



കുത്തിവയ്പ്പ് ജീവൻ
രക്ഷിക്കുന്നു



കോവിഡ് -19

പ്രതിരോധ കുത്തിവയ്പ്പ്

നിങ്ങളുടെ COVID-19 വാക്സിനേഷൻ ശേഷം
എന്താണ് പ്രതീക്ഷിക്കുന്നത്

ഫെബ്രുവരി 2021 - Malayalam



GIG
CYMRU
NHS
WALES



DIOGELU CYMRU
KEEP WALES SAFE

നിങ്ങൾക്ക് ലഭിച്ച COVID-19 വാക്സിൻ സ്വതന്ത്ര മെഡിസിൻസ് ആൻറ് ഹെൽത്ത് കെയർ പ്രൊഡക്ട്സ് റെഗുലേറ്ററി ഏജൻസി (MHRA) സുരക്ഷിതവും ഫലപ്രദവുമാണെന്ന് അംഗീകരിച്ച ആദ്യത്തേതാണ്. ഓരോ വാക്സിനും വിവിധ രാജ്യങ്ങളിലെ പതിനായിരക്കണക്കിന് ആളുകളിൽ പരീക്ഷിക്കുകയും സുരക്ഷിതവും ഫലപ്രദവുമാണെന്ന് കാണിക്കുകയും ചെയ്തു.

വാക്സിൻ പാർശ്വഫലങ്ങൾ ഉണ്ടാകുമോ?

എല്ലാ മരുന്നുകളെയും പോലെ വാക്സിനുകളും പാർശ്വഫലങ്ങൾക്ക് കാരണമാകും. ഇവ സാധാരണയായി കുറച്ച് ദിവസങ്ങൾ മാത്രം നീണ്ടുനിൽക്കുന്നതുമാണ്, മാത്രമല്ല എല്ലാവർക്കും അവ ഉണ്ടാകില്ല.

ആദ്യ ഡോസിന് ശേഷം നിങ്ങൾക്ക് ലക്ഷണങ്ങളുണ്ടെങ്കിലും, നിങ്ങൾക്ക് രണ്ടാമത്തെ ഡോസ് ആവശ്യമാണ്.

വളരെ സാധാരണമായ പാർശ്വഫലങ്ങളിൽ ഇവ ഉൾപ്പെടുന്നു:

- വാക്സിൻ കഴിഞ്ഞ് ദിവസങ്ങളോളം കുത്തിവച്ച കൈയിൽ വേദന തോന്നിയേക്കാം
- ക്ഷീണം അനുഭവപ്പെടുന്നു
- തലവേദന
- പൊതുവായ വേദന, അല്ലെങ്കിൽ ലക്ഷണങ്ങൾ പോലുള്ള നേരിയ പനി

നിങ്ങളുടെ ഭുജത്തിന് പ്രത്യേകിച്ച് വേദനയുണ്ടെങ്കിൽ, കനത്ത ലിഫ്റ്റിംഗ് ബുദ്ധിമുട്ടായിരിക്കും.

നിങ്ങൾക്ക് അസുഖമോ ക്ഷീണമോ തോന്നുന്നുവെങ്കിൽ നിങ്ങൾ വിശ്രമിക്കുകയും ഓപ്പറേറ്റിംഗ് മെഷീനറികൾ, ഡ്രൈവിംഗ് ഒഴിവാക്കുകയും വേണം.

പ്രാദേശിക ഗ്രന്ഥികളുടെ വീക്കം അസാധാരണമായ ഒരു പാർശ്വഫലമാണ്.

വാക്സിനേഷൻ കഴിഞ്ഞ് രണ്ട് മൂന്ന് ദിവസത്തേക്ക് നേരിയ പനി വരാം, പക്ഷേ ഉയർന്ന താപനില അസാധാരണമാണ്, നിങ്ങൾക്ക് COVID-19 അല്ലെങ്കിൽ മറ്റൊരു അണുബാധയുണ്ടെന്ന് സൂചിപ്പിക്കാം.

COVID-19 ന്റെ ഏറ്റവും പ്രധാനപ്പെട്ട ലക്ഷണങ്ങൾ ഇനിപ്പറയുന്നവയിൽ:

- ഒരു പുതിയ തുടർച്ചയായ ചുമ
- ഉയർന്ന താപനില
- നിങ്ങളുടെ സാധാരണ രുചി അല്ലെങ്കിൽ മണം നഷ്ടപ്പെടുക, അല്ലെങ്കിൽ മാറ്റമുണ്ടാകും
- ചില ആളുകൾക്ക് തൊണ്ടവേദന, തലവേദന, മൂക്കൊലിപ്പി, വയറിളക്കം, ഓക്കാനം, ഛർദ്ദി എന്നിവയും ഉണ്ടാകും

മുകളിലുള്ള ഏതെങ്കിലും ലക്ഷണങ്ങളുണ്ടെങ്കിൽ, വീട്ടിൽ തന്നെ തുടരുക, ഒരു പരിശോധന നടത്താൻ ക്രമീകരിക്കുക.

രോഗലക്ഷണങ്ങളെക്കുറിച്ച് കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾ വേണമെങ്കിൽ 111.wales.nhs.uk സന്ദർശിക്കുക

നിങ്ങളുടെ വാക്സിനേഷൻ എന്തെങ്കിലും പാർശ്വഫലങ്ങൾ ഉണ്ടെങ്കിൽ, നിങ്ങൾക്ക് പാരസെറ്റമോൾ സാധാരണ ഡോസ് എടുക്കാം (പാക്കേജിംഗിലെ ഉപദേശം പിന്തുടരുക) നിങ്ങൾക്ക് സുഖം തോന്നാൻ വിശ്രമിക്കുക. സാധാരണ ഡോസ് കവിയരുത്.

. വേണ്ടി ഉള്ളടക്കം ഉൾപ്പെടെ ഓരോ COVID-19 വാക്സിനുകളുടെയും വിവരങ്ങൾ സന്ദർശിക്കുക:

coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk/productinformation

വാക്സിനേഷൻ കഴിഞ്ഞയുടനെ ചില ആളുകൾക്ക് അലർജി ഉണ്ടാകാറുണ്ട്. ഇത് ശരീരത്തിന് എല്ലാ ഭാഗത്തെയും ബാധിക്കുന്ന ചുണങ്ങു അല്ലെങ്കിൽ ചൊറിച്ചിൽ ആകാം. അതിലും അപൂർവമായി, കുത്തിവയ്പ്പ് കഴിഞ്ഞയുടനെ ചില ആളുകൾക്ക് കടുത്ത പ്രതികരണം ഉണ്ടാകാം, ഇത് ശ്വസന ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ ഉണ്ടാക്കുകയും അവ തകരാൻ കാരണമാവുകയും ചെയ്യും. ഇതിനെ അനാഫൈലക്സിസ് എന്ന് വിളിക്കുന്നു, മറ്റ് മരുന്നുകൾക്കും ഭക്ഷണത്തിനും ഇത് സംഭവിക്കാം. ഈ പ്രതികരണങ്ങൾ അപൂർവമാണ്, അവ കൈകാര്യം ചെയ്യാൻ നഴ്സുമാരെ പരിശീലിപ്പിക്കുന്നു. അനാഫൈലക്റ്റിക് പ്രതികരണം ഉള്ള ആളുകൾക്ക് വിജയകരമായി ചികിത്സിക്കാനും ഏതാനും മണിക്കൂറുകൾക്കുള്ളിൽ സുഖം പ്രാപിക്കാനും കഴിയും.

വാക്സിനേഷനെ തുടർന്നുള്ള ലക്ഷണങ്ങൾ സാധാരണയായി ഒരാഴ്ചയിൽ താഴെയാണ്. നിങ്ങളുടെ ലക്ഷണങ്ങൾ വഷളായതായി തോന്നുന്നുവെങ്കിൽ അല്ലെങ്കിൽ നിങ്ങൾക്ക് ആശങ്കയുണ്ടെങ്കിൽ, 111.wales.nhs.uk ഓൺലൈനിൽ നോക്കുക, ആവശ്യമെങ്കിൽ എൻഎച്ച്എസ് 111 വെയിൽസിനെ 111 ൽ വിളിക്കുക അല്ലെങ്കിൽ നിങ്ങളുടെ ജിപിയെ അറിയിക്കുക. നിങ്ങളുടെ പ്രദേശത്ത് 111 ലഭ്യമല്ലെങ്കിൽ, 0845 46 47 എന്ന നമ്പറിൽ വിളിക്കുക. എൻഎച്ച്എസ് 111 വെയിൽസിലേക്കുള്ള കോളുകൾ ലാൻഡ്ലൈനുകളിൽ നിന്നും മൊബൈലുകളിൽ നിന്നും സൗജന്യമാണ്. 0845 46 47 എന്ന നമ്പറിലേക്കുള്ള കോളുകൾക്ക് മിനിറ്റിന് 2p നിരക്കും നിങ്ങളുടെ ടെലിഫോൺ ദാതാവിന് പതിവ് ആക്സസ് ചാർജും.



നിങ്ങൾ ഒരു ഡോക്ടറുടെയോ നഴ്സിനോട് ഉപദേശം തേടുകയാണെങ്കിൽ, നിങ്ങളുടെ വാക്സിനേഷനെക്കുറിച്ച് അവരോട് പറഞ്ഞിട്ടുണ്ടെന്ന് ഉറപ്പുവരുത്തുക (സാധ്യമെങ്കിൽ നിങ്ങളുടെ വാക്സിനേഷൻ കാർഡ് അവരെ കാണിക്കുക) അതുവഴി അവർക്ക് നിങ്ങളെ ശരിയായി വിലയിരുത്താൻ കഴിയും.

നിങ്ങൾക്ക് ഏതെങ്കിലും പാർശ്വഫലങ്ങൾ ഓൺലൈനിൽ റിപ്പോർട്ടുചെയ്യാം: coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk/ അല്ലെങ്കിൽ യെല്ലോ കാർഡ് അപ്ലിക്കേഷൻ വഴി.

അടുത്തതായി ഞാൻ എന്തുചെയ്യും?

നിങ്ങളുടെ രണ്ടാമത്തെ കൂടിക്കാഴ്ചയിൽ പങ്കെടുക്കാൻ നിങ്ങൾ ആസൂത്രണം ചെയ്യേണ്ടതുണ്ട്. നിങ്ങളുടെ അടുത്ത കൂടിക്കാഴ്ചയിൽ ഒരു റെക്കോർഡ് കാർഡ് ഉണ്ടായിരിക്കണം. നിങ്ങൾക്ക് മികച്ച സംരക്ഷണം നൽകുന്നതിന് വാക്സിനേഷന്റെ രണ്ട് ഡോസുകളും ഉണ്ടായിരിക്കേണ്ടത് പ്രധാനമാണ്. നിങ്ങളുടെ കാർഡ് അടുത്ത കൂടിക്കാഴ്ചയിലേക്ക് കൊണ്ടുപോകുന്നത് ഓർക്കുക.

അപ്പോയിന്റ്മെന്റ് ദിവസം എനിക്ക് അസുഖമുണ്ടെങ്കിൽ ഞാൻ എന്തുചെയ്യണം?

നിങ്ങൾക്ക് പനി ബാധിച്ച് അസുഖമുണ്ടെങ്കിൽ, റദ്ദാക്കാൻ വിളിച്ച് വാക്സിൻ വീണ്ടെടുക്കുന്നതുവരെ കാത്തിരിക്കുക, ഇത് പുനർക്രമീകരിക്കാൻ വിളിച്ച് എത്രയും വേഗം അത് നേടാൻ ശ്രമിക്കുക. നിങ്ങൾ സ്വയം ഒരു ഒറ്റപ്പെട്ടലോ അല്ലെങ്കിൽ COVID-19 പരിശോധനയ്ക്കോ ഫലത്തിനോ കാത്തിരിക്കുകയാണെങ്കിലോ നിങ്ങൾ ഒരു വാക്സിൻ അപ്പോയിന്റ്മെന്റിൽ പങ്കെടുക്കരുത്, വീണ്ടും ക്രമീകരിക്കാൻ വിളിക്കുക.

വാക്സിൻ എന്നെ സംരക്ഷിക്കുമോ?

COVID-19 വാക്സിനേഷൻ നിങ്ങൾക്ക് COVID-19 രോഗം ബാധിക്കാനുള്ള സാധ്യത കുറയ്ക്കും. നിങ്ങളുടെ ശരീരത്തിന് വാക്സിനിൽ നിന്നുള്ള സംരക്ഷണം വർദ്ധിപ്പിക്കാൻ കുറച്ച് ആഴ്ചകൾ എടുത്തേക്കാം.

എല്ലാ മരുന്നുകളേയും പോലെ, ഒരു വാക്സിനും 100% ഫലപ്രദമല്ല, അതിനാൽ നിങ്ങൾ ശുപാർശ ചെയ്യുന്നത് തുടരണം അണുബാധ ഒഴിവാക്കാൻ സാമൂഹിക അകലം, കൈ ശുചിത്വം, മുഖംമൂടി എന്നിവ പോലുള്ള മുൻകരുതലുകൾ.

കുത്തിവയ്പ്പ് നടത്തിയിട്ടും ചില ആളുകൾക്ക് COVID-19 ലഭിച്ചേക്കാം, പക്ഷേ ഇത് കഠിനമല്ല.



എനിക്ക് വാക്സിൻ എടുത്ത ശേഷം, മറ്റ് ആളുകളിലേക്ക് അണുബാധ വ്യാപിപ്പിക്കുമോ?

വാക്സിൻ നിങ്ങൾക്ക് COVID-19 അണുബാധ നൽകാൻ കഴിയില്ല. വാക്സിൻ ഗുരുതരമായ രോഗം വരാതെ സാധ്യത കുറയ്ക്കും. വൈറസ് പിടിക്കുന്നതിൽ നിന്നും കടന്നുപോകുന്നതിൽ നിന്നും ഇത് നിങ്ങളെ തടയുമോ എന്ന് ഞങ്ങൾക്ക് ഇതുവരെ അറിയില്ല. അതിനാൽ, അത് നിങ്ങളുടെ ചുറ്റുമുള്ളവരെ സംരക്ഷിക്കുന്നതിന് നിങ്ങൾ COVID-19 മാർഗ്ഗനിർദ്ദേശം പിന്തുടരുന്നത് പ്രധാനമാണ്. വിവരങ്ങൾ gov.wales/coronavirus ൽ ലഭിക്കും.

മൂന്ന് നിയമങ്ങൾ വേൽസ് സുരക്ഷിതമായി സൂക്ഷിക്കുക



നിങ്ങളുടെ
കൈകൾ
കഴുകുക



മുഖം മൂടുക



2 മീറ്റർ
അകലം പാലിക്കുക

കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾ

COVID-19 വാക്സിനുകളെക്കുറിച്ചുള്ള കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾ, അവയുടെ ഉള്ളടക്കവും പാർശ്വഫലങ്ങളും ഉൾപ്പെടെ [https://111.wales.nhs.uk/coronavirus\(2019ncov\)](https://111.wales.nhs.uk/coronavirus(2019ncov)) www.gov.uk/government/collections/mhra-guidance-on-coronavirus-covid-19 ൽ അല്ലെങ്കിൽ യെല്ലോ കാർഡ് അപ്ലിക്കേഷൻ ഡൗൺലോഡുചെയ്യുന്നതിലൂടെ നിങ്ങൾക്ക് സംശയാസ്പദമായ പാർശ്വഫലങ്ങൾ ഓൺലൈനിൽ റിപ്പോർട്ടുചെയ്യാനാകും.

coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk ൽ അല്ലെങ്കിൽ യെല്ലോ കാർഡ് അപ്ലിക്കേഷൻ ഡൗൺലോഡുചെയ്യുന്നതിലൂടെ നിങ്ങൾക്ക് സംശയാസ്പദമായ പാർശ്വഫലങ്ങൾ ഓൺലൈനിൽ റിപ്പോർട്ടുചെയ്യാനാകും.

എൻഎച്ച്എസ് നിങ്ങളുടെ വിവരങ്ങൾ എങ്ങനെ ഉപയോഗിക്കുന്നുവെന്നറിയാൻ 111.wales.nhs.uk/lifestylewellbeing/yourinfoyourrights

ഈ ലഘുലേഖയുടെ കൂടുതൽ പകർപ്പുകൾ ഓർഡർ ചെയ്യുന്നതിന് phw.nhs.wales/services-and-teams/health-information-resources/

ഈസി ലഘുലേഖയുടെ മറ്റ് ഫോർമാറ്റുകളാക്കായി ഈസി റീഡ്, വലിയ പ്രിന്റ്, ബ്രിട്ടീഷ് ആംഗ്യഭാഷാ വീഡിയോ, റെസെറ്റ് മി പ്രവേശനക്ഷമത സോഫ്റ്റ്‌വെയർ, മറ്റ് ഭാഷകൾ എന്നിവ സന്ദർശിക്കുക:

[**phw.nhs.wales/covid-19-vaccination**](http://phw.nhs.wales/covid-19-vaccination)



© പബ്ലിക് ഹെൽത്ത് വെയിൽസ്, ജനുവരി 2021 (പബ്ലിക് ഹെൽത്ത് ഇംഗ്ലണ്ടിനുള്ള അംഗീകാരത്തോടെ)

പതിപ്പ് 1
ISBN 978-1-78986-154-256

