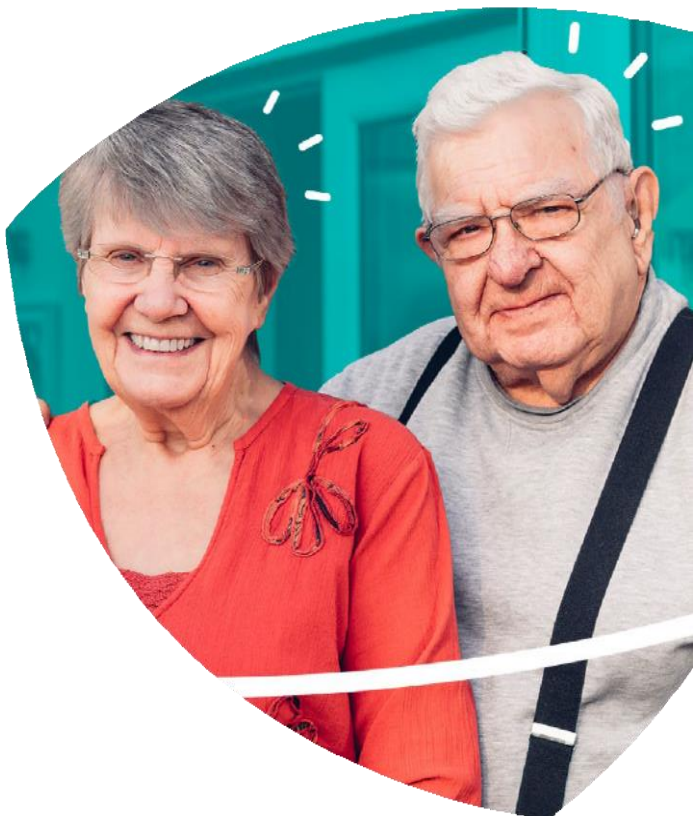




Mae Brechu yn achub bywydau  
Vakslêdan jiyanan xilas dike



# COVID-19

Vakslêdan(perpûn)

A rêber ji bo mezinan



vê belavokê de der barê vaksîna COVID-19 de, kî mafdar e û kî hewce dike ku xwediye vaxlêdanê be, da ku wan ji Coronavirus biparêze, diyar dike.

## Naverok



COVID-19 an Coronavirus çi ye?



Kîjan vaxlêdanê ez ê wê bikrim?



Kî divê vaxlêdana COVID-19 bistîne(hebe)?



Ez ducanî(be zarû) me, ma ez dikarim vaxlêdanê bikim?



Ez şîr didim, divê ez çi bikim?



kî nikare vaxlêdanê bike(beba)?



Ma vaxsîn dê min biparêze?



Ma bandorên vaxlêdanê hene?



Ma ez dikarim COVID-19-ê ji vaxsînyê bigirim?



Ez ê paşê çi bikim?



Gelo ez çi bikim ger ez anku roja serlêdana nebaş bim?



Ma ez dikarim COVID-19 bidim kesekî, piştî ku min vaxsîn anî

(birî)?



Zêdetir agahdarî

# Coronavirus çî ye?

COVID-19 ji hêla koronavîrûsek nû ve, ku wekî SARS-CoV-2 tê zanîn, çêdibe. Cara yekem di dawiya sala 2019-an de hate nas kirin.

Ew pir enfeksiyonek e û dikare bibe sedema nexweşiyek giran a nefesê.

Dibe ku gelek mirovên ku vegirtî ne xwedan nîşanek bin an tenê tenê xwedan nîşanên sivik bin. Vana bi gelemperî bi kuxik, tîn, serêş û winda tama an bêhnê dest pê dikin.

Dê hin kes pir westiyayî bifikirin, masûlkeyên wan ên êş, êşa qirikê, zikêş û vereşîn, tîr û tevlihevî hebe. Wê hingê hejmarek hindik mirov

biçin nexweşiyek giran hebe, ku dibe ku hewce bibe nexweşxane an ketina lênihêrîna giran.

Bi tevahî kêmtirî 1 ji 100 mirovên ku vegirtî ne, dê ji COVID-19 bimirin, lê ev nêzîkê 1 ji 10 kesan e ku ji 75 salî mezintir in. Çareseriyek ji bo COVID-19 tune ku her çend hin dermanên nû hatine ceribandin dibin alîkar ku rîska tevliheviyan kêmbikin.

## Kîjan vaxslêdanê ez ê wê bikrim?

Li Brîtanya, em ê tenê vaxslêdanên COVID-19 bikar bînin ku standardên pêdivî yên ewlekarî û bandorker bicîh bînin. Hemî derman, derzî jî tê de, ji bo ewlehî û bandoriyê têne ceribandin berî ku ew destûr neyê bikar anîn.

Her vaxsînek li deh hezaran mirovên li gelek welatên cûda hate ceribandin û hat diyar kirin ku ewledar û bibandor e. Li gorî kîjan vaxslêdanan heye yek ji van vaxslêdanan tê dayin. Dibe ku vana van destûrnameyek kîrrûbirra (lîsans) tevahî ya Brîtanyayê tune lêbelê dê ji hêla Ajansa Ragihandinê ya Derman û Tenduristiyê (MHRA) ve li ser bingeha nixandina tam a ewlehî û bandora wan were destûrdayîn.

MHRA dê tenê vaxsînek ji bo pargîdaniya li Brîtanyayê bipejirîne heke standardên bendewariyê yên ewlehî, kalîte û bandoriyê pêk werin.

Vaxslêdanên ku niha hene, ji bo parastina çêtirîn çêtirîn a domdirêj hewceyê du dozên cuda ne.

# Kî divê vakslêdana COVID-19 bistîne(hebe)?

Komîteya Hevbeş a Vakslêdan û Lênamev (JCVI), komek pisporek a serbixwe, pêşniyar kir ku NHS van Vakslêdan pêşîn pêşkêşî kesên ku di xetereya herî mezin a girtina enfeksiyonê de û êşên tevliheviyên giran in dibe.

Di nav vê de mezinên pîr, karmendên tenduristî û lênihêrîna civakî yên pêşîn û yên bi hin mercên klînîkî hene. Dema ku bêtir Vakslêdanê peyda bibe, dê di zûtirîn dem de ji kesên din ên di bin rîskê de ne werin pêşkêş kirin.

Coronavirus dikare li her kesê bandor bike. Heke hûn mezinê mezin in û rewşa weya tenduristiyê ya demdirêj heye,

COVID-19 dikare pir giran be û di hin rewşan de jî kujer e.

## **Divê di nav komên bari de ku hûn vaksîna COVID-19 dikin, heke hûn:**

- kesek ku di xaniyek lênihêrîna mezinên pîr de dijî an dixebite
- xebatkarek lênihêrîna tenduristiyê
- xebatkarek lênihêrîna civakî ya pêşîn
- xwedangehek malê ku lênihêrîna kesane peyda dibe
- temenê 65 salî û bêtir
- di koma klînîkî de zehf zehf

Her kesê ku di koma klînîkî de zehf e, dê bibe xwediyê vaksîna COVID-19. Gava ku pêşkêşî ji we re tê kirin dibe ku bi giraniya rewşa we ve girêdayî be. GP-ya we dikare li ser ka hûn mafdar in şîretan bike.

Vakslêdan dê ji bo kesên ji 16 salî û mezintir bi mercên wekî:

- kansera xwînê (wekî leukemî, lîmfoma an mîeloma)
- şeker
- pirsgirêkek dil
- gilînek sîng an zehmetiyên nefesê, di nav wan de bronşît, emfizema an astimê giran
- nexweşiya gurçikan
- nexweşiya kezebê
- ji ber nexweşî an dermankirinê (wek enfeksiyona HIV, dermanên steroîd, kemoterapî an radyoterapî) ewlehiya xwe kêmkir
- ku hûn neqla organek hatine kirin
- mêjî an êrişek ishemî ya demkî hebû (TIA)
- Nexweşiyek neurolojîk an lebatkirina masûlkeyan, ku tê de epîlepsî û dînîtî heye
- seqetbûnek hînbûnê ya giran an kûr
- Sendroma Down
- pirsgirêkek bi rûviya we, mînak. nexweşiya şaneyê drapî, an jî rûviya we hat derxistin
- bi giranî zêde qelew bûn (BMI 40 û jor)
- nexweşiyek giran a derûnî

Hin kesên di van koman de dibe ku bi klînîkî zehf zehf in û dibe ku vakslêdanê berê wekî beşek ji wê komê pêşkêşî kirine.

Di hemo demê de dê di navbera 16-64 salî de bi şert û mercên tenduristiyê yê dirêj re vaxlêdanê jî were pêşkêş kirin ku:

- ew mezinên ku lênihêrîna sereke ya pîrek an seqetek in ku refaha wan dikare bikeve bin xeterê heke xwedan nexweş dikeve
- mezinên ciwan ên di nav dimêjîn û rûniştinê de, û karmendên dirêj bimînin

Piştî van koman, dê ji bo kesên 50-64 salî vaxsîn were pêşkêş kirin.

Dema ku bêtir vaxlêdanê peyda bibe ew ê ji komên din ên gel re were pêşkêş kirin.

## **Ez ducanî(be zaru) me, ma ez dikarim vaxlêdanê bikim?**

Vaxlêdanên COVID-19 di ducaniyê de hîn nehatine ceribandin, ji ber vê yekê heya ku bêtir agahdarî peyda nebe, divê yê ku ducanî ne bi rêkûpêk xwediyê vê vaxsînê de.

Komîteya Hevbeş a Vaxlêdan û Lênakev (JCVI) nas kir ku feydeyên potansiyel ên vaxlêdanê bi taybetî ji bo hin jinên ducanî girîng in. Di nav wan de kesên ku di bin rîska mezin a girtina enfeksiyonê de ne an jî yê bi mercên klînîkî ku wan dixe xetereya pir mezin a êşkêşandina aloziyên giran ên ji COVID-19 heye. Di van şert û mercan de, divê hûn bi doktor an hemşîreya xwe re li ser vaxlêdanê gotûbêj bikin, û dibe ku hûn hîs bikin ku çêtir e ku hûn pêş de herin û vaxlêdanê bistînin.

Heke hûn ducanî ne, heya ku hûn di xetereyek mezin de nebin divê hûn nezîkirin. Piştî ku ducaniya we bi dawî bû hûn dikarin werin vaxlêdanê kirin. Heke doza weya yekem hebû û paşê hûn ducanî bûn, divê hûn dozê duyemîn taloq bikin piştî ku ducanî bi dawî bibe, heya ku hûn di rîskek mezin de ne.

tu şîret tune ku piştî vaxlêdana COVID-19 we ji ducaniyê dûr bikevin.

## Ez şîr didim, divê ez çî bikim?

Li ser ewlehiya vaksîna COVID-19 di wan ên şîrê dayikê de an jî li ser pitika ku şîrê wî pê re heye de daneyek tune.

Wusa be jî, vaksînên COVID-19 nayê fikirandin ku ji bo pitika ku şîrê dayikê dike xeterek, û feydeyên şîrdanê baş têne zanîn. Ji ber vê yekê, JCVI şîret kir ku dema ku meriv şîrdanê dike dikare vaksîn were dayîn. Heke hûn şîrê xwe didin, dibe ku hûn biryar bidin ku hûn şîrê xwe xilas bikin li bendê bimînin û dûv re vaxlêdanê bikin.

## kî nikare vaxlêdanê bike(beba)?

Hejmarek pir hindik mirova nikare hebe

vaksîna covid19. Vê yekê mirovên ku li hember her melzemeyek bi reaksiyonek alerjîk a dijwar ketine jî hene di derziyê de an jî bi dozek berê ya heman derziyê. Heke bi we re carî reaksiyonek alerjîk ya giran çêbûbe, bi doktor an hemşîreya xwe re bipeyivin, ji ber ku vaksînek alternatîf dikare ji we re hebe.

Heke hûn niha bi tayê nexweşî ne an jî di 28 rojên paşîn de ceribandinek erênî ya COVID-19 we hebe divê hûn randevûya paşîn veqetînin.

## Ma vaksîn dê min biparêze?

Vaxlêdana COVID-19 dê derfeta ku hûn bi nexweşiya COVID-19 êş dikişînin kêmtir bike. Lêkolînan ji du-sê hefteyan piştî dozek yekgirtî ya vaksînê, astên bilind ên parastina kurt-demkî nîşan dane, lê ji bo parastina domdirêjtir dozek duyemîn hewce ye.

Vaxlêdan organîzmayên zindî nagirin nav xwe, û ji ber vê yekê ji bo mirovên bi tevliheviya pergala parastinê ne ewle ne. Van mirovan dibe ku ewqasî baş bersiva vaksînê nedin.

Mîna hemî dermanan, ti vaksîn% 100 bi bandor nîn e - dibe ku hin kes tevî vaxlêdanê hê jî COVID-19 bistînin, lê divê ev kêmtir giran be.

# Ma bandorên vaxslêdanê hene?

Mîna hemî dermanan, vaksîn cî dikarin bibin sedema bandorên nerazîbûnê. Piraniya vana nerm û demkurt in, û her kes wan nagire.

Heke piştî dozeya yekem nîşanên we hebin jî, hûn dîsa jî hewce ne ku doza duyemîn hebe.

## Bandorên alî yên pir hevpar ev in:

Di milê we de êşek giran, hest û nermiyek heye ku piştî vaxslêdana we çend rojan derziya we lê hebû

- hest bi westînê kirin
- serêş
- êşên gelemperî, an şewba sivik mîna nîşanan

A Piştî vaxslêdanê dibe ku taya sivik du-sê rojan çêbibe lê germahiyek zêde ne normal e û dibe ku nîşan bide ku we COVID-19 an enfeksiyonek din heye. Hûn dikarin dozaja normal a paracetamol bistînin (şîreta di pakêta de bişopînin) û bêhna xwe vedin da ku ji we re çêtir hest bikin. Jê derbas nebin

dozek normal. Bandorek nerazîbûnê ya ne asayî werimandina glandên herêmî ye.

Nîşaneyên li dû vaxslêdanê bi gelemperî ji hefteyekê kêmtir didome. Heke xuya ye ku nîşanên we xerabtir dibin an jî heke hûn bi fikar in, li ser [111.wales.nhs.uk](https://www.111.wales.nhs.uk) li serhêl binihêrin, û heke hewce be li NHS 111 Wales li 111 an emeliyata GP-ya xwe bigerin. Heke 111 li devera we tune ye, li 0845 46 47 bigerin. Bangên ji bo NHS 111 Wales ji xeta telefonê û desta ne belaş in. Bi telefonên bi 0845 46 47 re her minute 2p bihayê lêçûnê lêçûnê ya asayî ya pêşkêşkarê telefona we ye.





**Heke hûn ji bijîşk an hemşîre şîretan digerin, bila ji we re der barê vaksîna xwe de ji wan re vebêjin (ger gengaz be karta xweya vaxslêdanê nîşanî wan bidin) da ku ew bikaribin we bi rêkûpêk binirxînin.**

Her weha hûn dikarin bi navgîniya nexşeya Qerta Zer bandorên neyînî yê guman li vaxsîn û dermanan bikin.

Kêm caran, piştî vaxslêdana hin kesan zû reaksiyonek alerjîk heye. Ev dibe ku şepikek an êşek li beşek an tevahiya laş bandor bike. Hêdî hindiktir, hin kes dikarin piştî vaxslêdanê zû bertekê dijwar bidin, ku ev dibe sedema zehmetiyên nefesê û dibe ku ew hilweşe. Ji vê re anafilaksî tê gotin û dikare bi derman û xwarinên din re çêbibe. Van bertekên kêm û hemşîre ne

têne perwerdekirin ku wan bi rêve bibin. Mirovên ku reaksiyonek anafilaktîk heye dikarin bi serfirazî werin derman kirin û bi gelemperî di nav çend demjimêran de baş bibin.

## **Ma ez dikarim COVID-19-ê ji vaxsînyê bigirim?**

Hûn nekarin COVID-19 ji vaxsînyê bigirin. Lê gengaz e ku meriv COVID-19-ê girtibe û heya piştî randevûya xweya vaxslêdanê fam neke ku te nîşan hene.

Nîşaneyên herî girîng ên COVID-19 di van demên paşîn de yek ji van jêrîn e:

- kuxikek domdar a nû
- germahiyek bilind
- windabûnek, an guherînek di têgîna bîhn an bîhna weya normal de
- hin kes jî êşa qirikê, êşa serî, tûjiya pozê, zikêş, bêhalî û vereşîn heye

Heke di jor de nîşanên we hebin, li malê bimînin û li hev bikin ku ceribandinek bikin.

**Heke ji we re bêtir agahdarî li ser serdana nîşanan hewce bike hera [111.wales.nhs.uk](https://111.wales.nhs.uk)**

## Ez ê paşê çî bikim?

Hûn ê di derheqê kengî û li ku vaxlêdanê de agahdariyê bistînin. Roja randevûya xwe, kincên pratîkî li xwe bikin da ku hûn bigihîjin destê xweyê jorîn hêsan e. Heke tirsê we ji vaxlêdana heye an hûn bi fikar in, bila kesê ku vaxsîna we dide we agahdar bike. Ew ê fam bikin û dikarin piştgiriyê bidin we.

Piştî ku we dozeya yekem girt, hûn hewce ne ku plan bikin ku beşdarî rûniştina xweya duyemîn bibin.

Girîng e ku hûn her du dozên vaxlêdanê hebin da ku hûn parastina domdirêj a çêtirîn bidin we. Qerta xwe ewle bikin û piştrast bikin ku hûn beşdarî randevûya xweya paşîn bibin da ku dozeya xweya duyemîn bistînin

## Gelo ez çî bikim ger ez anku roja serlêdana nebaş bim?

Heke hûn bi tayê ji dil ne baş in, têlêfon bikin ku betal bikin û li bendê bimînin heya ku hûn sax bibin ku vaxlêdana we hebe. Divê hûn neçin vaxsînek

randevû heke hûn xwe-îzolekirin an li benda ceribandinek an encamek COVID-19 in.



# Ez dikarim COVID-19 bide kesekî, piştî ku min vaksîn anî (birî)?

Vaksîn dê şansê weya giran a nexweşiyê kêm bike. Em hîn nizanin gelo ew ê pêşî li girtin û derbasbûna vîrusê bigire. Ji ber vê yekê, ew

giring e ku hûn şopandina rêbernameya COVID-19 berdewam dikin da ku hûn derdora xwe biparêzin.

**Ji bo ku hûn û malbata xwe, heval û hevkarên xwe biparêzin hûn hîn jî hewce ne ku: practice social distancing**

- maskeya rûyê xwe bikin
- destên xwe bi baldarî û timûtim bişon

rêberiya heyî bişopînin:

[gov.wales/coronavirus](https://gov.wales/coronavirus)

## Bînin bîra xwe:

COVID-19 bi navgîniya dilopên ku ji poz û dev têne nefes kirin, belav dibe, nemaze dema ku diaxive an dikuxe. Her weha dikare piştî ku têkilî bi tişt û rûyên qirêjî re were avêtin bi dest, çav û poz û devê we jî were girtin.

Sê rêzikên ku  
WALES biparêzen



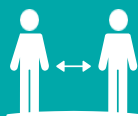
destên xwe

bişon



Maske xwe

bikin



2m ji

hev dûr bixin

# Agahiyên zêdetir

Hun dikanin bibînin ku bêtir agahîya li ser COVID-19 vakslêdanê de, di nav de naveroka xwe û tesîrên muhtemel li

[\*\*https://111.wales.nhs.uk/coronavirus\(2019ncov\)\*\*](https://111.wales.nhs.uk/coronavirus(2019ncov)) û [\*\*www.gov.uk/government/collections/mhra-guidance-on-coronavirus-covid-19\*\*](http://www.gov.uk/government/collections/mhra-guidance-on-coronavirus-covid-19)

Hûn dikarin li ser înternetê bandorên neyînî yê gumanbar ragihînin **coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk** an jî bi daxistina sepana Karta Zer.

Ji bo ku bizanin ka NHS agahdariya we çawa bikar tîne, biçin [\*\*111.wales.nhs.uk/lifestylewellbeing/yourinfoyourrights\*\*](http://111.wales.nhs.uk/lifestylewellbeing/yourinfoyourrights)

Ji bo ku bêtir kopiyên vê belavokê bixwazin, biçin [\*\*phw.nhs.wales/services-and-teams/health-information-resources/\*\*](http://phw.nhs.wales/services-and-teams/health-information-resources/)

© Public Health Wales, January 2021

(with acknowledgement to Public Health England)

© Tenduristiya Gel Wales, Çile 2021

(Bi pejiwandina Tenduristiya Giştî ya Englandngilîzî)

Version 2

ISBN 978-1-78986-154-214

