




Mae Brechu yn achub bywydau
Vaccination saves lives




Chiar și
după vaccinarea
cu una sau două doze,
trebuie să continuați
să urmați alte indicații
de protecție,
necesare

COVID-19 vaccinare

Un ghid pentru adulti

















Revizuit în Mai 2021 - Romanian



GIG
CYMRU
NHS
WALES



Cuprins

	Ce este COVID-19 sau Coronavirus?	3
	De ce ar trebui să fac un vaccin COVID-19?	3
	Vaccinurile sunt sigure?	4
	Putem avea încredere în vaccinurile care au fost dezvoltate atât de repede?	5
	Vaccinul mă va proteja?	5
	Sunt eligibilă pentru un vaccin împotriva COVID-19?	6
	Sunt însărcinată, pot face vaccinul?	6
	Pot face vaccinul dacă alăptez?	7
	Vaccinul îmi va afecta fertilitatea?	7
	Cine nu poate face vaccinul?	7
	Vaccinul are efecte secundare?	8
	Pot contracta COVID-19 din vaccin?	10
	Ce trebuie să fac?	10
	Ce trebuie să fac dacă nu mă simt bine în ziua următoarei mele programări?	10
	Mai trebuie să urmez îndrumările dacă am făcut un vaccin?	11
	Mai multe informații	12

Ce este COVID-19 sau Coronavirus?

COVID-19 este cauzat de un nou coronavirus numit SARS-CoV-2. Acesta a fost identificat pentru prima dată la sfârșitul anului 2019. Este foarte infecțios și poate duce la boli respiratorii severe. Multe persoane care sunt infectate este posibil să nu aibă simptome sau au doar simptome ușoare. Acestea încep de obicei cu tuse, febră, dureri de cap și pierderea gustului sau mirosului.

Unii oameni se vor simți foarte obosiți, vor avea dureri musculare, dureri în gât, diaree, vărsături, febră sau confuzie. Un număr mic de persoane continuă apoi să aibă boli severe, care pot necesita spitalizare sau internare la terapie intensivă.

În general, doar sub 1 din 100 de persoane infectate vor muri din cauza COVID-19. Boala severă este rară la copii, dar riscul crește odată cu vârsta. De exemplu, riscul mediu de a muri de COVID-19 la o persoană cu vârsta cuprinsă între 40 și 49 de ani este de trei ori mai mare decât al unei persoane din grupa de vârstă 30-39 de ani și de 12 ori mai mare decât al unei persoane din grupa de vârstă 20-29 de ani. Nu există nici un leac pentru COVID-19, deși unele tratamente reduc riscul de complicații.

De ce ar trebui să fac un vaccin COVID-19?

Adulții sănătoși sunt expuși riscului de complicații cauzate de COVID-19, iar riscul este mai mare pentru adulții mai în vârstă sau pentru cei cu anumite condiții de sănătate. Aproximativ 15% din adulții mai tineri, inclusiv cei de 20 de ani, au simptome care pot dura luni de zile după ce au fost infectați („COVID pe termen lung”). Având un vaccin COVID-19 protejează majoritatea oamenilor împotriva complicațiilor grave cauzate de COVID-19.

Cu toții ne dorim ca viața să își continue din nou cursul, iar programul de vaccinare este un pas mare către acest lucru. **O mulțime de oameni din Țara Galilor recunosc acest lucru - un sondaj din 2021 a arătat că aproximativ 80% dintre adulții mai tineri au declarat că se vor vaccina.**

Administrarea vaccinului în prima parte a programului de vaccinare a fost foarte mare.

Dacă doriți să călătoriți în străinătate în viitor, unele țări vă pot solicita să dovedeți că ați fost vaccinată. Ratele de COVID-19 sunt mai mari în alte țări.

Vaccinurile ne oferă speranță pentru controlarea pandemiei, dar avem nevoie să se vaccineze cât mai mulți oameni posibil pentru ca acest lucru să funcționeze cât mai bine. Fiecare vaccinare contează, inclusiv a dvs.



**Vaccinarea este rapidă,
ușoară și sigură**

Vaccinurile sunt sigure?

În Marea Britanie vor fi utilizate mai multe tipuri de vaccinuri împotriva COVID-19. Fiecare vaccin a fost testat pe zeci de mii de oameni din mai multe țări. Siguranța și eficacitatea acestora au fost evaluate cu atenție de agenția de reglementare a medicamentelor și a produselor medicale (MHRA) înainte de a fi autorizate pentru utilizare.

În Marea Britanie, peste 34 de milioane de persoane au fost vaccinate, iar acest lucru a prevenit deja multe cazuri și peste zece mii de decese cauzate de COVID-19. MHRA revizuieste în permanență siguranța vaccinurilor utilizate, pe baza tuturor efectelor secundare raportate de profesioniștii din domeniul sănătății și de public.

Recent, au fost raportate cazuri de boală extrem de rară care implică cheaguri de sânge și sângerări neobișnuite după vaccinarea cu vaccinul AstraZeneca, care este revizuit cu atenție. Din cauza riscului ridicat de complicații și deces cauzate de COVID-19, MHRA, Organizația Mondială a Sănătății și Agenția Europeană pentru Medicamente au concluzionat că echilibrul dintre risc și beneficii este foarte mult în favoarea vaccinării.

Pentru mai multe informații privind beneficiile și riscurile vaccinării împotriva COVID-19 și ale cheagurilor de sânge, consultați:

phw.nhs.wales/patientinfo.

Putem avea încredere în vaccinurile care au fost dezvoltate atât de repede?

Studiile clinice și de cercetare necesare pentru a se asigura că un vaccin funcționează și este sigur durează, **dar o mare parte din timp durează finanțarea și aprobarea pentru cercetare**. O serie de lucruri au ajutat la accelerarea procesului:

- Guvernul Regatului Unit a finanțat dezvoltarea studiilor clinice privind vaccinurile împotriva COVID-19 pentru a le pune în funcțiune rapid
- MHRA a accelerat procesul lor de aprobare - lucruri precum documentele administrative care obișnuiau să dureze luni de zile, acum sunt făcute în câteva zile
- Diferite părți ale studiilor s-au derulat în același timp
- Noua tehnologie a ajutat la efectuarea unei multitudini de vaccinuri rapid

Totul a fost încă făcut pentru a se asigura că vaccinurile funcționează și sunt sigure. După ce un vaccin începe să fie utilizat, MHRA continuă să studieze siguranța sa și examinează toate evenimentele adverse raportate.

Vaccinul mă va proteja?

Toate vaccinurile aprobate sunt extrem de eficiente în protejarea oamenilor de îmbolnăvirea gravă de COVID-19. Studiile au arătat că nivelurile ridicate de protecție pe termen scurt se dezvoltă la două până la trei săptămâni după o singură doză de vaccin, dar pentru majoritatea vaccinurilor este necesară o a doua doză pentru protecția pe termen lung. Ca toate medicamentele, niciun vaccin nu este 100% eficient – unii oameni pot contracta în continuare COVID-19, în ciuda faptului că au făcut un vaccin, dar acesta ar trebui să fie mai puțin sever.

Sunt eligibilă pentru un vaccin împotriva COVID-19?

Acum, că primelor grupuri și celor cu vârsta de peste 50 de ani li s-a oferit vaccinul, JCVI a recomandat ca tuturor adulților cu vârste cuprinse între 18 și 49 de ani să li se ofere vaccinul, în grupe de vârstă:

- **40-49 de ani**
- **30-39 de ani**
- **18-29 ani (18 ani în ziua vaccinării)**

Veți fi contactat atunci când este timpul să vi se administreze vaccinul.

Sunt însărcinată, pot avea vaccinul?

Da, dacă sunteți gravidă, ar trebui să luați în considerare vaccinarea. Sunteți încurajată să citiți sprijinirea deciziei de la Colegiului Regal al Obstetricienilor și Ginecologilor la acest link: **www.rcog.org.uk/covid-vaccine** înainte de a vă prezenta la programarea pentru vaccin. Informațiile din acest ghid vă pot ajuta să luați o decizie în cunoștință de cauză. Dacă aveți întrebări suplimentare, adresați-vă moașei sau medicului de familie.

Știm că multe vaccinuri pot fi administrate în siguranță în timpul sarcinii, dar vaccinurile COVID-19 nu au fost testate în timpul sarcinii. Peste 90.000 de femei însărcinate au fost vaccinate cu vaccinurile Pfizer și Moderna în SUA, fără a fi identificate probleme de siguranță. Prin urmare, aceste vaccinuri sunt preferate femeilor gravide.

Există, de asemenea, un prospect separat: **Vaccinarea împotriva COVID-19: un ghid pentru toate femeile care planifică o sarcină, sunt însărcinate sau alăptează.**

Nu trebuie să evitați sarcina după ce ați primit vaccinarea împotriva COVID-19.

Pot face vaccinul dacă alăptez?

Beneficiile alăptării sunt bine cunoscute, iar vaccinurile COVID-19 nu sunt cunoscute ca fiind un risc atunci când alăptați. Organizația Mondială a Sănătății (OMS) și JCVI au recomandat ca vaccinul să poată fi administrat femeilor care alăptează. Cu toate acestea, nu avem prea multe date de siguranță privind utilizarea vaccinurilor COVID-19 în timpul alăptării. Dacă alăptați sau intenționați să alăptați, **puteți** continua alăptarea după vaccinare.

Vaccinul îmi va afecta fertilitatea?

Nu, nu există dovezi care să sugereze că vaccinurile cu COVID-19 vor afecta fertilitatea.

Cine nu poate avea vaccinul?

Un număr foarte mic de persoane nu pot face unele vaccinuri împotriva COVID-19. Aceasta include persoanele care au avut o reacție alergică severă la un ingredient din vaccin sau la o doză anterioară de același vaccin sau care au anumite afecțiuni rare ale sângelui. Acestor persoane li se poate oferi un vaccin alternativ.

Dacă în prezent nu sunteți bine și aveți febră sau ați avut un test COVID-19 pozitiv în ultimele 28 de zile, ar trebui să rezervați o programare ulterioară.

Vaccinul are efecte secundare?

Ca toate medicamentele, vaccinurile pot provoca reacții adverse. Acest lucru se datorează faptului că vaccinurile funcționează prin declanșarea unui răspuns în sistemul imunitar. Cele mai multe dintre acestea sunt ușoare și durează doar câteva zile, și nu toată lumea le are.

Chiar dacă aveți simptome după prima doză, trebuie să faceți în continuare a doua doză.

Reacțiile adverse foarte frecvente în prima sau a doua zi includ:

- o senzație dureroasă, grea și sensibilitate în brațul în care ați făcut injecția timp de câteva zile după vaccin;
- senzație de oboseală;
- o durere de cap;
- dureri generale, frisoane sau simptome asemănătoare gripei.

O febră ușoară poate apărea timp de două până la trei zile după vaccinare, dar o temperatură ridicată este neobișnuită și poate indica faptul că aveți COVID-19 sau o altă infecție. Puteți lua paracetamol (urmați recomandările privind doza și intervalele de pe ambalaj) și odihniți-vă pentru a vă ajuta să vă simțiți mai bine. Nu luați mai mult decât doza recomandată.

O reacție adversă mai puțin frecventă este umflarea glandelor de la axilă sau gât în aceeași parte cu locul în care ați făcut vaccinul. Aceasta poate dura aproximativ 10 zile, dar dacă durează mai mult, discutați cu medicul dumneavoastră.

Reacțiile adverse frecvente după vaccinare durează în mod normal mai puțin de o săptămână. Dacă simptomele par să se agraveze sau sunteți îngrijorată, consultați: **111.wales.nhs.uk** online și, dacă este necesar, sunați la SNS 111 din Țara Galilor la **111** sau clinica medicului dvs. de familie. Dacă 111 nu este disponibil în zona dvs., sunați la **0845 46 47**. Apelurile către SNS 111 din Țara Galilor sunt gratuite de la telefoane fixe și mobile. Apelurile la 0845 46 47 costă 2p pe minut, plus tariful obișnuit de acces al furnizorului de telefonie.



Dacă experimentați oricare dintre următoarele de la aproximativ 4 zile la patru săptămâni după vaccinare, trebuie să solicitați sfatul medicului de urgență.

- ◆ O durere de cap nouă, severă, care nu este calmată de analgezice obișnuite sau se agravează
- ◆ O durere de cap neobișnuită care pare să se înrăutățească atunci când vă întindeți sau vă aplecați sau poate fi însoțită de:
 - Vedere încețoșată, greață și vărsături
 - Dificultate cu vorbirea
 - Slăbiciune, somnolență sau convulsii
- ◆ vânătăi sau sângerări noi, inexplicabile
- ◆ dificultăți de respirație, dureri la nivelul toracelui, umflarea picioarelor sau dureri abdominale persistente

Dacă ați avut oricare dintre simptomele de mai sus după prima vaccinare, trebuie să discutați cu medicul dumneavoastră sau cu specialistul înainte de a vi se face a doua doză.

Dacă solicitați sfatul unui medic sau al unei asistente medicale, asigurați-vă că le spuneți despre vaccinarea dumneavoastră (arătați-le cardul de vaccinare, dacă este posibil), astfel încât să vă poată evalua corect.

De asemenea, puteți raporta orice efecte secundare prin intermediul schemei Yellow Card (consultați „Mai multe informații”).

Pot contracta COVID-19 din vaccin?

Nu puteți contracta COVID-19 din vaccin. Dar este posibil să contractați COVID-19 și să nu vă dați seama că aveți simptomele decât după vaccinare.

Cele mai importante simptome ale COVID-19 sunt debutul recent al oricăruia dintre următoarele:

- o nouă tuse continuă
- o temperatură ridicată
- pierderea sau modificarea simțului gustului sau mirosului normal

Dacă aveți oricare dintre aceste simptome, rămâneți acasă și aranjați să faceți un test sunând la 119 (apelurile sunt gratuite). Unele consilii de sănătate oferă teste pentru o gamă mai largă de simptome, așa că vă rugăm să verificați website-ul consiliului local de sănătate pentru orice simptome suplimentare care v-ar face eligibilă pentru un test în zona dvs. Dacă aveți nevoie de mai multe informații cu privire la simptome, vizitați:

111.wales.nhs.uk

Ce trebuie să fac?

Veți primi informații despre când și unde să vă vaccinați. În ziua întâlnirii, purtați îmbrăcăminte practică, astfel încât să fie ușor să ajungeți în partea de sus a brațului. Dacă vă este frică de ace sau vă simțiți neliniștită, anunțați persoana care vă face vaccinul. Vă vor înțelege și vă vor sprijini.

Este important să aveți ambele doze de vaccin pentru a vă oferi cea mai bună protecție pe termen lung. Păstrați cardul în siguranță și asigurați-vă că vă prezentați la următoarea programare pentru a face a doua doză.

Ce trebuie să fac dacă nu mă simt bine în ziua următoarei mele programări?

Dacă nu vă simțiți bine și prezentați febră, sunați pentru a anula și așteptați până când v-ați recuperat pentru a avea vaccinul. Nu trebuie să vă prezentați la o programare la vaccin dacă vă auto-izolați sau așteptați un test sau un rezultat COVID-19.

Mai trebuie să urmez instrucțiunile dacă am făcut un vaccin?

Vaccinul vă va reduce șansele de a vă îmbolnăvi grav, dar nu vă va opri complet să contractați și să transmiteți virusul. Deci, este important să continuați să urmați instrucțiunile COVID-19 pentru a-i proteja pe cei din jurul vostru.

Pentru a vă proteja pe dumneavoastră și familia, prietenii și colegii, trebuie să:

- practicați distanțarea socială;
- purtați o mască de față;
- spălați-vă pe mâini cu atenție și frecvent;
- auto-izolați-vă dacă aveți simptome sau sunteți contactată de serviciul Test, Urmărire, Protecție; și
- urmați îndrumările actuale la: **gov.wales/coronavirus**

Rețineți:

COVID-19 se răspândește prin picăturile respirate din nas sau gură, în special atunci când vorbiți sau tușiți. De asemenea, poate fi preluat prin atingerea ochilor, nasului și gurii după atingerea obiectelor și suprafețelor contaminate.

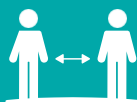
Trei reguli pentru a PĂSTRA ȚARA GALILOR ÎN SIGURANȚĂ



Spălați-vă
pe mâini



Purtați o
mască de față



Mențineți
distanța

Mai multe informații

Puteți afla mai multe informații despre vaccinurile COVID-19, inclusiv conținutul acestora și posibilele efecte secundare la: [111.wales.nhs.uk/coronavirus\(2019ncov\)](https://111.wales.nhs.uk/coronavirus(2019ncov)) și coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk/productinformation

Puteți raporta online efectele secundare suspectate la: coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk sau descărcând aplicația Yellow Card.

Pentru a afla cum utilizează SNS informațiile dvs., vizitați: 111.wales.nhs.uk/lifestylewellbeing/yourinfoyourrights

Pentru alte formate ale acestui prospect, inclusiv Easy Read, imprimare cu litere mari, video British Sign Language, software-ul de accesabilitate Recite me și alte limbi vizitați:



phw.nhs.wales/covid-19-vaccination

© Sănătate Publică Țara Galilor, Mai 2021
(cu confirmare la Sănătate Publică Anglia)

Versiunea 4
ISBN 978-1-78986-154-223

