

জনসন অ্যান্ড জনসন ভ্যাকসিন গ্রহণ

যেহেতু COVID-19 ভ্যাকসিনটি নতুন, তাই ভ্যাকসিন নেয়ার আগে, নেয়ার সময় ও নেয়ার পরে কী হবে সেই সম্পর্কে আপনার প্রশ্ন থাকতে পারে। আপনার আরো প্রশ্ন থাকলে, আরো জানতে এই প্রচারপত্রটি ব্যবহার করুন এবং CHN ডাক্তার বা নার্সের সঙ্গে কথা বলুন।

কী প্রত্যাশা করবেন:

আপনার ভ্যাকসিন নেয়ার আগে:

- আপনাকে এখনই COVID-19 ভ্যাকসিন নেয়ার পরামর্শ দেওয়া হচ্ছে কিনা সেই বিষয়ে CHN ডাক্তার বা নার্সের সঙ্গে কথা বলুন।
- ভ্যাকসিন সম্পর্কে আপনার প্রশ্ন থাকলে, অনুগ্রহ করে তা আমাদের জানান! আমরা আপনার সাহায্যের জন্যই আছি।



আপনার ভ্যাকসিন নেয়ার সময়:

- একজন CHN ডাক্তার বা নার্স আপনাকে:
 - একটি প্রচারপত্র দেবে, যেখানে কোন COVID-19 ভ্যাকসিন আপনি নিচ্ছেন তা সম্পর্কে তথ্য থাকবে।
 - একটি সম্মতি পত্র দেবে। এই ফরমে আপনি যে তথ্য প্রদান করবেন, যেমন- বয়স ও জন্ম তারিখ, তা NYC স্বাস্থ্য বিভাগের (NYC Department of Health) শহরব্যাপী ইমিউনাইজেশন রেজিস্ট্রিতে দেয়া হবে।
- আপনার হাতের উপরের দিকে একটি শট দেয়া হবে।

আপনার ভ্যাকসিন নেয়ার পর:

- ভ্যাকসিন বাস্তুবে কেমন কাজ করে তা সম্পর্কে আমরা যা জেনেছি সেই হিসেবে এগুলো করে আপনাকে নিজেকে ও অন্যদেরকে COVID-19 থেকে সুরক্ষিত রাখা গুরুত্বপূর্ণ:
 - জনবহুল স্থানে আপনার নাক ও মুখ ঢাকা থাকে এমন মাস্ক পরা।
 - অন্যদের থেকে অন্তত 6 ফুট দূরে থাকা।
 - ঘনঘন আপনার হাত ধোয়া।
 - ভীড় এড়িয়ে চলা।

ভ্যাকসিন থেকে কি কোনো পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া হয়?

- ভ্যাকসিন নেয়ার পর আপনার কিছু পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া দেখা দিতে পারে। আপনার শরীর COVID-19 এর বিরুদ্ধে সুরক্ষা তৈরি করছে এই উপসর্গগুলি সেগুলির লক্ষণ। আপনার হয়তো ক্লু হয়েছে এমন মনে হতে পারে, কিন্তু কয়েক দিনের মধ্যেই পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া সেরে যাবে।



সাধারণ পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া:

- শট গ্রহণের স্থানে ব্যথা, লাল হয়ে যাওয়া বা ফুলে যাওয়া
- মাথা ব্যথা
- খুব ক্লান্ত অনুভব করা
- পেশিতে ব্যথা
- জ্বর
- বমি বমি ভাব

*গুরুতর অ্যালার্জিকজনিত প্রতিক্রিয়ার লক্ষণসমূহ:

- শ্বাসকষ্ট
- মুখ বা গলা ফুলে যাওয়া
- হৃদস্পন্দন বেড়ে যাওয়া
- সারা শরীরে বাজে ফুসকুড়ি
- মাথা ঘোরা
- দুর্বলতা

*ভ্যাকসিনটির কারণে গুরুতর অ্যালার্জিকজনিত প্রতিক্রিয়ার সামান্য সম্ভাবনা রয়েছে। এই প্রতিক্রিয়াগুলো ভ্যাকসিন গ্রহণের কয়েক মিনিট পর থেকে এক ঘণ্টার মধ্যে দেখা দিতে পারে। এ কারণে, একজন CHN ডাক্তার বা নার্স আপনাকে ভ্যাকসিন গ্রহণের পর কিছু সময়ের জন্য সেন্টারে থাকতে বলতে পারেন যাতে আপনার মধ্যে কোনো প্রতিক্রিয়া দেখা দেয় কিনা তা নিশ্চিত করা যায়।

জরুরি সুরক্ষা তথ্য: জনসন অ্যান্ড জনসন (Johnson & Johnson) ভ্যাকসিনের পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া হিসেবে এক ধরনের খুবই বিরল ও গুরুতর রক্ত জমাট বাঁধা সমস্যার সাথে সম্ভাব্য যোগসূত্র পাওয়া গেছে। ভ্যাকসিন গ্রহণের 3 সপ্তাহ পরে নিচের যেকোনো এক বা একাধিক উপসর্গ দেখা দিলে চিকিৎসা সেবা নিন:

- গুরুতর বা একটানা মাথা ব্যথা (যা সারে না), ঝাপসা দৃষ্টি, নিঃশ্বাসের স্বল্পতা, বুকো ব্যথা, পা ফোলা, পেটে ব্যথা এবং শট গ্রহণের স্থান ছাড়া অন্যান্য স্থানে চামড়ার নিচে কালশিটে বা ছোট ছোট জমাট রক্তের দাগ।

আমার পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া হলে কার সঙ্গে যোগাযোগ করব?

- ভ্যাকসিন নেয়ার পর কোনো পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া দেখা দিলে CHN ডাক্তার বা নার্সের সঙ্গে কথা বলুন।
- রোগ নিয়ন্ত্রণ ও প্রতিরোধ কেন্দ্র (CDC) ভ্যাকসিন নেয়ার পর পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া ও আপনার অভিজ্ঞতা সংক্রান্ত অন্য তথ্য সম্পর্কে জানানোর ব্যবস্থা করেছে। এই ব্যবস্থা আসলে তাদেরকে এই ভ্যাকসিনের নিরাপত্তা দেখতে সাহায্য করবে।

V-safe হলো একটি টুল, যা পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া জানানোর জন্য আপনার স্মার্টফোনে ব্যবহার করা যেতে পারে।

- V-safe এ সাইন আপ করার পর, এতে আপনার ফোন নম্বর দিতে বলা হবে। ভ্যাকসিন নেয়ার পর আপনি কেমন আছেন তা দেখার জন্য যাতে আপনি হেলথ চেক-ইন সহ বার্তা পান তার জন্য এটি করা হয়েছে। V-safe এ আপনার প্রদত্ত প্রতিটি ব্যক্তিগত তথ্য সুরক্ষিত থাকবে।
- **V-safe** একটি ঐচ্ছিক টুল। সাইন আপ করবেন কি না তা আপনি ঠিক করবেন। যদি আপনি V-Safe ব্যবহার করতে না চান, তাহলে ভ্যাকসিন নেয়ার পর আপনার মারাত্মক পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া দেখা দিলে অবিলম্বে CHN ডাক্তার বা নার্সকে জানান।
- পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া জানাতে রোগী ও প্রদানকারীরাও ভ্যাকসিন এডভার্স ইভেন্ট রিপোর্টিং সিস্টেম (**VAERS**) ব্যবহার করতে পারেন। vaers.hhs.gov/reportevent.html এ আরো জানুন



আরো জানতে
www.cdc.gov/vsafe
দেখুন অথবা স্মার্টফোনে QR কোড
ব্যবহার করুন।