



Mae Brechu yn achub
bywydau Vaccination saves
lives



ਕੋਵਿਡ-19

ਟੀਕਾਕਰਣ

ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਵਿਡ -19 ਟੀਕਾਕਰਣ
ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ

ਫਰਵਰੀ 2021 - Punjabi



GIG
CYMRU
NHS
WALES



DIOGELU CYMRU
KEEP WALES SAFE

ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਗਈ ਕੋਵਿਡ -19 ਟੀਕਾ ਪਹਿਲਾਂ ਸੁਤੰਤਰ ਦਵਾਈਆਂ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਉਤਪਾਦਾਂ ਰੈਗੂਲੇਟਰੀ ਏਜੰਸੀ (ਐਮਐਚਆਰਏ) ਦੁਆਰਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਵਜੋਂ ਮਨਜ਼ੂਰ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਹਰੇਕ ਟੀਕੇ ਦਾ ਕਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਟੈਸਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਦਿਖਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ।

ਕੀ ਟੀਕੇ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੋਣਗੇ?

ਸਾਰੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ, ਟੀਕੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹਲਕੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸਿਰਫ ਕੁਝ ਦਿਨ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਹਰ ਕੋਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ।

ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਡੀ ਪਹਿਲੀ ਖੁਰਾਕ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੁਝ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਵੀ ਹੋਣ, ਦੂਜੀ ਖੁਰਾਕ ਲੈਣਾ ਅਜੇ ਵੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।

ਬਹੁਤ ਆਮ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਬਾਂਹ ਵਿਚ ਇਕ ਦਰਦਨਾਕ, ਭਾਰੀ ਭਾਵਨਾ ਅਤੇ ਕੋਮਲਤਾ ਹੋਣਾ ਜਿਥੇ ਤੁਸੀਂ ਟੀਕੇ ਦੇ ਕਈ ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਟੀਕਾ ਲਗਾਇਆ
- ਥੱਕੇ ਹੋਏ ਮਹਿਸੂਸ
- ਸਿਰ ਦਰਦ
- ਆਮ ਦਰਦ, ਜਾਂ ਹਲਕੇ ਫਲੂ ਵਰਗੇ ਲੱਛਣ

ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਬਾਂਹ ਖ਼ਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜ਼ਖਮੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਭਾਰੀ ਚੁੱਕਣਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬੀਮਾਰ ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਥੱਕੇ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਰਾਮ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਮਸ਼ੀਨਰੀ ਜਾਂ ਡ੍ਰਾਇਵਿੰਗ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਅਸਧਾਰਨ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਸਥਾਨਕ ਗਲੈਂਡਸ ਦੀ ਸੇਜ ਹੈ।

ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੇ ਜਾਂ ਤਿੰਨ ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਹਲਕਾ ਬੁਖਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਪਰ ਉੱਚ ਤਾਪਮਾਨ ਅਸਾਧਾਰਣ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਸੰਕੇਤ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਵਿਡ -19 ਜਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਲਾਗ ਹੈ।

ਕੋਵਿਡ -19 ਦੇ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਲੱਛਣ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਦੀ ਹਾਲ ਹੀ ਵਿੱਚ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਹੈ:

- ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਨਿਰੰਤਰ ਖੰਘ
- ਇੱਕ ਉੱਚ ਤਾਪਮਾਨ
- ਤੁਹਾਡੇ ਸਵਾਦ ਜਾਂ ਗੰਧ ਦੀ ਤੁਹਾਡੇ ਆਮ ਸਮਝ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲਣਾ
- ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਗਲੇ ਵਿਚ ਦਰਦ, ਸਿਰ ਦਰਦ, ਨੱਕ ਦੀ ਭੀੜ, ਦਸਤ, ਮਤਲੀ ਅਤੇ ਉਲਟੀਆਂ ਵੀ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਉੱਪਰ ਉਪਰੋਕਤ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਹਨ, ਤਾਂ ਘਰ ਰਹੋ ਅਤੇ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਛਣਾਂ 'ਤੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ 111.wales.nhs.uk।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਟੀਕੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਪੈਰਾਸੀਟਮੋਲ (ਪੈਕਜਿੰਗ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ) ਦੀ ਆਮ ਖੁਰਾਕ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਆਰਾਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਆਮ ਖੁਰਾਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨਾ ਜਾਓ। ਸਮੱਗਰੀ ਵਿਜ਼ਿਟ ਸਮੇਤ ਹਰੇਕ ਕੋਵਿਡ -19 ਟੀਕੇ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk/productinformation

ਸ਼ਾਇਦ ਹੀ, ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਟੀਕਾ ਲਗਣ ਤੋਂ ਤੁਰੰਤ ਬਾਅਦ ਅਲਰਜੀ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਧੱਫੜ ਜਾਂ ਖੁਜਲੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਸਾਰੇ ਹਿੱਸੇ ਜਾਂ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਵੀ ਘੱਟ ਹੀ, ਕੁਝ ਲੋਕ ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਤੁਰੰਤ ਬਾਅਦ ਸਖਤ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਨੂੰ ਐਨਾਫਾਈਲੈਕਸਿਸ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਹੋਰ ਦਵਾਈਆਂ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਦੇ ਨਾਲ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਨਰਸਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਬੰਧਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸਿਖਲਾਈ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਐਨਾਫਾਈਲੈਕਟਿਕ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਫਲਤਾਪੂਰਵਕ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੁਝ ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਅੰਦਰ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਟੀਕਾਕਰਣ ਦੇ ਬਾਅਦ ਦੇ ਲੱਛਣ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਕ ਹਫ਼ਤੇ ਤੋਂ ਘੱਟ ਸਮੇਂ ਤਕ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ. ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣ ਵਿਗੜਦੇ ਜਾਪਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਚਿੰਤਤ ਹੋ, ਤਾਂ ਵੇਖੋ 111.wales.nhs.uk ਅਨੁ ਲਾਈਨ, ਅਤੇ ਜੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਐੱਨ ਐੱਚ ਐੱਸ 111 ਵੇਲਜ਼ ਨੂੰ 111 ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਜੀਪੀ ਸਰਜਰੀ ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ. ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ 111 ਉਪਲਬਧ ਨਹੀਂ ਹੈ, 0845 46 47 ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ. ਐਨਐਚਐਸ 111 ਵੇਲਜ਼ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ ਲੈਂਡਲਾਈਨਜ਼ ਅਤੇ ਮੋਬਾਈਲ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹਨ. 0845 46 47 ਤੇ ਕਾਲ ਕਰਨ ਲਈ 2 ਮਿੰਟ ਪ੍ਰਤੀ ਮਿੰਟ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਟੈਲੀਫੋਨ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਦੇ ਸਧਾਰਣ ਪਹੁੰਚ ਖਰਚੇ.



ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਤੋਂ ਸਲਾਹ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਟੀਕਾਕਰਣ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ (ਜੇ ਹੋ ਸਕੇ ਤਾਂ ਆਪਣਾ ਟੀਕਾਕਰਨ ਕਾਰਡ ਦਿਖਾਓ) ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਤੁਹਾਡਾ ਸਹੀ ਨਾਲ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰ ਸਕਣ.

ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੀ ਅਨੁ ਲਾਈਨ ਇੱਥੇ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ: coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk/ ਜਾਂ ਯੈਲੋ ਕਾਰਡ ਐਪ ਰਾਹੀਂ.

ਮੈਂ ਅੱਗੇ ਕੀ ਕਰਾਂ?

ਆਪਣੀ ਦੂਜੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ. ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਤੁਹਾਡੀ ਅਗਲੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਰਿਕਾਰਡ ਕਾਰਡ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ. ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਟੀਕੇ ਦੀਆਂ ਦੋਵਾਂ ਖੁਰਾਕਾਂ ਦਾ ਹੋਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ. ਅਗਲੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਤੇ ਆਪਣਾ ਕਾਰਡ ਲੈਣਾ ਯਾਦ ਰੱਖੋ.

ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੇ ਮੇਰੀ ਅਗਲੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਹੋਣ 'ਤੇ ਮੈਂ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹਾਂ?

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬੁਖਾਰ ਤੋਂ ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਵਿਚ ਬਿਮਾਰ ਨਹੀਂ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਹ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਕਰਨਾ ਬਿਹਤਰ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਤਕ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਦੁਬਾਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਲਈ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ ਅਤੇ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਇਸ ਨੂੰ ਕਰਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ. ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੀਕੇ ਦੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਵਿਚ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਦੁਬਾਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਲਈ ਫ਼ੋਨ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਅਲੱਗ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਕੋਵਿਡ -19 ਟੈਸਟ ਜਾਂ ਨਤੀਜੇ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ.

ਕੀ ਟੀਕਾ ਮੇਰੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰੇਗਾ?

ਕੋਵਿਡ -19 ਟੀਕਾਕਰਣ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੋਵਿਡ -19 ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਹੋਣ ਦੇ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਘਟਾ ਦੇਵੇਗਾ. ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਟੀਕੇ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਕੁਝ ਹਫ਼ਤੇ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ.

ਸਾਰੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ, ਕੋਈ ਵੀ ਟੀਕਾ 100% ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਨਹੀਂ ਹੈ ਇਸ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਾਗ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀਆਂ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਮਾਜਕ ਦੂਰੀਆਂ, ਹੱਥਾਂ ਦੀ ਸਫਾਈ ਅਤੇ ਚਿਹਰੇ ਦੇ ਮਾਸਕ ਨੂੰ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ. ਕੁਝ ਲੋਕ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਕੋਵਿਡ -19 ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਇਹ ਘੱਟ ਗੰਭੀਰ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ.



ਕੀ ਟੀਕਾ ਲੱਗਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੀ ਮੈਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਵੀ ਕੋਵਿਡ -19 ਦੇ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

ਟੀਕਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਵਿਡ -19 ਲਾਗ ਨਹੀਂ ਦੇ ਸਕਦਾ. ਟੀਕਾ ਤੁਹਾਡੇ
ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਦੇ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਘਟਾ ਦੇਵੇਗਾ. ਸਾਨੂੰ
ਅਜੇ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਟੀਕੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਫੜਣ ਅਤੇ
ਲੰਘਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣਗੇ. ਇਸ ਲਈ, ਆਪਣੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਲੋਕਾਂ
ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਖੇਤਰ ਵਿਚ ਸੇਧ ਦੀ
ਪਾਲਣਾ ਕਰਨਾ ਅਜੇ ਵੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ. ਜਾਣਕਾਰੀ 'ਤੇ ਪਾਇਆ
ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ gov.wales/coronavirus.

ਵੈਲਫ ਸੇਫ ਨੂੰ ਰੱਖੇ ਦੇ ਤਿੰਨ ਨਿਯਮ



ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋਵੋ



ਪਹਿਨੋ ਚਿਹਰਾ ਕਵਰ
ਕਣਾ



2 ਮੀਟਰ ਦੂਰ ਰੱਖੋ

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਤੁਸੀਂ ਕੋਵਿਡ -19 ਟੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਸਮੇਤ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਮਗਰੀ ਅਤੇ ਸੰਭਾਵੀ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ

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

ਤੁਸੀਂ ਇੱਥੇ ਸ਼ੱਕੀ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੀ ਅਨ ਲਾਈਨ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk ਜਾਂ ਯੈਲੋ ਕਾਰਡ ਐਪ ਨੂੰ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰਕੇ..

ਇਹ ਜਾਣਨ ਲਈ ਕਿ ਐਨਐਚਐਸ ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਵਰਤਦਾ ਹੈ, ਵੇਖੋ

111.wales.nhs.uk/lifestylewellbeing/yourinfoyourrights

ਇਸ ਪਰਚੇ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਕਾਪੀਆਂ ਮੰਗਵਾਉਣ ਲਈ, ਵੇਖੋ phw.nhs.wales/services-and-teams/health-information-resources/

ਇਸ ਲੀਫਲੈਟ ਦੇ ਹੋਰ ਫਾਰਮੈਟਾਂ ਲਈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਆਜ਼ੀ ਰੀਡ, ਵੱਡਾ ਪ੍ਰਿੰਟ, ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਸਾਈਨ ਲੈਂਗਵੇਜ਼ ਵੀਡੀਓ, ਰੀਸੀਟ ਮੀ ਐਕਸੈਸਿਬਿਲਟੀ ਸਾਫਟਵੇਅਰ ਅਤੇ ਹੋਰ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਦਾ ਦੌਰਾ ਹੈ:

phw.nhs.wales/covid-19-vaccination



© Public Health Wales, February 2021
(with acknowledgement to Public Health England)

Version 1

ISBN 978-1-78986-154-261



GIG
CYMRU
NHS
WALES

