

# د کووېډ-19 واکسين څنگه کار کوي؟

انګليسي 031121

## د کووېډ-19 واکسين تاسو په ناروغۍ باندې له اخته کېدو څخه ژغوري.

د روغتيا محلي، سيمه ييز، او ملي متخصصين د کووېډ-19 واکسينو د کولو سپارښتنه کوي. دمګړۍ، د لويانو لپاره د امريکې په متحده ايالتونو کې 2 واکسين تاييد شوي دي: Moderna او Pfizer. د ښه مؤثريت لپاره د دغو دواړو واکسينو دوه وو دوزو ته اړتيا ده. د هغو خلکو 95% چې دوه دوزه واکسين کوي په کووېډ-19 باندې له اخته کېدو څخه خوندي دي.

دا عامه ده چې له ورته واپروس سره د مقابلي لپاره له يوه څخه ډېر واکسين ترلاسه شي. د دغو دواړو واکسينو خونديتوب او مؤثريت ثابت شوي دي.

طبي متخصصين لاهم زده کړې کوي چې په دې پوه شي چې دغه واکسين تاسو د څومره مودې لپاره خوندي ساتي او دا چې ايا تاسو د کووېډ-19 له خپراوي څخه ساتي کنه. دا به يو څه وخت ونيسي چې ټول هغه کسان چې غواړي واکسين ترلاسه کړي وکولای شي ترلاسه يې کړي. په منظم ډول د خپلو لاسونو مينځلو ته دوام ورکړئ، ماسک واچوئ، خپله فاصله مراعات کړئ، او حتی که واکسين مو هم کړي وي، خپلې غونډې لنډې او مختصرې جوړې کړئ.



## ياد واکسينونه څه نه کوي

- ياد واکسين کرونا واپروس نه لري او نشي کولای تاسو ته کووېډ-19 درکړي.
- ياد واکسين ستاسو ډي اېن اې يا جنيتيکي مادې ته تغير نه ورکوي. ياد واکسين ستاسو د حجرو هستې ته — هغه ځای چې ډي اېن اې پکې ژوند کوي، نه ځي.

## ياد واکسينونه څه کوي

- ياد واکسينونه ستاسو بدن ته ښوونه کوي چې څنگه هغه کرونا واپروس وپېژني او مبارزه وروسره وکړي چې د کووېډ-19 سبب ګرځي.
- هغوی د (mRNA) RNA پيغام رسوونکی لري.
- mRNA د لارښوونې د کتاب په شان دی. دا ستاسو بدن ته ښوونه کوي چې په کرونا واپروس کې د موجود پروټين په څېر بې ضرره پروټين توليد کړي. ستاسو بدن د پروټينو پر وړاندې غبرګون ښيي او له ناروغۍ سره د مقابلي حجرو او انټي باډيز توليدوي چې کولای شي کرونا واپروس تشخيص او مبارزه ورسره وکړي.
- که ستاسو بدن په راتلونکي کې کرونا واپروس وويني، نو چمتو به وي چې تاسو خوندي کړي.



## د کووېډ-19 په واکسينو کې څه دي؟

د Moderna او Pfizer واکسينونه د mRNA او داسې موادو لرونکي دي چې له mRNA سره مرسته کوي چې ستاسو په بدن کې کار وکړي: غوړ، پوتاشيم، عضوي مرکبات چې mRNA له ډېر اسيد، مالګې او بورې څخه خوندي ساتي. په واکسينو کې د خوګ د غوښتې توليدات، هګۍ، گياهي شيره، يا کيمياوي مواد چې واکسين وساتي، شتون نه لري.

## څوک کولای شي دغه واکسين وکړي؟



- 16 کلن یا د زیات عمر لرونکي لویان (Pfizer)
- 18 کلن یا د زیات عمر لرونکي لویان (Moderna)
- له خپل ډاکټر یا کلینیک سره خبرې وکړئ که چېرې تاسو:
- امېندواره یاست یا شیدې ورکوئ، یا
- کوم ډول جدي حساسیت لرئ

ساینسپوهان د ماشومانو او له 16 کلونو څخه د ټیټ عمر ځوانانو لپاره په واکسينو باندې کار کوي.

## جانبی عوارض

- ډېر شمېر خلکو ته له واکسينو وروسته ملایم جانبی عوارض پیدا کېږي. د واکسينو جانبی عوارض هغه نښې دي چې نښي ستاسو بدن هغه کار کوي چې باید ویې کړي: د ناروغۍ پر وړاندې د خونديتوب رامنځ ته کول.
- د جانبی عوارضو په عامو نښو کې، د واکسينو د تزریق د ځای سوروالی، د سر درد، ستړیا، او/یا (له 100.4 څخه ټیټه) تبه شامله ده. دغه نښې معمولاً له دویم دوز وروسته څرگندېږي.
  - دغه جانبی عوارض معمولاً پخپله په څو ورځو کې ورکېږي. که ورک نشول، خپل ډاکټر یا کلینیک ته زنگ ووهئ.
  - دا ډېر لږ پېښېږي، اما ځینو خلکو شدید الرژیکي غبرگون نیودلی. ټولو دې خلکو په سملاسي توګه طبي مرستې ترلاسه کړې دي.
  - هر هغه څوک چې دغه واکسين کوي باید د واکسينو له تطبیق وروسته لږ تر لږه د 15 دقیقو لپاره پاتې شي، ترڅو طبي کارمندان وکولای شي د غبرګون په صورت کې له هغوی سره مرسته وکړي.
  - که تاسو په تېر وخت کې شدید الرژیکي غبرګون لرلی وي، له خپل ډاکټر یا کلینیک سره خبرې وکړئ.

## د پوښتنې یا متفاوتو احساساتو د لرلو په صورت کې ملاتړ موجود دی

تاسو ښايي هیله من واوسئ چې واکسين به زموږ لپاره دا امکان مساعد کړي چې د هغو کسانو په څنګ کې واوسو چې زموږ لپاره مهم دي. تاسو ممکن عصبي احساس ولرئ. که تاسو سپین پوستی نه یاست، تاسو ممکن دا اندېښنه ولرئ چې څنګه د داسې طبي سیستم په واکسينو باندې باور ولرئ چې ستاسو په ټولنه کې یې له مخکې څخه خپل اعتماد له لاسه ورکړی دی. طبي تبعیض په تېر او اوس کې یو واقعیت دی. د اندېښنې لرل د پوهاوي وړ دي. **ډېر څه زده کړئ او ملاتړ ترلاسه کړئ:**

- له خپل ډاکټر یا کلینیک سره خبرې وکړئ. که تاسو ډاکټر نه لرئ، 1-1-2 یا د Multnomah ولسوالۍ د لومړني مراقبت کلینیکونو ته زنگ ووهئ: 503-988-5558 | [multco.us/health/primary-care-clinics](https://multco.us/health/primary-care-clinics)
- که تاسو د تبعیض له امله په رواني یا عاطفي ډول باندې اغېزمن شوي یاست، نو د اورېګون ایالت د ځانګړي نژادي ارزښت د ملاتړ تلفوني کرښې ته زنگ ووهئ: [linesforlife.org/racial-equity-support-line](https://linesforlife.org/racial-equity-support-line)
- د عاطفي ملاتړ او د سرچینو د ارجاع لپاره د اریګون ایالت خوندي + پیاوړې تلفوني کرښې ته زنگ ووهئ. تاسو اړتیا نه لرئ چې په کرکېچ کې واوسېږئ. [linesforlife.org/obhs](https://linesforlife.org/obhs) | 1-800-923-HELP (4357)
- د نورو معلوماتو لپاره [multco.us/covid-vaccine](https://multco.us/covid-vaccine) وګورئ.