, ਸਹਿਯੋਗੀ ਲਿਵਿੰਗ/ਰਿਟਾਇਰਮੈਂਟ ਹੋਮਜ਼ ਵਾਲੇ ਨਿਵਾਸੀ, ਜਾਂ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮੋਬਿਲਿਟੀ ਜਾਂ ਪਹੁੰਚਯੋਗਤਾ ਦਿੱਕਤਾਂ ਹਨ ਉਹ ਇੰਨ-ਹੋਮ ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ, ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਜਾਂ ਸਥਾਨਿਕ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਯੂਨਿਟ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਮੈਂ ਇੱਕ ਬਜ਼ੁਰਗ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰ ਰਿਹਾ/
ਰਹੀ ਹਾਂ ਜੋ ਵੈਕਸੀਨ ਨਹੀਂ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ।
ਮੈਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਯਕੀਨ ਦਿਵਾ ਸਕਦਾ ਹਾਂ
ਕਿ ਇਹ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ?

ਤੁਸੀਂ COVID-19 ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਬਜ਼ੁਰਗ ਨੂੰ ਦਿਖਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੋ ਉਹਨਾਂ
ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਖਾਸ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਦੇਵੇ।

ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਉੱਤੇ ਵੀ ਜ਼ੋਰ ਦਿਓ ਕਿ
COVID-19 ਇੱਕ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ ਅਤੇ 2023 ਵਿੱਚ ਕੈਨੇਡਾ
ਵਿੱਚ COVID-19 ਨਾਲ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ 95% ਮੌਤਾਂ ਬਜ਼ੁਰਗ
ਕੈਨੇਡੀਅਨਾਂ ਵਿੱਚ ਹੋਈਆਂ ਹਨ।

**ਸਮਝਣ ਯੋਗ ਹੈ ਕਿ, ਬਜ਼ੁਰਗ COVID-19 ਟੀਕੇ
ਤੋਂ ਘਬਰਾ ਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਤੱਥਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣਨਾ ਕਿ ਟੀਕਾ
ਲਗਵਾਉਣ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ
ਸੰਭਾਵਿਤ ਜੋਖਮ COVID-19 ਤੋਂ ਮਰਨ ਦੇ ਜੋਖਮ
ਨਾਲੋਂ ਕਿਤੇ ਬਿਹਤਰ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ
ਨੂੰ ਭਰੋਸਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਖ਼ਾਸਕਰ
ਜਦੋਂ ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਦੇ ਕਰੋੜਾਂ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੇ ਹੁਣ ਤੱਕ
ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ COVID-19 ਟੀਕਾ ਪ੍ਰਾਪਤ
ਕੀਤਾ ਹੈ।**

ਇੱਕ ਹੋਰ ਬੇਮਿਸਾਲ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਹੈ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਜਿਵੇਂ
ਡਾਕਟਰ, ਨਰਸਾਂ ਅਤੇ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਜੋ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ
ਬਾਰੇ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਾਣੂ ਹਨ।

ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਮੈਂ COVID-19
ਲਾਗ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ
ਹਾਂ?

ਕਈ ਨਿਜੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤਮਕ ਢੰਗ ਹਨ ਜੋ ਤੁਸੀਂ COVID-19
ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਾਹ ਸਬੰਧੀ ਵਾਇਰਸਾਂ ਦੇ ਫੈਲਣ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਰੋਜ਼ਾਨਾ
ਲਾਗੂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੋ, ਤਾਂ ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਨੂੰ
ਸੀਮਿਤ ਕਰੋ
- ਜਦੋਂ ਢੁਕਵਾਂ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨੋ
- ਜਿੱਥੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਏਅਰ ਵੈਂਟੀਲੇਸ਼ਨ ਸੁਧਾਰੋ (ਉਦਾਹਰਨ
ਖਿੜਕੀਆਂ ਖੋਲ੍ਹਣਾ)
- ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਨਿਯਮਿਤ ਧੇ ਕੇ ਜਾਂ ਹੈਂਡ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਵਰਤ
ਕੇ ਹੱਥ ਦੀ ਸਫਾਈ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰੋ
- ਆਪਣੀ ਖੰਘ ਜਾਂ ਛਿੱਕ ਨੂੰ ਢੱਕੋ
- ਉਹ ਸਤਾਹਾਂ ਅਤੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸਾਫ ਕਰੋ ਜੋ ਨਿਰੰਤਰ ਛੂਹੀਆਂ
ਜਾਂ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹੋਣ

6 ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਆਬਾਦੀ ਸਮੂਹਾਂ ਵਾਸਤੇ ਸਵਾਲ

ਕੀ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵਾਲੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ COVID-19 ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਅਧਿਐਨਾਂ ਨੇ ਦਿਖਾਇਆ ਹੈ ਕਿ ਨਾ ਸਿਰਫ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵਾਲੇ ਬਾਲਗਾਂ ਵਿੱਚ COVID-19 ਦੇ ਗੰਭੀਰ ਨਤੀਜਿਆਂ ਦਾ ਵਧੇਰੇ ਜੋਖਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਬਲਕਿ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਦੇ ਨਾਲ ਜੋਖਮ ਵਧਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ, ਹੇਠਾਂ ਸੂਚੀਬੱਧ ਸ਼ਰਤਾਂ ਲਈ ਟੀਕਾਕਰਨ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਡਾਕਟਰੀ ਅਵਸਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਇੱਕ ਹੈ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ Public Health Agency of Canada ਦੁਆਰਾ ਨੋਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ), ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨਕ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ:

- ਕੈਂਸਰ
- ਸੇਰੇਬਰੋਵੈਸਕੁਲਰ ਬਿਮਾਰੀ
- ਚਿਰਕਾਲੀ ਗੁਰਦੇ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ
- ਜਿਗਰ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਚਿਰਕਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀਆਂ
- ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਚਿਰਕਾਲੀਨ ਬਿਮਾਰੀਆਂ
- ਸਿਸਟਿਕ ਫਾਈਬਰੋਸਿਸ
- ਡਾਇਬਿਟੀਜ਼ ਮੈਲੀਟਸ , ਕਿਸਮ 1 ਅਤੇ ਕਿਸਮ 2
- ਅਪਾਹਜਤਾ
- ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ
- HIV ਲਾਗ
- ਕੁਝ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਵਿਕਾਰ
- ਮੋਟਾਪਾ
- ਗਰਭ ਅਤੇ ਹਾਲੀਆਂ ਗਰਭ
- ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਇਮਿਊਨੋਡੈਫੀਸੀਐਂਸੀ ਬਿਮਾਰੀਆਂ
- ਤੰਬਾਕੂਨੋਸ਼ੀ, ਵਰਤਮਾਨ ਜਾਂ ਸਾਬਕਾ
- ਠੋਸ ਅੰਗ ਜਾਂ ਖੂਨ ਦੇ ਸਟੈਮ ਸੈੱਲ ਟ੍ਰਾਂਸਪਲਾਂਟ
- ਤਪਦਿਕ
- ਕੋਰਟੀਕੋਸਟੀਰੋਇਡਜ਼ ਜਾਂ ਹੋਰ ਇਮਿਊਨੋਸਪ੍ਰੈਸਿਵ ਦਵਾਈ ਦੀ ਵਰਤੋਂ

ਕੀ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵਾਲੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਵਿੱਚ COVID-19 ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ?

ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਸਿਹਤ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ COVID-19 ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਉਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸਿਹਤ ਅਵਸਥਾ, ਐਲਰਜੀ ਵਾਲੇ ਬਾਲਗ ਜਾਂ ਜੋ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹਨ ਕਿਸੇ ਵੀ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਤੋਂ ਬਚਣ ਅਤੇ ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਸਹੀ ਵਰਤੋਂ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰਨ। ਖੂਨ ਵਗਣ ਦੇ ਵਿਕਾਰਾਂ ਨਾਲ ਗ੍ਰਸਤ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ, ਖੂਨ ਵਗਣ ਦੇ ਖਤਰੇ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਥਿਤੀ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਉਹ ਜੋ ਲੰਬੀ-ਮਿਆਦ ਦੇ ਐਂਟੀਕੋਗੂਲੇਸ਼ਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਨੂੰ ਖਤਰੇ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਅਤੇ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਮਲਟੀਸਿਸਟਮ ਇੰਫਲੇਮੇਟਰੀ ਸਿੰਡਰੋਮ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਵਾਲੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਲਈ, ਟੀਕਾਕਰਨ ਵਿੱਚ ਦੇਰੀ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਰਿਕਵਰੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਜਾਂ ਡਾਇਗਨੋਸਿਸ ਤੋਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 90 ਦਿਨ, ਜੋ ਵੀ ਵੱਧ ਹੋਵੇ।

ਕੀ ਐਲਰਜੀ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ COVID-19 ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਕੀ ਐਲਰਜੀਆਂ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਉਹ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਐਲਰਜੀ ਦੀ ਕਿਸਮ ਅਤੇ ਗੰਭੀਰਤਾ ਉਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਐਲਰਜੀਆਂ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਜੇ ਕਿ ਟੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਜੁੜੀ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਗੈਰਸਬੰਧਿਤ

ਟੀਕਿਆਂ ਤੋਂ ਗੰਭੀਰ ਐਲਰਜਿਕ ਰੀਐਕਸ਼ਨਜ਼ ਜਾਂ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਤੱਤ ਤੋਂ ਸ਼ੱਕੀ ਐਲਰਜੀ ਨੂੰ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਨਾਲ ਰੂਟੀਨ ਵਜੋਂ ਵੈਕਸੀਨ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਜਾਂ ਇਸਦੇ ਕਿਸੇ ਤੱਤ ਤੋਂ ਹਲਕੀ ਤੋਂ ਦਰਮਿਆਨੀ ਤੁਰੰਤ ਐਲਰਜਿਕ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਜਾਰੀ ਰੱਖਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਸ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨਾਲ ਸਲਾਹ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਮਿਊਨੋਲੋਜਿਸਟ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਹੈ। ਸੰਖੇਪ ਵਿੱਚ, ਉਹ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਜਾਂ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਤੱਤ ਤੋਂ ਗੰਭੀਰ, ਤੁਰੰਤ ਐਲਰਜਿਕ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਹੋਇਆ ਸੀ, ਨੂੰ ਐਲਰਜਿਸਟ ਜਾਂ ਢੁਕਵੇਂ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਸਲਾਹ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਿਸੇ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਐਲਰਜੀ ਇਤਿਹਾਸ ਉੱਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਿਆਂ ਵੱਖਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ 15 ਮਿੰਟ ਤੋਂ 30 ਮਿੰਟ ਦੀ ਰੇਂਜ ਵਿੱਚ ਹੈ।

ਕੀ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਵਿੱਚ COVID-19 ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ ਜੋ ਇਮਿਊਨੋਕੋਂਪਰੋਮਾਈਜ਼ਡ ਹਨ?

ਇਮਿਊਨੋਕੋਂਪਰੋਮਾਈਜ਼ਡ ਮਰੀਜ਼ਾਂ, ਜਾਂ ਕਮਜ਼ੋਰ ਇਮਿਊਨਿਟੀ ਵਾਲੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਨਾਲ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਅਤੇ COVID-19 ਨਾਲ ਮਰਨ ਦਾ ਖਤਰਾ ਵੱਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ, HIV ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਰਹੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਵਿਅਕਤੀ, ਉਹ ਲੋਕ ਜੋ ਟ੍ਰਾਂਸਪਲਾਂਟ ਪ੍ਰਾਪਤਕਰਤਾ ਹਨ, ਜਾਂ ਕੁਝ ਡਾਕਟਰੀ ਸਥਿਤੀਆਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਸਟੀਰੋਇਡ ਜਾਂ ਹੋਰ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਮਿਊਨੋਸਪ੍ਰੈਸ਼ਨ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਕੁਝ ਲਾਗਾਂ ਨਾਲ ਲੜਨ ਦੀ ਸਰੀਰ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਨਾਲ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਅਤੇ COVID-19 ਲਾਗਾਂ ਨਾਲ ਮਰਨ ਦੇ ਵਧੇ ਹੋਏ ਜੋਖਮ ਦੇ ਕਾਰਨ, ਇਮਿਊਨੋਕੋਂਪਰੋਮਾਈਜ਼ਡ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ COVID-19 ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਉਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਕਿਉਂਕਿ ਵਰਤਮਾਨ ਵਿੱਚ ਮਨਜ਼ੂਰ ਕੀਤੇ ਗਏ ਕਿਸੇ ਵੀ ਟੀਕੇ ਵਿੱਚ ਲਾਈਵ ਵਾਇਰਸ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਵੇਲੇ ਅਸਲ ਵਾਇਰਸ ਨਾਲ ਸੰਕਰਮਿਤ ਹੋਣ ਦਾ ਕੋਈ ਖਤਰਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

ਇਮਿਊਨੋਕੋਂਪਰੋਮਾਈਜ਼ਡ ਬਾਲਗਾਂ ਲਈ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨੂੰ ਸਪੱਸ਼ਟ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਜਾਗਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਇਤਿਹਾਸ ਦੀ ਪਰਵਾਹ ਕੀਤੇ ਬਗੈਰ ਕਈ ਖੁਰਾਕਾਂ ਲੈਣ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ NACI ਸਿਫਾਰਸ਼ਾਂ ਉੱਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਉਪਰ ਦੇਖੋ ਜੋ ਇਮਿਊਨੋਕੋਂਪਰੋਮਾਈਜ਼ਡ ਹਨ।

ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਇਹਨਾਂ ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ੀਲਤਾ ਉੱਤੇ ਨਵੀਨਤਮ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨਾ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਚੰਗਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਸਮੁੱਚੀ ਡਾਕਟਰੀ ਸਥਿਤੀ ਬਾਰੇ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਤਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਕੀ ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ (dementia) ਨਾਲ ਰਹਿ ਰਹੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ COVID-19 ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ?

ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਹੋਣ ਲਈ ਉਮਰ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਜੋਖਮ ਕਾਰਕ ਹੈ। ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਨਾਲ ਰਹਿ ਰਹੇ ਲੋਕ ਅਕਸਰ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਇੱਕ ਹੋਰ ਚਿਰਕਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਨਾਲ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ, ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਨਾਲ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਅਤੇ COVID-19 ਤੋਂ ਮਰਨ ਦੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜੋਖਮ ਵਿੱਚ ਦਿਖਾਏ ਗਏ ਹਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਨਾਲ ਗੁਸਤ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ COVID-19 ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਉੱਤੇ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਾਰੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਕੈਨੇਡੀਆਈਆਂ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਜਿਹੜੇ ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਨਾਲ ਗੁਸਤ ਹਨ, ਦੁਆਰਾ ਸਿਫਾਰਸ਼ੀ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਖੁਰਾਕਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਵਾਧੂ ਮਹੱਤਤਾ ਨੂੰ ਉਜਾਗਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਇਹੀ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ Public Health Agency of Canada, ਕੈਨੇਡਾ ਦੀਆਂ ਮੈਡੀਕਲ ਅਤੇ ਨਰਸਿੰਗ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨਾਂ, ਅਤੇ Alzheimer Society of Canada ਸਾਰੇ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਸਾਰੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਕੈਨੇਡੀਅਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ dementia ਨਾਲ ਰਹਿ ਰਹੇ ਲੋਕ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਸਿਫਾਰਸ਼ੀ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਖੁਰਾਕਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ।

ਕੁਝ ਚਿੰਤਾ ਹੈ ਕਿ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਕੁਝ ਸੀਮਿਤ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ, ਜਿਵੇਂ ਸਿਰ ਦਰਦ, ਮਾਂਸਪੇਸ਼ੀ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਥਕਾਵਟ, ਜੋੜਾਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਜਾਂ ਕੰਬਣੀ ਜੇ ਕੁਝ ਦਿਨ ਤੱਕ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਨਾਲ ਗੁਸਤ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਦੁਵਿਧਾ ਦੇ ਵਧਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਫਿਰ ਵੀ, ਇਹ ਬਾਅਦ-ਟੀਕਾਕਰਨ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਏਸਟਾਮੀਨੋਫਿਨ ਜਾਂ ਹੋਰ ਇਲਾਜਾਂ ਨਾਲ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਬੰਧਿਤ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਨਾਲ ਜੁੜ ਰਹੇ ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਦੇ ਲੱਖਾਂ ਬਜ਼ੁਰਗ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਹੁਣ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ COVID-19 ਟੀਕੇ ਮਿਲ ਗਏ ਹਨ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰੀ ਮਾਹਰ ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦੇ ਰਹੇ ਹਨ ਕਿ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਦੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਲਾਭ ਲਗਭਗ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਜੋਖਮ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਮੈਂ ਇੱਕ ਨਸਲੀ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦਾ ਮੈਂਬਰ ਹਾਂ ਅਤੇ COVID-19 ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ ਝਿਜਕ ਰਿਹਾ ਹਾਂ। ਮੈਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪਤਾ ਲੱਗੇਗਾ ਕਿ ਇਹ ਮੇਰੇ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ?

ਨਸਲੀ ਵਿਅਕਤੀਆਂ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਕਾਲੇ ਅਤੇ ਸਵਦੇਸ਼ੀ ਕੈਨੇਡੀਅਨਾਂ ਲਈ ਪ੍ਰਣਾਲੀਗਤ ਨਸਲਵਾਦ ਅਤੇ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਪ੍ਰਤੀ ਇਤਿਹਾਸਕ ਬੇਭਰੋਸਗੀ ਕਾਰਨ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ ਝਿਜਕਣਾ ਸਮਝਣ ਯੋਗ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਸਮਾਜਿਕ, ਆਰਥਿਕ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਅਸਮਾਨਤਾਵਾਂ ਕਾਰਨ ਰੰਗੀਨ ਕੈਨੇਡੀਅਨਾਂ ਨੂੰ COVID-19 ਨਾਲ ਅਸਧਾਰਨ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਅਤੇ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਵਾਇਰਸ ਤੋਂ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। NACI ਨੇ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਹੈ ਕਿ ਸਾਰੇ ਨਸਲੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਪਿਛੜੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਲੋਕ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ, ਇਹ ਪਹਿਚਾਣਦਿਆਂ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਜਨਸੰਖਿਆਵਾਂ ਦੁਆਰਾ ਅਸਮਾਨਤਾ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਜਾਰੀ ਹੈ।

ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, Pfizer-BioNTech ਅਤੇ Moderna ਨੇ ਕਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ੀਲਤਾ ਉਮਰ, ਜਾਤੀ, ਨਸਲ ਅਤੇ ਲਿੰਗ ਜਨਸੰਖਿਆ ਵਿੱਚ ਇਕਸਾਰ ਰਹੀ ਹੈ।

COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ 3 ਮਿੱਥਾਂ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰਨਾ

ਕੀ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਮੈਨੂੰ COVID-19 ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ?

COVID-19 ਟੀਕੇ ਜੋ ਇਸ ਸਮੇਂ ਕੈਨੇਡੀਅਨਾਂ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ COVID-19 ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਹੋਵੇਗਾ। ਸਾਰੇ ਟੀਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਰੈਸਿਪੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਸਦੀ ਵਰਤੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਸਰੀਰ ਗੈਰ-ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਸਪਾਈਕ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਦਾ ਇੱਕ ਛੋਟਾ ਜਿਹਾ ਟੁਕੜਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਅਸਲ COVID-19 ਵਾਇਰਸ 'ਤੇ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਦੇ ਸਮਾਨ ਹੈ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨ ਅਤੇ ਲੜਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।

COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਵਿੱਚ ਅਸਲ ਵਿੱਚ COVID-19 ਵਾਇਰਸ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਇਸ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਤੋਂ COVID-19 ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ। ਸਿੰਥੈਟਿਕ mRNA ਜੋ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਦਾ ਕੇਂਦਰੀ ਹੈ, ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਟੁੱਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

COVID-19 ਟੀਕਾ ਨਾਸੇਫੈਰੀਜੀਅਲ (nasal) PCR ਟੈਸਟ ਜਾਂ ਰੈਪਿਡ ਐਂਟੀਜਨ ਟੈਸਟ (Rapid Antigen Test, RAT) ਨੂੰ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਨਹੀਂ ਬਣਾਏਗਾ। ਜੇ RAT ਜਾਂ PCR ਟੈਸਟ 'ਤੇ COVID-19 ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਟੈਸਟ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ COVID-19 ਦੀ ਲਾਗ ਹੈ, ਜਿਸਦਾ ਟੀਕੇ ਨਾਲ ਕੋਈ ਸਬੰਧ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਮੈਂ ਸੁਣਿਆ ਹੈ ਕਿ ਵੈਕਸੀਨ ਵਿਚਲੀ ਸਮੱਗਰੀ ਨੁਕਸਾਨਦੇਹ ਹੈ। ਕੀ ਇਹ ਸੱਚ ਹੈ?

ਜਿਵੇਂ ਇਸ ਪਰਚੇ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲਾਂ ਨੋਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਦੋਵੇਂ Pfizer-BioNTech ਅਤੇ Moderna ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਆਮ ਵੈਕਸੀਨ ਤੱਤਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਚਰਬੀ, ਲੂਣ ਅਤੇ ਥੋੜੀ ਮਾਤਰਾ

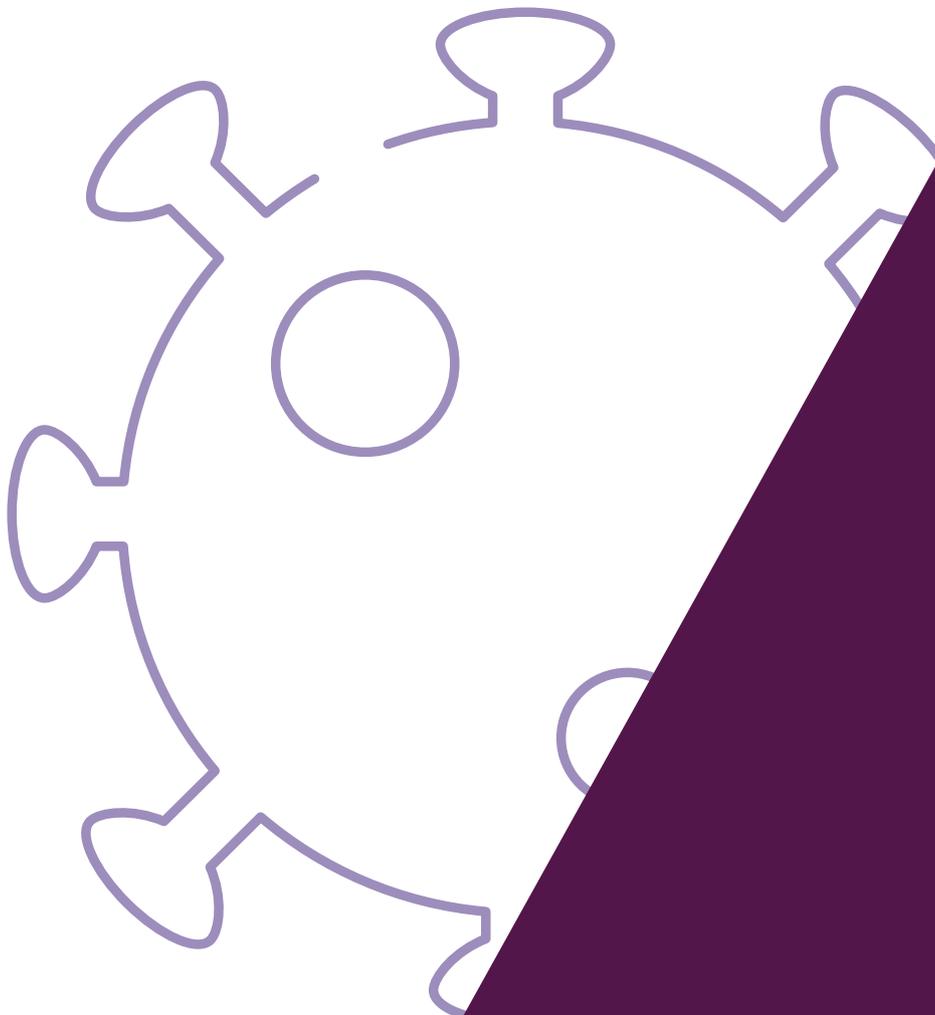
ਵਿੱਚ ਸ਼ੱਕਰ ਦੇ ਨਾਲ mRNA ਮੌਜੂਦ ਹੈ। ਟੀਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਲਾਈਵ ਵਾਇਰਸ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਸਾਡੇ DNA ਨਾਲ ਇੰਟਰੈਕਟ ਨਹੀਂ ਕਰਨਗੇ।

COVID-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਵਿੱਚ ਵੀ ਕੋਈ ਜੈਲੇਟਿਨ ਜਾਂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀ ਸਮੱਗਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ। Pfizer-BioNTech ਅਤੇ Moderna ਟੀਕੇ ਭਰੂਣ ਸੈੱਲ ਲਾਈਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਵਿਕਸਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਨ। ਇਹ ਨੋਟ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵੈਕਸੀਨ ਵਿੱਚ ਭਰੂਣ ਦੇ ਟਿਸ਼ੂ ਜਾਂ ਸੈੱਲ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਵਰਤਮਾਨ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਵਾਨਿਤ ਟੀਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਆਮ ਐਲਰਜੀਕ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਲੇਟੈਕਸ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਪ੍ਰੋਟੀਨ (ਉਦਾ., ਆਂਡੇ, ਗਲੂਟਨ, ਅਖਰੋਟ ਉਤਪਾਦ ਜਾਂ ਉਪ-ਉਤਪਾਦ) ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਟੀਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਧਾਤਾਂ, ਇੰਪਲਾਂਟ, ਮਾਈਕ੍ਰੋਚਿਪਸ ਜਾਂ ਟ੍ਰੈਕਿੰਗ ਉਪਕਰਨਾਂ ਵਰਗੀ ਕੋਈ ਸਮੱਗਰੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।

ਮੈਂ ਸੁਣਿਆ ਹੈ ਕਿ COVID-19 ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਮਾਇਓਕਾਰਡਿਟਿਸ/ਪੇਰੀਕਾਰਡਾਈਟਿਸ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੀ ਇਹ ਸੱਚ ਹੈ?

ਉਪਲਬਧ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਰਾਹੀਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਮਾਇਓਕਾਰਡਿਟਿਸ (ਦਿਲ ਦੀ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਦੀ ਸੋਜਸ਼ ਜਾਂ ਸੋਜ/ਲਾਲੀ) ਅਤੇ/ਜਾਂ ਪੇਰੀਕਾਰਡਾਈਟਿਸ (ਦਿਲ ਦੇ ਬਾਹਰ ਲੀਨਿੰਗ ਦੀ ਸੋਜਸ਼ ਜਾਂ ਸੋਜ/ਲਾਲੀ) ਹੋਣ ਦਾ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਜੋਖਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, 12 ਤੋਂ 29 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਮਰਦਾਂ ਵਿੱਚ ਕੇਸ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਾਰ ਹੋਏ ਹਨ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਦਾਖਿਲ ਹੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਕੰਜਰਵੇਟਿਵ ਥੈਰੇਪੀ ਪ੍ਰਤੀ ਵਧੀਆ ਜਵਾਬ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜਲਦੀ ਰਿਕਵਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੇ ਪਿਛਲੇ COVID-19 ਟੀਕੇ ਤੋਂ ਮਾਇਓਕਾਰਡਿਟਿਸ ਜਾਂ ਪੇਰੀਕਾਰਡਾਈਟਿਸ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕੀਤਾ ਸੀ, ਉਹ ਅਜੇ ਵੀ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਵਿਚਾਰ ਵਟਾਂਦਰੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇੱਕ ਹੋਰ ਖੁਰਾਕ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਹੋਰ ਖੁਰਾਕ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਇਸਨੂੰ **Comirnaty**® (Pfizer-BioNTech) ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ **Spikevax**® (Moderna) ਦੇ ਅਸਲ ਸੰਸਕਰਨ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ **Comirnaty**® (Pfizer-BioNTech) ਦੇ ਅਸਲ ਸੰਸਕਰਨ ਦੇ ਬਾਅਦ ਉਸ ਵਿੱਚ ਮਾਇਓਕਾਰਡਿਟਿਸ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਪੇਰੀਕਾਰਡਾਈਟਿਸ ਦੀਆਂ ਘੱਟ ਦਰਾਂ ਹਨ।



5 ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਯੋਗ ਹੋਰ ਪ੍ਰਸ਼ਨ

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਟੀਕਾ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ?

ਜੂਨ 2024 ਤੱਕ, 60 ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ 95% ਕੈਨੇਡੀਅਨਾਂ (ਅਲਬਰਟਾ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹੈ) ਨੂੰ COVID-19 ਟੀਕੇ ਦੀ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਇੱਕ ਖੁਰਾਕ ਮਿਲੀ ਹੈ।

ਹਾਲਾਂਕਿ, ਸਿਰਫ 10% ਬਜ਼ੁਰਗ ਕੈਨੇਡੀਅਨ (ਅਲਬਰਟਾ ਅਤੇ ਕਿਊਬਿਕ ਦੇ ਸਾਰੇ ਨਿਵਾਸੀ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਕੀਤੇ ਗਏ) ਆਪਣੇ ਸਿਫਾਰਸ਼ੀ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਅਪ ਟੂ ਡੇਟ ਸਨ।

ਇਹ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਬਜ਼ੁਰਗ ਲੋਕ ਸਭ ਤੋਂ ਹਾਲੀਆ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਨਹੀਂ ਸਨ ਜੋ ਉਪਲਬਧ ਕਰਵਾਏ ਜਾ ਚੁੱਕੇ ਸਨ। ਇਹ ਮੌਜੂਦਾ ਉਪਲਬਧ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਤੋਂ ਮੌਜੂਦਾ COVID-19 ਸਟ੍ਰੇਨ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਬਿਹਤਰ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਉਮੀਦ ਹੈ, ਅਤੇ ਲੱਛਣਾਂ ਅਤੇ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵਿੱਚ ਵੀ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨਗੇ ਜੋ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਆਖਰੀ ਟੀਕਾਕਰਨ ਜਾਂ ਲਾਗ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਘੱਟ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

COVID-19 ਟੀਕੇ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ ਮੈਂ ਕਿਹੜੇ ਸ੍ਰੋਤਾਂ ਉੱਤੇ ਭਰੋਸਾ ਕਰਾਂ? ਮੇਰਾ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ? ਖ਼ਬਰਾਂ?

ਪਿਛਲੇ ਕੁਝ ਸਾਲਾਂ ਦਰਮਿਆਨ, ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਕਈ COVID-19 ਟੀਕੇ ਸਬੰਧੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ। ਅੱਗੇ ਵੱਧਦਿਆਂ, ਇਹਨਾਂ ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਕਵਰੇਜ ਅਤੇ ਲਾਗਤਾਂ ਦੇ ਕਈ ਪੱਧਰ ਹੋਣਗੇ,

ਕਿਉਂਕਿ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਸੂਬੇ ਅਤੇ ਖੇਤਰ ਹੁਣ COVID-19 ਟੀਕੇ ਖਰੀਦਣ ਅਤੇ ਨਿਰਣਾ ਲੈਣ ਕਿ ਕੋਣ ਮੁਫਤ ਵਿੱਚ ਹਾਸਿਲ ਕਰੇਗਾ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਦਰੁੱਸਤ ਅਤੇ ਅਪ-ਟੂ-ਡੇਟ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਥਾਨਿਕ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਯੂਨਿਟ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਵੀ COVID-19 ਟੀਕਾਕਰਨ ਸਬੰਧੀ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਲਈ ਬੇਮਿਸਾਲ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਸ੍ਰੋਤਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਆਮ (ਜਿਵੇਂ ਨਿਊਜ਼ ਆਉਟਲੈੱਟ ਜਾਂ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਜਿਵੇਂ World Health Organization) ਨਾਲੋਂ ਤਰਜੀਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਖੇਤਰ-ਸਬੰਧਿਤ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਨਾ ਦੇਣ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਹੋਵੇ।

ਮੈਂ ਆਪਣੇ COVID-19 ਟੀਕਾਕਰਨ ਇਤਿਹਾਸ ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

ਇੱਥੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰੀਕੇ ਹਨ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ COVID-19 ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਆਨਲਾਈਨ ਵਿਧੀ ਵਿੱਚ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

1. ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਲਿੰਕ 'ਤੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ:
<https://www.canada.ca/en/public-health/services/diseases/coronavirus-disease-covid-19/vaccines/vaccine-proof.html>.
2. ਆਪਣੇ ਸੂਬੇ/ਖੇਤਰ ਦੇ ਬਾਕਸ 'ਤੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ।
3. ਅਧਿਕਾਰ ਖੇਤਰ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਣ ਲਈ ਗ੍ਰੀਨ ਬਾਕਸ 'ਤੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ।
4. ਟੀਕਾਕਰਨ ਦਾ ਆਪਣਾ COVID-19 ਸਬੂਤ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ।

ਟੈਲੀਫੋਨ ਵਿੱਚ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਹਦਾਇਤਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

5. ਆਪਣੇ ਮੁੱਢਲੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹਨਾਂ ਕੋਲ ਤੁਹਾਡੇ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
6. ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਹੋਰ ਤਰੀਕਿਆਂ ਵਾਸਤੇ ਪੁੱਛੋ।

ਕੀ ਸਾਨੂੰ ਹਰ ਸਾਲ ਟੀਕੇ ਦੀ ਖੁਰਾਕ ਲੈਣੀ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣੀ ਪਵੇਗੀ?

COVID-19 ਹਾਲੇ ਵੀ ਗੰਭੀਰ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਚਿੰਤਾ ਬਣਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਗੰਭੀਰ ਨਤੀਜਿਆਂ ਜਿਵੇਂ ਹਸਪਤਾਲ ਦਾਖਿਲ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਮੌਤਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹੋਰ ਸਾਹ ਸਬੰਧੀ ਵਾਇਰਸਾਂ (ਉਦਾਹਰਨਾਂ ਇੰਫਲੂਐਂਜ਼ਾ) ਦੇ ਉਲਟ, SARS-CoV-2 ਵਾਇਰਸ ਵਾਧੂ ਲਾਗ ਦੇ ਸਮਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਪੂਰਾ ਸਾਲ ਫੈਲਦਾ ਹੈ। NACI ਕੈਨੇਡੀਆਈਆਂ ਨੂੰ SARS-CoV-2 ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਜਾਰੀ ਸਰਕਿਊਲੇਸ਼ਨ ਅਤੇ ਨਵੇਂ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਉੱਤੇ ਅਧਾਰਿਤ ਹੋਰ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੇਗਾ।

ਹਾਲਾਂਕਿ, ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਫੈਸਲਿਆਂ ਦੀ ਉਡੀਕ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ੀ ਟੀਕੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ 'ਤੇ ਹੁਣੇ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਕੀ ਕੋਈ ਹੋਰ ਟੀਕੇ ਹਨ ਜੋ ਮੈਨੂੰ ਲਗਵਾਉਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ?

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਲਈ ਪੰਜ ਹੋਰ ਟੀਕਿਆਂ ਨੂੰ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

ਵੈਕਸੀਨ-ਰੋਕਥਾਮ ਯੋਗ ਬਿਮਾਰੀਆਂ	ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਖੁਰਾਕ(ਕਾਂ) ਦੀ ਮਿਆਦ
ਇੰਫਲੂਐਂਜ਼ਾ (ਫਲੂ)	ਹਰ ਸਾਲ ਇੱਕ ਖੁਰਾਕ
ਸਾਹ ਸਬੰਧੀ ਸਿੰਕਟੀਅਲ ਵਾਇਰਸ (RSV)	ਇੱਕ ਖੁਰਾਕ
ਨਿਊਮੋਕੋਕਲ ਬਿਮਾਰੀ (ਨਿਮੋਨੀਆ)	ਇੱਕ ਖੁਰਾਕ
ਸ਼ਿੰਗਲਸ	ਦੋ ਖੁਰਾਕਾਂ
ਟੈਟਸਨ ਅਤੇ ਡਿਫਥੇਰੀਆ	ਇਮਿਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਇਤਿਹਾਸ ਉੱਤੇ ਅਧਾਰਿਤ ਖੁਰਾਕਾਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੇ ਟੀਕੇ ਇੱਕੋ ਸਮੇਂ ਦਿੱਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੇ ਟੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਨਵੀਨਤਮ ਰਹਿਣ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਹੋਰ ਮਦਦਗਾਰ ਸ੍ਰੋਤ

- **ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਬਿਮਾਰੀ (COVID-19) (Public Health Agency of Canada)**
SARS-CoV-2 ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਮੌਜੂਦਾ ਸਰਕਿਊਲੇਸ਼ਨ, COVID-19 ਰੋਕਥਾਮ ਅਤੇ ਪ੍ਰਬੰਧਨ, ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਸਮੇਤ ਖਾਸ ਸਮੂਹਾਂ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉੱਤੇ ਕਈ ਰਾਸ਼ਟਰ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਸ੍ਰੋਤਾਂ ਦੇ ਲਿੰਕ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ।
- **ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਲਈ ਵੈਕਸੀਨ ਦਾ ਗਾਈਡ ਪਰਚਾ (National Institute on Ageing)**
ਵੈਕਸੀਨ-ਰੋਕੂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ, ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਵੈਕਸੀਨ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ਾਂ, ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਲਈ ਲਾਗਤਾਂ ਅਤੇ ਉਪਲਬਧਤਾ ਉੱਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।
- **ਸੂਬਾਈ/ਖੇਤਰੀ ਵੈਕਸੀਨ ਵਨ-ਪੇਜਰ (National Institute on Ageing)**
ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਵੈਕਸੀਨ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ਾਂ ਉੱਤੇ ਇੱਕ-ਸਫੇ ਦਾ ਸਾਰਾਂਸ਼, ਜਿਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹਰੇਕ ਕੈਨੇਡੀਆਈ ਸੂਬੇ ਅਤੇ ਖੇਤਰ ਲਈ ਵੈਕਸੀਨ ਕਵਰੇਜ ਅਤੇ ਸ੍ਰੋਤ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

NIA ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ www.NIAgeing.ca
'ਤੇ ਸਾਡੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ ਅਤੇ Twitter 'ਤੇ ਸਾਨੂੰ
ਫਾਲੋ ਕਰੋ @NIAgeing