

आपका न्यूकैसल कोविड-१९ टीकाकरण गाइड

भाषा: अंग्रेज़ी

टीका लगवाना अपनी
और अपने समुदाय की
सुरक्षा का सबसे अच्छा
तरीका है



कोविड-१९ वैक्सीन कौन प्राप्त कर सकता है?

यदि आप १८ वर्ष या उससे अधिक आयु के हैं तो आप कोविड-१९ वैक्सीन प्राप्त कर सकते हैं।

जब आप वैक्सीन प्राप्त करने में सक्षम होंगे, तो एन एच एस या न्यूकैसल सिटी काउंसिल की वेलफेयर एंड वेलबीइंग टीम द्वारा आपसे संपर्क किया जाएगा, बुक करने के तरीके के विवरण के साथ।

यदि आपसे संपर्क नहीं किया गया है और आप एक योग्य समूह में हैं तो आप www.nhs.uk/CovidVaccine पर जाकर अपनी नियुक्तियां ऑनलाइन बुक कर सकते हैं या बुक करने के लिए ११९ पर कॉल कर सकते हैं।

यह जानने के लिए कि क्या आप पात्र हैं, www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/coronavirus-vaccination/who-can-get-the-vaccine/ पर जाएं

यदि आपको अपनी वैक्सीन अपॉइंटमेंट बुकिंग में सहायता की आवश्यकता है तो हमारी कल्याण और भलाई टीम मदद कर सकती है, ०८०० १७० ७००१ (यह एक निःशुल्क फोन नंबर है)



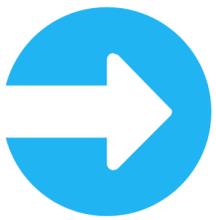
वैक्सीन आउटरीच बस में आपका जैब प्राप्त करने के लिए आपको स्थानीय सामुदायिक चैंपियन द्वारा भी संपर्क किया जा सकता है या हमारी कल्याण और भलाई टीम से एक टेक्स्ट संदेश/कॉल प्राप्त हो सकता है। ड्रॉप-इन अवसर भी उपलब्ध हो सकते हैं

अपनी कोविड-१९ टीकाकरण की नियुक्ति कैसे बुक करें

यदि आप पात्र हैं, तो न्यूकैसल में कोविड-१९ वैक्सीन प्राप्त करने के तीन तरीके हैं:

- टीकाकरण केंद्र या फार्मसी में अपॉइंटमेंट के लिए अभी ऑनलाइन बुक करें, या ११९ पर कॉल करें
- अपने जी-पी सर्जरी द्वारा संपर्क या आमंत्रित किए जाने की प्रतीक्षा करें और अपने स्थानीय जी पी वैक्सीन केंद्र पर अपनी नियुक्तियों को बुक करें
- एन-एच-एस कर्मचारियों के साथ हमारी वैक्सीन आउटरीच बस टीकाकरण देने वाले स्थानीय क्षेत्रों का दौरा कर रही है। आपको बस के लिए अपॉइंटमेंट की पेशकश की जा सकती है लेकिन ड्रॉप-इन के अवसर भी उपलब्ध होंगे।

वर्तमान में उपलब्ध टीके २ खुराक में दिए जाते हैं। आपके पास आमतौर पर पहली खुराक के ८ से १२ सप्ताह बाद दूसरी खुराक होती है। पूरी तरह से टीकाकरण के लिए दोनों खुराक का होना बहुत जरूरी है। यदि आप अपनी नियुक्तियों को ऑनलाइन बुक करते हैं, तो आप आवश्यकता पड़ने पर उन्हें देख सकते हैं, रद्द कर सकते हैं या फिर से बुक कर सकते हैं।



अपनी कोविड-१९ टीकाकरण नियुक्ति ऑनलाइन बुक करें या प्रबंधित करें: www.nhs.uk/CovidVaccine या ११९ पर कॉल करें

यदि आप ऑनलाइन बुकिंग करते हैं, तो आपको एक ही समय में दोनों खुराक के लिए अपॉइंटमेंट बुक करने की आवश्यकता होगी अन्यथा आपको अपनी पहली खुराक मिलने की संभावना नहीं है। आप अपनी नियुक्तियों को देखने, रद्द करने और फिर से बुक करने के लिए अपनी कोविड-१९ टीकाकरण नियुक्तियों का प्रबंधन कर सकते हैं।

यदि आपकी जी-पी सर्जरी के माध्यम से आपकी पहली खुराक है, तो आपकी दूसरी खुराक बुक करने का समय आने पर आपसे संपर्क किया जाएगा।

याद रखें - यदि आप अपनी दूसरी खुराक ऑनलाइन बुक करते हैं तो आप हमेशा अपॉइंटमेंट को और अधिक सुविधाजनक में बदल सकते हैं। यह महत्वपूर्ण है कि आप अपनी पहली खुराक बुक कर लें।

कोविड-१९ टीकों के प्रकार

वर्तमान में यू-के में उपयोग के लिए स्वीकृत कोविड-१९ टीके हैं:

- फाइजर/बायोएनटेक वैक्सीन
- ऑक्सफोर्ड/एस्ट्राजेनेका वैक्सीन
- मोडर्ना वैक्सीन

क्या मैं चुन सकता हूँ कि मेरे पास कौन सा टीका है?

आप आमतौर पर यह नहीं चुन सकते कि आपके पास कौन सा टीका है। आपकी उम्र और चिकित्सा इतिहास के आधार पर आपको आपके लिए सर्वोत्तम टीकाकरण की पेशकश की जाएगी।

आपको केवल एक विशिष्ट टीका की पेशकश की जाएगी यदि आप या तो:

- गर्भवती
- ४० वर्ष से कम आयु के हैं और ऐसी कोई स्वास्थ्य स्थिति नहीं है जो आपके कोविड-१९ से गंभीर रूप से बीमार होने के जोखिम को बढ़ाती है

यदि यह आप पर लागू होता है, तो आपको केवल फाइजर/बायोएनटेक या मोडर्ना वैक्सीन के लिए अपॉइंटमेंट दिखाए जाएंगे जब आप अपना कोविड-१९ टीकाकरण बुक करेंगे।

यदि आप अपनी जी-पी सर्जरी के माध्यम से बुक करते हैं, तो उन्हें बताएं कि क्या आप गर्भवती हैं या ४० वर्ष से कम हैं।

आपको दोनों खुराकों के लिए एक ही टीका लगवाना चाहिए, जब तक कि आपकी पहली खुराक के बाद आपको गंभीर दुष्प्रभाव (जैसे गंभीर एलर्जी प्रतिक्रिया) न हों।

कोविड -१९ टीके कितनी अच्छी तरह काम करते हैं?

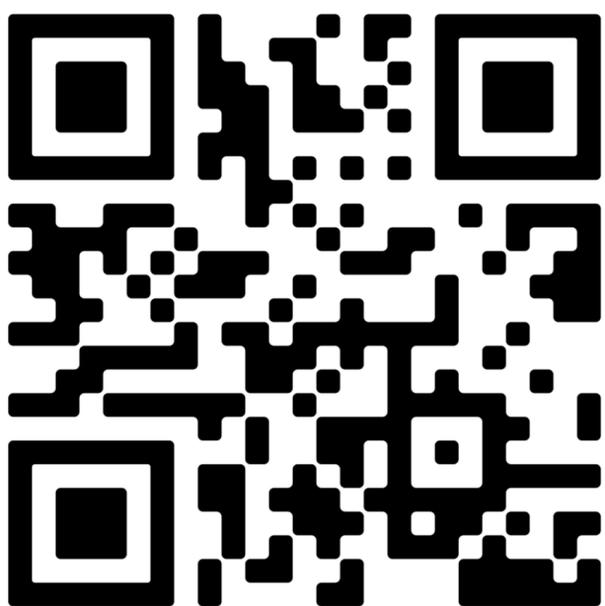
कोई भी व्यक्ति जिसे कोविड-१९ हो जाता है, वह गंभीर रूप से बीमार हो सकता है या दीर्घकालिक प्रभाव (दीर्घकालिक कोविड) हो सकता है। कोविड-१९ के टीके खुद को और दूसरों को बचाने का सबसे अच्छा तरीका है।

अनुसंधान ने टीकों को दिखाया है:

- गंभीर रूप से बीमार होने या कोविड-१९ से मरने के अपने जोखिम को महत्वपूर्ण रूप से कम करें
- कोविड-१९ के लक्षण प्राप्त करने के अपने जोखिम को कम करें
- कोविड-१९ चपेट में आने और फैलाने के आपके जोखिम को कम करने में मदद करेगा

पहली खुराक लेने के ३ या ४ सप्ताह बाद से आपको अच्छी बचाव मिलनी चाहिए। मजबूत और लंबे समय तक चलने वाली बचाव के लिए आपको २ खुराक की आवश्यकता है।

आपके गंभीर रूप से बीमार होने की संभावना बहुत कम है और यदि आपको टीका लगाया जाता है तो आपके कोई लक्षण नहीं हो सकते हैं। इसका मतलब है कि आप सुरक्षित हैं लेकिन अनजाने में इसे परिवार के किसी सदस्य, मित्र या सहकर्मी तक फैला सकते हैं।



कोविड-१९ टीकों में क्या है और वे कैसे काम करते हैं, यह बताते हुए NHS YouTube वीडियो देखने के लिए QR कोड को स्कैन करें

कोविड-१९ टीके की सुरक्षा और दुष्प्रभाव

यू-के में उपयोग के लिए स्वीकृत कोविड-१९ टीकों ने सुरक्षा, गुणवत्ता और प्रभावशीलता के सख्त मानकों को पूरा किया है।

वे कुछ दुष्प्रभाव पैदा कर सकते हैं, लेकिन हर कोई इससे प्रभावित नहीं होता है।

कोई भी दुष्प्रभाव आमतौर पर हल्के होते हैं और एक सप्ताह से अधिक समय तक नहीं रहना चाहिए, जैसे:

- इंजेक्शन से हाथ में दर्द
- थकान महसूस होना
- सिरदर्द
- दर्द महसूस करना
- बीमार महसूस होना या बीमार होना

अधिक गंभीर दुष्प्रभाव बहुत दुर्लभ हैं।

गर्भावस्था, स्तनपान और प्रजनन क्षमता

आपके कोविड-१९ वैक्सीन मिल सकती है यदि:

- आप गर्भवती हैं या आपको लगता है कि आप हैं
- स्तनपान करा रही हैं
- आप एक बच्चे के लिए कोशिश कर रही हैं

वैक्सीन से आपको या आपके बच्चे को कोविड-१९ नहीं हो सकता है।

इस बात का कोई प्रमाण नहीं है कि कोविड-१९ टीकों का आपके गर्भवती होने की संभावना पर कोई प्रभाव पड़ता है। टीकाकरण के बाद गर्भधारण से बचने की कोई जरूरत नहीं है।



गर्भावस्था और प्रजनन क्षमता के लिए कोविड-१९ वैक्सीन गाइड पर एक सार्वजनिक स्वास्थ्य वीडियो देखने के लिए क्यू-आर कोड को स्कैन करें

कोविड-१९ टीकों में क्या है?

कोविड-१९ टीकों में अंडा या पशु उत्पाद नहीं होते हैं।

ऑक्सफ़ोर्ड/एस्ट्राजेनेका वैक्सीन में अल्कोहल की थोड़ी मात्रा होती है, लेकिन यह ब्रेड जैसे कुछ रोज़मर्रा के खाद्य पदार्थों की तुलना में कम है।

टीके सभी धर्मों के लोगों के लिए उपयुक्त हैं।

कैथोलिक चर्च ने कहा है कि टीके स्वीकार्य हैं और नैतिक रूप से उचित हो सकते हैं।

ब्रिटिश सिख समुदाय वैक्सीन का समर्थन करता है।

हिंदू परिषद सक्रिय रूप से समुदाय के सदस्यों को टीका लेने के लिए प्रोत्साहित करती है।

चर्च ऑफ इंग्लैंड का कहना है कि सभी टीकों का उपयोग स्पष्ट विवेक के साथ किया जा सकता है।

ब्रिटिश इस्लामिक मेडिकल एसोसिएशन ने वैक्सीन की सभी किस्मों पर विचार किया है और सिफारिश की है कि मुसलमानों के पास वैक्सीन हो। ब्रिटेन की मुस्लिम काउंसिल ने पुष्टि की है कि वैक्सीन की सभी किस्में हलाल हैं।

यू-के में यहूदी डॉक्टरों ने इस बात की पुष्टि करने के लिए एक पत्र पर हस्ताक्षर किए हैं कि टीकों में ऐसी कोई सामग्री नहीं है जो कोषर नहीं है। रूढ़िवादी यहूदी समूहों ने भी अपने सदस्यों को टीकाकरण के लिए प्रोत्साहित किया है।

अपने कल्याण और भलाई की देखभाल

न्यूकैसल सिटी काउंसिल की वेलफेयर एंड वेलबीइंग टीम आपके साथ है यदि आप आत्म-पृथक हैं, चिकित्सकीय रूप से बेहद कमजोर हैं और सलाह की आवश्यकता है, अपनी टीकाकरण नियुक्ति की बुकिंग में मदद चाहिए या बस यह महसूस करते हैं कि आप कुछ अतिरिक्त मदद लेकर कर सकते हैं।

टीम आपसे बात कर सकती है कि कितने समय के लिए अलग रहना है, और यदि आप चिकित्सकीय रूप से बेहद कमजोर हैं की आप क्या कर सकते हैं और क्या नहीं। वे आपकी खरीदारी करने के लिए एक स्वयंसेवक के साथ आपका मिलान कर सकते हैं, आपके कुत्ते को टहला सकते हैं, या यह जांचने के लिए आपको फ़ोन कर सकते हैं कि आप ठीक हैं।

टीम आपको खाद्य बैंकों से साइनपोस्ट कर सकती है जो आपको मुफ्त या कम लागत वाले भोजन में मदद कर सकते हैं, और आपात स्थिति में, एक खाद्य पार्सल प्रदान करने में सक्षम हो सकते हैं। वे आपको परिषद की वित्त टीमों के पास भी भेज सकते हैं जो ऋण, बजट, लाभ और अन्य वित्तीय मुद्दों के बारे में सलाह और सहायता प्रदान कर सकती हैं।

वेलफेयर एंड वेलबीइंग टीम से संपर्क करें

सहायता प्राप्त करने के लिए, कृपया इस ऑनलाइन फॉर्म को पूरा करें या www.newcastle.gov.uk/welfare पर जाएं

वैकल्पिक रूप से, ०८०० १७० ७००१ पर कॉल करें और कोई आपकी ओर से फ़ॉर्म को पूरा कर सकता है।