

ክታቦታት ኮቪድ-19 ብኸመይ ከምዝሰርሑ

120221 ትግርኛ



ክታቦት ኮቪድ-19 ካብ ምሕማም ይከላኸል

ናይ ቦታ: ዘባውን ሃገራውን ናይ ጥዕና ኪኢላታት ኣንጻር ኮቪድ-19 ክታቦት ምውሳድ ይመኽሩ። ኣብ'ዚ ሕጂ እዋን: ኣብ ኣሜሪካ 3 ዝተፈቐዱ ክታቦታት ኣለው-ፒፋይዝዘር/ባዮንተክ (Pfizer/BioNTech) : ሙደርናን (Moderna) ጆንሰንን & ጆንሰንን (Johnson & Johnson) እዮም።

ሓደ ዓይነት ቫይረስ ንምቅለስ ልዕሊ ሓደ ክታቦት ክህሉ ልሙድ እዩ። ነፍሲወከፍ እዞም ክታቦታት ኣብ ምኽልኻል ከቢድ ሕማም ወይ ሞት ካብ ኮቪድ-19 ውሑሳትን ውጺኢታውያንን ኮይኖም ተረጋጊጾም ኣለው።

ኪኢላታት ሕክምና ሕጂ ውን እቲ ክታቦት ንኽንደይ ግዜ ከም ዝከላኸለልካ ከምኡ'ውን ኮቪድ-19 ካብ ምትሕልላፍ ደው ከምዘብለካን ኣብ ምምርማር ይርከቡ። ቅድሚ እኹላት ሰባት ነቲ ክታቦት ምርካብም ገለ ግዜ ክወስድ እዩ። በዚ ከኣ ናይ መዓልታዊ ምክልኻል ደው ከብብል ንኽእል ኢና። **ምሕጻብ ኣእዳውካ፡ ምሽፋን ኣፍን ኣፍንጫን፡ ርሕቀትካ ምሕላውን ቀጽሎም ከምኡ'ውን ሞላ ውን ክታቦት ተወሰድካ፡ ምትእኽኻብካ ኣብ ውሑድ ሰባትን ንሓጺር ግዜን ክኸውን ኣለዎ።**

እንታይ ከም ዝገብሩ

- **ንኣካላትካ ነቲ ኮቪድ-19 ከስዕብ ዝኽእል ኮርናቫይረስ ብኸመይ ከምዘለልዎን ከምዘቃለሰን ይምህር።**
- ክታቦታት ፒፋይዘርን ሞደርናን ተላእኺ mRNA (mRNA) ይሕዙ። ተላእኺ /mRNA ከኣ ከም ናይ መምርሒ ማንዋል እዩ። ንኣካላትካ ዘይጓዳእ ፕሮቲን ከምቲ ኣብ ኮርናቫይረስ ዘሎ ዝመስል ብኸመይ ከም ዝሰርሑ ይምህር። ኣካላትኩም ነቲ ፕሮቲን ይምልስን ከምኡ ድማ ንሕማም ዝከላኸሉ ሞህሮታትን ጸረነፍሳትን ይፈጥሩን፡ እዚኣቶም ድማ ነዚ ኮርና ቫይረስ የለልዎን ይሞገእዎን።
- እቲ ክታቦት ጆንሰን & ጆንሰን ተላባዒ ቫክሲን ክታቦት እዩ። ንሱ ካብቶም ሰዓል ዘምጽኡ ካብ ስድራቤት ቫይረሳት ነቶም ዝይጓድኡ ኣደናቫይረስ ይሕዙ። ኣብ'ቲ ክታቦት ዘሎ እቲ ኣደናቫይረስ ካብ'ቲ ግራጭ ፕሮቲን ናይ ኮርና ቫይረስ ጂን ይስከም። እዚ ከኣ ንኣካላትኩም ነቲ ኮቪድ-19 ዘምጽእ ኮርናቫይረስ ንክለልዮን ክቃለሶን ይምህር።
- **ብዘየገድስ እንታይ ዓይነት ክታቦት ትወስዱ፡ ኣካላትኩም ኣብ መጻኢ ነዚ ኮርና ቫይረስ እንተርእይዎ ክከላኸለልኩም ድሉው ክኸውን እዩ።**

እንታይ ከም ዘይገብሩ

- እዚኣቶም ኮርና ቫይረስ **ኣይሕዙን** እዮም ስለዚ ድማ ኮቪድ-19 **ከምጽእልኩም ኣይክእሉን** እዮም።
- ንሳቶም ዲኤንኢይካ ወይ መበቆላዊ ነገር **ኣይልውጥዎን** እዮም።
- ናይ ወሊድ/መፍረ ጸገም **ኣየምጽኡን** እዮም።

ኣብ ክታቦታት ኮቪድ-19 እንታይ ኣሎ፤

ፋይዘር ከምኡ'ውን **ሞደርና** ክታቦታት ብመልእኽተኛ mRNAን ከምኡ'ውን mRNA ኣብ ኣካልካ ንኽሰርሑ ዝሕግዙ ትሕዝቶ ዝሓዙ፡ ስብሒታት፡ ፖታሲዩምን ነቲ መልእኽተኛ mRNA ካብ ብዝሒ ኣሲድ፡ ጨውን ሸኾርን ዝከላኸል ህይወት ዘለዎም ዝተወሃሃደ ነገር ዘለዎም እዮም።

ክታቦታት ጆንሰን & ጆንሰን ምስ ሓበሬታ ካብ ኮርናቫይረስ ኣብ ልዕሊኡ፡ ዝተማሓየሽ ኣደናቫይረስ ኣለዎም፡ ብተወሳኺ ንሶም ነቲ ክታቦት ክሃድእ ዝሕግዝ ነገራት ከም፡ ጨው፡ ሸኾርን ካልእ ውህደት ኣርጋኒክን ኣለዎም።

እቶም ክታቦታት እንቋቋሓሉ፡ መዐቕቢታት፡ ላተክስ፡ ናይ ሓሰማ ወይ ካልእ እንስሳ ውጺኢታት ወይ ናይ ዕሽል ሞህሮታት **ኣይሕዙን** እዮም።



ሃዚ ክታበታት መን ክወስዶ ይኽእል፡

ኩሎም ተቐመጥቲ ኦሪጎን ካብ 5ን ልዕሊኡን ዝዕድሚኦም ናይ ኮቪድ-19 ክታበት ክወስዱ ብቑዓት እዮም። ካብ 15-17 ዝዕድሚኦም ሰባት ናይ Pfizer ክታበት ክወስዱ ኣለዎም። ልዕሊ 18 ዝዕድሚኦም ሰባት ዝኾነ ካብቲ ዘሎ ክታበታት ክወስዱ ይኽእሉ እዮም።



- ነፍሰ ጸር ወይ ተጥብቂ ኮይንኪ፡ ወይ
- ዝኾነ ዕቱብ ኣለርጂታት ኣለኩም

ተመራመርቲ ሳይንስ ንቆልዑን ኮተቴታት ትሕቲ 5 ዓመት ዝኾውን ክታበት ኣብ ምስራሕ ይርከቡ።

ኅናዊ ሳዕቤናት

ብዙሕ ሰብ ድሕሪ/ዚ ክታበት ድኹም ኅናዊ ሳዕቤናት ይምኮር። እዚ ምልክት ናይቲ ኣካልኻ እቲ ክገብር ዝግብኡ፡ ምህናጽ ምክልኻል ኣንጻር እዚ ሕጻንም ይገብር ከምዘሎ እዩ።

- ልሙድ ኅናዊ ሳዕቤናት ከም ምቕሳል ወይ ምቕያሕ ኣብቲ ክታበት ዝወሰድክምሉ ክፍለ፡ ርእሲ ሕጻንም፡ ድኻም ከምኡውን/ ወይ ትሑት ርስኪ(ትሕቲ 100.4) የጠቓልሉ። እዞም ምልክታት ድሕሪ/ቲ ካልኣይ ዶዝ ዝያዳ ልሙዳት እዮም።
- እዞም ምልክታት ዝበዝሕ ግዜ ኣብ ውሽጢ ሓደት መዓልታት ባዕሎም ይጠፍኡ። እንተዘይጠፈኡም፡ ንሓኪምኩም ወይ ክለኒክ ደውል።

ሳሕቲ፡ ግን ከኣ ከቢድ ጸገማት

ውሑድ እዩ፡ ኮይኑ ግን ገለ ሰባት ከቢድ ናይ ኣለርጂ/ቁጥጥዕ ግብረመልሲ ኔርዎም ነቲ ክታበት። ኩሎም እዞም ሰባት ሽዑ ንሽዑ ሕክምናዊ ሓገዝ ረኺቦም እዮም።

- ነፍሲ ወከፍ ነዞም ክታበታት ዝወስድ፡ ድሕሪ ምውሳድ ዝኾነ ግብረመልሲ ምስ ዘርእዩ፡ ኣባላት ሕክምና ምእንቲ ክሕግዝዎም እንተወሓደ ን15 ደቓይቕ ኣብቲ ቦታ ክጸንሑ ኣለዎም።
- ኣብ ዝሓለፈ እዋን ብርቱዕ ኣለርጂያዊ ግብረ መልሲ ነይሩኩም እንተኾይኑ፡ ምስ ሓኪምኩም ወይ ክለኒክ ተዘራረብ።

ጅንሶንን & ጅንሶንን ክታበት ምስ ኣዘዩ ሳሕቲ ግን ከኣ ከቢድ ናይ ደም ምርጋእ ምዝንባዕ ክተሓሓዝ ይኽእል እዩ። ድሕሪ ዝያዳ መጽናዕቲ፡ ናይ ሃገርን ናይ ስተይትን ሰብ መዚን ጅንሶንን & ጅንሶንን ክታበት ምጥቃም ውሑስ መድኃኒ ተሰማሚዖም።

ክታበት ጅንሶን & ጅንሶን እንተድኣ ወሲድኩም፡ ድሕሪ ክታበትኩም ንሰለስተ ሰሙናት ነዞም ምልክታት እዚኦም ተኸታተሉ፡

- ከቢድ ሕጻንም ርእሲ ወይ ዘይገድፍ ሓምም ርእሲ
- ሕበጥ ወይ ቃንዛ እግሪ
- ደብዛዝ ምርኣይ
- ናይ ምስንታፋስ ጸገም
- ቃንዛ ኣፍልቢ ወይ ድማ ከቢድ ናይ ከብዲ ቃንዛ
- ኣብታ ዝተወጋእኩምላ ብትሕቲ ቆርበትኩም ቀለል ስምብራት ወይ ደቂቕቲ ናይ ደም ትንኳዓት

እንተድኣ ዝኾነ ካብ'ዞም ምልክታት ኣለኩም ኮይኑ፡ ናብ 911 ደውሉ ወይ ድማ ሕክምናዊ ኣቓልቦ ሕተቱ። ነቲ ወሃቢ ሕክምና ድማ ክታበት ጅንሶን & ጅንሶን ከምዝወሰድኩም ምንጋር ኣገዳሲ እዩ። በዚ ድማ ንሳቶም በቲ ልክዕ መገዲ ምክንኻን ክገብርልኩም ክኽእሉ ምእንቲ።

ሕቶታት ወይ ዝተሓዋወሰ ስምዒታት ምስ ዝህልወኩም ደገፍ ኣለፍ

እዞም ክታበታት ኣብ ዙርያ እቶም ንሓልዮሎም ሰባት ዳግማይ ክገኙዎን ከኸእለፍ ስለዝኸእል ተስፋ ክስምዓኩም ይኸእል እዩ። ፍርሒ ክስምዓኩም ይኸእል እዩ። ካልእ ዝሕብሩ ሰብ እንተደኣ ኮይንካ (ጸዕዳ ዘይኮነ)፡ ነቲ ካብቶም ቅድሚ ሕጂ ምስ ሕብረተሰብካ ዝነበረ ምትእምማን ዝበተኹ ናይ ሕክምና ስርዓት ዝመጽእ ዘሎ ክታበታት ክትኣምኖ ከጸግመካ ይኸእል እዩ። ሕክምናዊ ዓሌትነት ኣብ ዝሓለፈን፡ ኣብዚ እዋንን ብሓቂ ዘሎ እዩ። ከተሓሳስበኩም ዝኸእል ነገር ክህሉ ከም ዝኸእል ድማ ርዱእ ነገር እዩ። **ተወሳኺ ሓበሬታ ከምኡውን ሓገዝ ርኽቡ።**

- ምስ ሓኪምኩም ወይ ክሊኒክ ተዘራረቡ። ሓኪም እንተዘይብልኩም ናብ 2-1-1 ወይ 1-866-698-6155 ብምድዋል ን211 ጸውዑ።
- እንተደኣ ብዓሌትነት ዝኣክል ኣእምሮኹምን ስሚዒትኩምን ተተንኪፍኩም ናብ ኣረገን ናይ ምሉእ ስተይት ናይ ዓሌታዊ ፍትሒ ሓጋዚ መስመር ደውሉ። 503-575-3764 | linesforlife.org/racial-equity ናይ ሓገዝ መስመር
- ናብ ምሉእ ናይ ክፍላሃገር ኣራጎን ውሕስነት + ሓያል መስመር ሓገዝ ንስምዒታዊ ደገፍን ምንጪ ውክሳን ደውሉ። ኣብ ቅልውላው ክትህልዉ ኣየድልን እዩ። 1-800-923-ሓገዝ (4357) | linesforlife.org/obhsl/

ናይ ከባቢኻ ሓበሬታ ንምርካብ፡ ኣብ ናይ ካውንቲ መርበብ ሓበሬታ “COVID-19” ኢልኹም ፈትሹ።

