



接種疫苗可拯救生命
Vaccination saves lives



即使接種了一劑或者兩劑疫苗，您仍需按規定遵循其他保護措施

新冠病毒 疫苗接種

成人指南

2021年5月修訂 - Chinese simplified



GIG
CYMRU
NHS
WALES



DIOGELU CYMRU
KEEP WALES SAFE

目錄

	什麼是新冠肺炎或新冠病毒？	3
	我為什麼要接種新冠病毒疫苗？	3
	疫苗安全嗎？	4
	疫苗開發得這麼快，我們能相信它是安全的嗎？	5
	疫苗能保護我嗎？	5
	我有資格接種新冠病毒疫苗嗎？	6
	我懷孕了，能接種疫苗嗎？	6
	如果我在哺乳，我可以接種疫苗嗎？	7
	疫苗會影響我的生育能力嗎？	7
	哪些人不能接種疫苗？	7
	疫苗有副作用嗎？	8
	我是否會從疫苗中感染新冠病毒？	10
	我需要做什麼？	10
	如果我在下次預約那天身體不適，我該怎麼辦？	10
	如果我已經接種了疫苗，我還需要遵守規定嗎？	11
	更多資訊	12

什麼是新冠肺炎或新冠病毒？

新冠肺炎是由一種叫做 SARS-CoV-2 的新型冠狀病毒引起的疾病。首次發現這種病毒是在2019年的年底。它具有很強的傳染性，可導致嚴重的呼吸系統疾病。許多被感染的人可能沒有任何癥狀或只有輕微的癥狀。這些症狀通常從咳嗽、發燒、頭痛和失去味覺或嗅覺開始。

有些人會感到很疲乏，也會有肌肉酸痛、喉嚨痛、腹瀉、嘔吐、發燒或神志不清的症狀。然而，也有少數人的病情要嚴重得多，可能需要住院或接受重症監護。

總體而言，在100名的感染者中，死於新冠肺炎的人數接近1人。嚴重的病情在兒童中很少見，但這種風險隨著年齡的增長而增加。例如，40-49歲人群死於新冠肺炎的平均風險是30-39歲年齡組的三倍，是20-29歲年齡組的12倍。目前沒有治癒新冠肺炎的方法，不過有些治療可以降低併發症的風險。

我為什麼要接種新冠病毒疫苗？

健康的成年人有患新冠肺炎併發症的風險，老年人或有一定基礎病的人患併發症的風險更高。約15%的年輕人，包括20多歲的年輕人，在感染後可出現持續數月的症狀（即所謂的“長新冠”）。接種新冠疫苗可保護大多數人免受嚴重新冠肺炎併發症的侵害。

我們都希望恢復正常的生活，疫苗接種計畫是朝著這個方向邁出的一大步。威爾士的很多人也認識到了這一點：2021年的一項調查顯示，大約**80%**年輕人表示他們會接種疫苗。

在疫苗接種方案的第一部分中對疫苗的接受率很高。

如果您想將來出國旅行，有些國家可能會要求您證明您已經接種了疫苗。其他一些國家的新冠肺炎的感染率比較高。

疫苗為我們控制這場流行病提供了希望，但我們需要盡可能多的人接種疫苗，以便有效控制疫情。每一支疫苗的接種都很重要，包括您自己的。



接種疫苗快捷、方便、安全

疫苗安全嗎？

在英國，將使用幾種不同類型的新冠病毒疫苗。每種疫苗都在幾個不同的國家對數以萬計的人進行了測試。其安全性和有效性已由藥品和醫療保健產品監管局（MHRA）仔細評估，然後才獲得授權使用。

在英國，超過3400萬人接種了疫苗，這已經防止了許多病例的發生，也防止了1萬多人死於新冠。MHRA 根據醫療保健專業人員和公眾報告的所有副作用，不斷審查使用中的疫苗的安全性。

最近有報導稱，阿斯利康疫苗接種後出現血栓和異常出血，這種情況極為罕見，此事目前正在仔細調查中。由於新冠肺炎的併發症和死亡的風險很高，MHRA、世界衛生組織和歐洲藥品管理局得出的結論是，在權衡了風險和益處之後，還是應該接種疫苗。

有關新冠病毒疫苗接種的益處和風險以及出現血栓的更多資訊，請參閱：

phw.nhs.wales/patientinfo

疫苗開發得這麼快，我們能相信它是安全的嗎？

需要研究和臨床試驗來確保疫苗有效且安全，這需要時間，但為研究獲得資金和批准往往要花費大量的時間。有很多事情有助於加快這一進程：

- 英國政府資助了對新冠病毒疫苗開發的臨床試驗，以使其迅速啟動和運行
- MHRA加快了他們的審批程式——像過去需要幾個月時間的行政文書工作，現在幾天內就完成了
- 試驗的不同部分同時運行
- 新的技術加速了大量疫苗的製造。

為確保疫苗的有效和安全，我們仍採取了所有的措施。在疫苗開始使用後，MHRA對其安全性繼續調研，並對所有報告的不良事件進行審查。

疫苗能保護我嗎？

所有經批准的疫苗都非常有效地保護人們免遭新冠肺炎的侵害。研究表明，一劑疫苗的高水準的短期保護作用在兩到三周後形成，但對於大多數疫苗來說，需要第二劑才會有長期保護作用。像所有藥物一樣，沒有一種疫苗是100%有效的——有些人儘管接種了疫苗，但仍有可能感染，但症狀應該不會那麼嚴重。

我有資格接種新冠病毒疫苗嗎？

現在，第一批和50歲以上的人已經接種了疫苗，JCVI建議，接下來所有18至49歲的成年人應按年齡組接種疫苗：

- 40-49歲
- 30-39歲
- 18-29歲（接種疫苗當天18歲）

當輪到您接種疫苗時，我們將與您聯繫。

我懷孕了，能接種疫苗嗎？

是的，如果您懷孕了，您應該考慮接種疫苗。在您前往接種之前，我們鼓勵您先閱讀皇家婦產科學會的幫助您做決定的連接：www.rcog.org.uk/covid-vaccine。這一援助資訊可以幫助您做出明智的決定。如果您還有別的問題，請與您的助產士或全科醫生交談。

我們知道，有許多疫苗可以在孕期安全接種，但新冠病毒疫苗尚未在懷孕期間測試過。在美國，超過90,000名孕婦接種了輝瑞和莫德納疫苗，沒有發現安全問題。因此，對於孕婦來說，使用這些疫苗更為合適。

還有一個單獨的宣傳冊：《**接種新冠病毒疫苗：針對所有計劃懷孕、已經懷孕或在哺乳的婦女的指南**》

在接種新冠病毒疫苗後，您不需要特意避免懷孕。

如果我在哺乳，我可以 接種疫苗嗎？

母乳餵養的好處是眾所周知的，新冠病毒疫苗在母乳餵養時並不具有風險。世界衛生組織（WHO）和JCVI建議，疫苗可以提供給哺乳期的婦女。但是，我們沒有太多關於婦女在哺乳期時使用新冠病毒疫苗的安全資料。如果您正在哺乳，或計畫哺乳，在接種疫苗後您可以繼續哺乳。

疫苗會影響我的生育 能力嗎？

不會的，沒有證據表明新冠病毒疫苗會影響生育能力。

哪些人不能接種疫苗？

有極少數的人不能接種某些新冠病毒疫苗。這包括對該疫苗的任何成分，或者在之前接種該種疫苗的時候，有嚴重過敏反應的人，或者患有某些罕見的血液疾病的人。這些人可接種替代疫苗。

如果您目前發燒不適，或在過去28天內新冠病毒測試結果為陽性，您應該預訂以後的時間接種。

疫苗有副作用嗎？

像所有藥物一樣，疫苗可以引起副作用。這是因為疫苗通過觸發免疫系統的反應來起作用。大部分副作用並不嚴重，只持續幾天，而且不是每個人都有。

即使您在第一次接種後有症狀，您也應該完成第二次接種。

第一天或第二天常見的副作用包括：

- 在接種疫苗後幾天內，手臂有疼痛、發沉和觸痛的感覺；
- 感覺疲倦；
- 頭痛；
- 普通疼痛、發冷，或類似流感的症狀。

在接種疫苗後的兩到三天內可能會出現輕度發燒，高燒的情況並不多見，若出現則可能表明您感染了新冠病毒或有其他感染。您可以服用撲熱息痛（按照包裝上建議的劑量和間隔時間），並適當休息，以幫助您恢復正常。不要服用超過建議的劑量。

一個罕見的副作用是在您接種疫苗的同一側的腋窩或頸部出現腺體腫大。這種症狀可以持續大約10天，但如果持續的時間過長，告訴您的醫生。

接種疫苗后的常見副作用通常持續不到一周。如果您的症狀似乎變得更糟，或者您有些擔心，請查看：111.wales.nhs.uk 線上資訊，如有必要，請致電111給威爾士NHS，或者您的全科醫生診所。如果您的地區沒有111，請致電 **0845 46 47**。呼叫威爾士NHS的111號碼，無論使用固定電話還是手機都是免費的。撥打**0845 46 47**的費用為每分鐘2便士，外加電話供應商通常的使用費。



如果您在接種疫苗后 4 天至 4 周內遇到以下任何情況，您應該緊急尋求醫療建議。

- ◆ 一種新的劇烈的頭痛，普通的止痛藥不起作用，或者病情惡化
- ◆ 躺下或彎腰時，異常的頭痛似乎會更嚴重，也可能伴有以下情況：
 - 視力模糊、噁心和嘔吐
 - 說話困難
 - 虛弱、嗜睡或出現癲癇症狀
- ◆ 新的，無法解釋的針頭大小淤青點或出血
- ◆ 呼吸急促、胸痛、腿部腫脹或持續腹痛

如果您在第一次接種疫苗後出現上述任何症狀，您應該在接種第二劑疫苗之前諮詢您的醫生或專家。

在向醫生或護士尋求建議時，務必告訴他們您的疫苗接種情況（如果可能，請向他們出示您的疫苗接種卡），以便他們能對您的情況進行正確的評估。

您也可以通過“黃卡”計劃報告任何副作用（參見“更多資訊”）。

我是否會從疫苗中感染新冠病毒？

您不會從疫苗中感染新冠病毒。但您有可能感染上了新冠病毒，但直到接種疫苗後才意識到您有了症狀。

新冠肺炎最重要的症狀是最近出現的以下任何症狀：

- 新的連續咳嗽
- 發燒
- 您正常的味覺或嗅覺失去或改變

如果您有這些症狀中的任何一種，請留在家中，撥打**119**（電話免費）安排檢測。一些衛生部門正在為更多的症狀提供檢測，因此請查看您當地的衛生部門的網站，瞭解任何使您有資格在您地區接受檢測的其他症狀。如果您需要有關症狀的更多資訊，請造訪：111.wales.nhs.uk

我需要做什麼？

您將收到有關何時何地接種疫苗的資訊。在預約當天，要穿寬鬆的衣服，這樣方便接觸到您的手臂的頂部。如果您平時害怕打針或感到恐懼，告訴施打疫苗的工作人員。他們會理解和支援您。

重要的是進行兩次疫苗接種，以獲得最好的長期保護。您的接種卡要妥善保管，並確保您按照下次預約來接種第二劑疫苗。

如果我在下次預約那天身體不適，我該怎麼辦？

如果您發燒不舒服，請打電話取消預約，等您身體恢復後再接種疫苗。如果您在自我隔離或在等待新冠病毒的檢測或檢測結果，則不應出席疫苗接種的預約。

如果我已經接種了疫苗，我還需要遵守規定嗎？

疫苗將減少您出現嚴重症狀的機會，但它不會完全阻止您感染和傳播病毒。因此，您必須繼續遵循防範新冠肺炎的指南，以保護您周圍的人。

為了保護自己和家人、朋友和同事，您仍需要：

- 保持社交距離；
- 戴面罩；
- 仔細和頻繁地洗手；
- 如果您出現症狀或“檢測、跟蹤、保護服務”和您聯繫，則須自我隔離；
- 遵循目前的指南：gov.wales/coronavirus

請記住：

新冠病毒是通過從鼻子或嘴巴呼出的飛沫傳播的，尤其是在說話或咳嗽時。在接觸被污染的物體和表面後通過觸摸眼睛、鼻子和嘴巴可被感染。

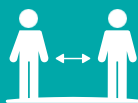
三條規則 保持威爾士的安全



洗
手



戴
面罩



保持
距離

更多資訊

您可以在以下網址找到有關新冠病毒疫苗的更多資訊，包括其成分和可能的副作用：

[111.wales.nhs.uk/coronavirus\(2019ncov\)and coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk/productinformation](https://111.wales.nhs.uk/coronavirus(2019ncov)andcoronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk/productinformation)

如果有可疑的副作用，您可以通過以下網址線上報告：**coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk** 或下載“黃卡”應用程式。

要瞭解 NHS 如何使用您的資訊，請造訪：

111.wales.nhs.uk/lifestylewellbeing/yourinfoyourrights

若需要本宣傳冊的其他格式，包括易讀、大字體、英國手語視頻、給我背誦(Recite Me)輔助軟體和其他語言，請訪問：



phw.nhs.wales/covid-19-vaccination

©威爾士公共衛生，2021年5月
(致謝英格蘭公共衛生部)

第四版

ISBN 978-1-78986-154-203

