የኮቪድ-19 ክትባት ወስደዋል፡፡ አሁንስ?

112921 አማርኛ

እራስዎን እና ሌሎችን ለመጠበቅ የኮቪድ-19 ክትባት መውሰድ በጣም አስፈላጊ እርምጃ ነው። አሁን ክትባት ወስደዋል፤ ምን ማወቅ ይፈልጋሉ?

ክትባቱ እርስዎን ለመጠበቅ ምን ያደርጋል

ሁሉም የኮቪድ-19 ክትባቶች ኮቪድ-19ን የሚያስከትለውን ኮሮና ቫይረስ እንዴት እንደሚለይ እና እንደሚዋጋ ለሰውነትዎ ያስተምራሉ።

የሕክምና ባለሙያዎች ክትባቱ ምን ያህል ጊዜ እንደሚጠብቅዎት እያጠኑ ነው። ክትባት የወሰዱ ሰዎች የሕመም ስሜት ባይኖርባቸውም ቫይረሱን ማሰራጨት የሚችሉ መሆናቸውን አለመሆናቸውን ለማወቅ አሁንም ጥናት በማድረግ ላይ ናቸው። ሰዎች በብዛት ክትባቱን እየወሰዱ ሲሄዱ የበለጠ ያውቃሉ።

የ Pfizer እና Moderna ሁለት ክትባቶችን መከተብ ይኖርብዎታል፡፡

ለመጀመሪያው የወሰዱትን የመድኃኒት ዓይነት ለሁለተኛውም ተመሳሳይ ያግኙ።

በአንደኛ እና በሁለተኛ የክትባት ጊዜ መካከል መኖር ያለበት የጊዜ ርቀት በሚወስዱት የክትባት ዓይነት ይወሰናል።

- ለ ፕፊዘር-ባዮኤንቴክ /Pfizer-BioNTech/ - ሁለተኛ ክትባት የመጀመሪያውን ክትባት ከወሰዱ በኋላ በ 3 ሳምንታት (ወይም 21 ቀናት) ጊዜ ውስጥ ይሰጣል
- ለ ሞደርና (Moderna) - ሁለተኛ ክትባት የመጀመሪያው ክትባት ከተወሰደ ከ 1 ወር (ወይም 28 ቀናት) በኋላ ይሰጣል

ሁለተኛውን ክትባትዎን በተቻለ መጠን በባለሙያ በሚሰጠው ምክር መሠረት ቅርብ በሆነ ጊዜ ይውሰዱት። ከሚመከረው ጊዜ ባለፈ ቀን ሁለተኛውን ክትባት መከተብ ቢኖርብዎት ምንም ችግር የለውም። በተቻልዎት ፍጥነት ይከተቡ። እንደገና ክትባቱን ከመጀመሪያው መጀመር የለብዎትም።

ሁለተኛው ክትባት በጣም አስፈላጊ ነው፦ ክትባቱ ለእርስዎ ከኮቪድ-19 የሚያደርግልዎትን ጥበቃ ደረጃ ይጨምረዋል እንዲሁም ሁለተኛው ክትባት ተከትበው 2 ሳምንት እስኪሞላዎት ድረስ ሙሉ በሙሉ እንደተከተቡ አይቆጠርም።

ለ Johnson & Johnson ክትባት አንድ ጊዜ ብቻ መከተብ ይበቃዎታል፡፡

የ Johnson & Johnson ክትባት አንዱን ብቻ ክትባት ከወሰዱ በኋላ የእርስዎ ሰውነት ከ 2 ሳምንታት በኋላ እርስዎን ከበሽታው ለመጠ በቅ ዝግጁ ይሆናል።

የአጭር ጊዜ የጎንዮሽ ጉዳቶች

ብዙ ሰዎች የኮቪድ-19 ክትባቱን ከወሰዱ በኋላ የጎንዮሽ ጉዳቶች ታይቶባቸዋል። እነዚህ የጎንዮሽ ጉዳቶች ኮቪድ-19 አይደሉም። ክትባቶቹ ሕይወት ያለው ቫይረስ በውስጣቸው አይዙም ደግሞም በሽታውን ሊያስተላልፉብዎት አይችሉም።

የክትባት የጎንዮሽ ጉዳቶች ሰውነትዎ ማድረግ ያለበትን እያደረገ መሆኑን ምልክቶች ናቸው። ቫይረሱን ለመከላከል መከላከያ እየገነባ ነው። አንዳንድ ሰዎች ምንም የጎንዮሽ ጉዳት የላቸውም፤ ነገር ግን ክትባቱ እንዲህም ሆኖ በሰውነታቸው ውስጥ መከላከያ እየገነባ ነው።

የተለመዱ የጎንዮሽ ጉዳቶች የሚከተሉትን ሊያካትቱ ይችላሉ፦

- ክትባቱን በተወጉበት ቦታ ላይ ህመም ወይም መቅላት
- ድካም
- ራስምታት
- ትኩሳት

የጎንዮሽ ጉዳቶች አብዛኛውን ጊዜ በራሳቸው በጥቂት ቀናት ውስጥ ይጠፋሉ። ካልጠፉ ለግል ሐኪምዎ ወይም ህክምና ወደ የሚከታተሉበት ክሊኒክ ይደውሉ። የግል ሐኪም ከሌልዎት እርዳታ ለማግኘት ወደ 211 ደውለው እንድ ያግኙ።

ከመጀመሪያው በኋላ የጎንዮሽ ጉዳቶች ቢኖሩም - የክትባት አቅራቢ ወይም ዶክተርዎ እንዳይወስዱ ካላዘዝዎ በስተቀር ሁለተኛውን የ Pfizer ወይም Moderna ክትባት ይውሰዱ። በአብዛኛው ሰው ላይ ከሁለተኛው ክትባት በኋላ የጎንዮሽ ጉዳቶች ይበልጥ የሚታዩ ናቸው። ምንም እንኳ አንዳንድ የጎንዮሽ ጉዳቶች በቀላል የሚታዩ ባይሆኑም፣ ለረዥም ጊዜ አይቆዩም እንዲሁም ከኮቪድ-19 ራስን ለመጠበቅ የግድ ሕመሙን መቻል ያስፈልጋል።

ለጎንዮሽ ጉዳቶች የሚሰጡ ሕክምናዎች

ክትባቱን ከወሰዱ በኋላ ሕመም እና ምቾት ማጣትን ደረጃ ለመቀነስ፣ ንጹሕ፣ ቀዝቃዛ፣ እርጥብ ፎጣ ወይም ጨርቅ በተከተቡበት ቦታ ላይ ያድርጉ። ሕመም ስሜት ካለው እጅዎትን ይጠቀሙ ወይም ያንቀሳቅሱት።

በትኩሳት ምክንያት የሚፈጠር ምቾት ማጣትን ለመቀነስ፣ በርካታ ፈሳሽ ነገር ይጠጡ። ቀለል ያለ ልብስ ይልበሱ።

ያለ ሐኪም ትዕዛዝ የሚሸጡ መድኃኒቶች

ከሐኪም ቀጠሮዎ በፊት ምንም ዓይነት ትኩሳትን የሚቀንስ መድኃኒት አይውሰዱ። የጎንዮሽ ጉዳቶቹን መፍትሔ መስጠት የሚያስፈልግዎት ከሆነ ለማወቅ ይጠብቁ።

እንደ ibuprofen (Advil)፣ acetaminophen (Tylenol)፣ አስፕሪን ወይም antihistamines የመሳሰሉ ያለ ሐኪም ትዕዛዝ የሚሸጡ መድኃኒቶችን **ከተከተቡ በኋላ** ሕመም እና ምቾት ማጣት **የሚሰማዎት** ከሆነ ይውሰዱ። እነዚህን መድኃኒቶች ዝምብለው እንዳይወስዱ የሚከለክልዎት ማናቸውም የጤና ችግር ከሌለብዎት ብቻ እነዚህን መድኃኒቶች ይውሰዱ። ጥያቄዎች ካልዎት የእርስዎን ዶክተር ወይም ክሊኒክ ያነጋግሩ።

ነፍሰጡር ሴቶች ከፍተኛ ትኩሳት ከያዛቸው እና ይህን ሕመም ለማስታገስ Tylenol መጠቀም ከተገደዱ ከፍተኛ የአደጋ ስጋት ውስጥ ሊገቡ ይችላሉ። ጥያቄዎች ካልዎት የእርስዎን ዶክተር ወይም ክሊኒክ ያነጋግሩ።

ያልተለመዱ፣ ሆኖም ከባድ የሆኑ ችግሮች

ነገር ግን አንዳንድ ሰዎች ላይ ክትባቱን ከወሰዱ ከ 15 እስከ 30 ደቂቃዎች ውስጥ ከባድ የአለርጂ ችግር ይገጥማቸዋል፤ ይህ የሚከሰተው አልፎ አልፎ ነው። እነዚህ ሁሉ ሰዎች ወዲያውኑ የሕክምና እርዳታ ያገኛሉ። በጣም ከባድ የሆነ ችግር ከገጠሟት ሁለተኛውን ክትባት ከመውሰዳቸው በፊት ሐኪምዎን ያነጋግሩ።

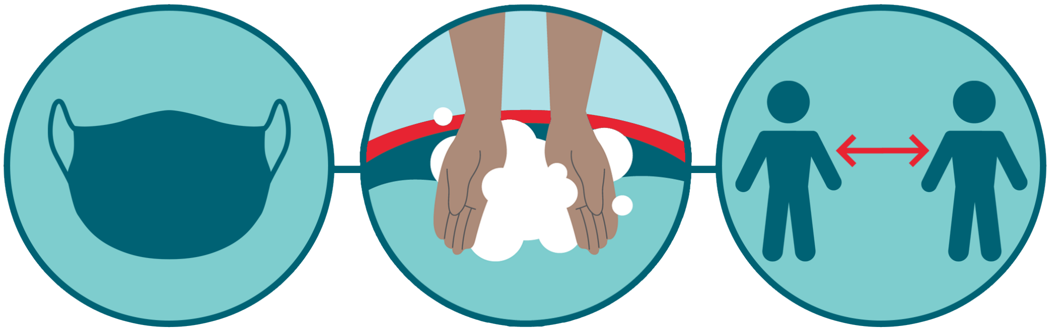
የ Johnson & Johnson ክትባት በጣም ካልተለመደ ግን ከባድ ከሆነ የደም መርጋት ችግር ጋር ሊገናኝ ይችላል። ተጨማሪ ጥናት ከተደረገ በኋላ፣ የብሔራዊ እና የስቴት የጤና ባለሥልጣኖች የ Johnson & Johnson ክትባት መጠቀም ለደኅንነት አስተማማኝ ስለ መሆኑ ከስምምነት ላይ ደርሰዋል።

ራስዎን ይጠብቁ፤ ሌሎችን ይጠብቁ

- ለራስዎ የተሻለ የሚባለውን መከላከያ ለመገንባት ሙሉ በሙሉ ከተከተቡ በኋላ ሁለት ሳምንታትን ጊዜ ይወስዳል።
- ክትባት መውሰድ ለሚፈልጉ ሁሉ ክትባቱን ለመውሰድ እንዲችሉ የተወሰነ ጊዜ ይወስዳል።
- አንዳንድ ሰዎች ገና መከተብ አይችሉም።በአሁኑ ጊዜ ከ 5 ዓመት በታች ለሆኑ ሕፃናት COVID-19 ክትባት የለም።
- ኣንዳንድ ሰዎች ባላቸው የጤንነት ሁኔታ እና አለርጂክ የተነሳ ክትባቱን መውሰድ ኣይችሉም።
- አሁን ያሉት ክትባቶች ምን ያክል ከቫይረሱ የተለያዩ ዓይነቶች ለእኛ ጥበቃ ሊያደርጉልን እንደሚችሉ አናውቅም።

እኛ እንደ ማኅበረሰብ ጥበቃችንን በምንገነባበት ጊዜ፣ አሁንም በጣም የመያዝ ስጋት ያላቸውን ቤተሰቦቻችንን፣ ጓደኞቻችንን እና ጎረቤቶቻችንን መንከባከብ አለብን።

- ከሌሎች ጋር በሚሆኑበት ጊዜ ማስክ ያድርጉ
- ብዙውን ጊዜ እጅዎን ይታጠቡ፤ ወይም የእጅ የማጸዳጃ ሳንታይዜር ይጠቀሙ
- ርቀትዎን ይጠብቁ (በእርስዎ እና በሌሎች መካከል 6 ጫማ ይለያዩ)
- ስብሰባዎችን የሚቻል ከሆነ ትንሽ፣ አጭር ጊዜ፣ እና ከቤት ውጭ ያድርጉ
- ከታመሙ ቤትዎ ይቆዩ እናም የኮቪድ-19 ምርመራን ለማካሄድ ከሐኪምዎ ጋር ይነጋገሩ።



አካባቢያዊ መረጃ ለማግኘት በ ሀገርዎ ድረገጽዎ ላይ “ኮቪድ-19”ን ይፈልጉ።

Clackamas County · Columbia County Oregon · Multnomah County Health Department · Washington County Oregon