የኮቪድ-19 ክትባት የሆኑትን mRNA ክትባት (Pfizer/BioNTech, Moderna) የተመለከተ አጠቃላይ መረጃ

ክትባቱ ውጤታማ እና ደህንነቱ የተጠበቀ ነውን?

በስዊዘርላንድ ውስጥ እያንዳንዱ ክትባት ጥቅም ላይ እንዲውል ፈቃድ ይፈልጋል። ለዚሁ ዓላማ ለደህንነት ፣ ውጤታማነት እና ጥራት ከፍተኛ መስፈርቶችን ማሟላት አለበት።
የስዊዝ ቴራፒዩቲካል ምርቶች ኤጄንሲ የሆነው Swissmedic የኮቪድ -19 mRNA ክትባቶችን በጥልቀት በመመርመር አፅድቋል ። እነሱ ደህንነታቸው የተጠበቀ እና ውጤታማ ናቸው ። በሙከራ ጊዜ ክትባቱን በሺዎች የሚቆጠሩ ሰዎች ወስደዋል ። እንዲሁም እድሜያቸው በገፋና ሥር የሰደዱ በሽታዎች ባሉባቸው ሰዎች ላይ ደህና እና ውጤታማ ናቸው ፡ ፡

እነዚህ ክትባቶች ፈቃድ ከተሰጣቸው ጀምሮ በቢሊዮን የሚቆጠሩ ሰዎች ተከትበዋል። ባለሙያዎቹ የክትባቶቹን ደህንነት እና ውጤታማነት መከታተላቸውን ቀጥለዋል። የክትባት ጥቅሞች ከሚያስከትሏቸው ጉዳቶች በግልጽ መብለጥ አለባቸው። ከዚያ በኋላ ብቻ ነው ክትባት በስዊዘርላንድ ውስጥ እንዲሰጥ የሚመከረው።

የት መከተብ እችላለሁ?

የፌዴራል መንግስት የክትባት ስትራቴጂ እና የክትባት ምክሮችን አዘጋጅቷል። ወረዳዎቹ ለክትባት ሃላፊነት አለባቸው። ክትባቱን የት ማግኘት እንደሚችሉ ለማወቅ ድረ ገጹን ወይም እርስዎ የሚኖሩበትን ወረዳ የመረጃ መስመር ይመልከቱ (www.foph-coronavirus.ch/cantons)። ወይም ዶክተርዎን ወይም ፋርማሲስትዎን ይጠይቁ።

ክትባቱን እንዲወስዱ የሚመከሩት እነማን ናቸው?

ዕድሜያቸው 12 ዓመትና ከዚያ በላይ የሆኑ ሰዎች በሙሉ የኮቪድ-19 ክትባትን ከ mRNA ክትባት ጋር እንዲወስዱ እንመክራለን።
ይህ ምክረ ሃሳብ በተለይ የሚመለከታቸው አካላት የሚከተሉት ናቸው፡

- በተለይ ለኮሮና ቫይረስ ተጋላጭ የሆኑ ሰዎች (ስር የሰደደ በሽታ ያለባቸው ሰዎች፣ ዕድሜያቸው 65 ዓመትና ከዚያ በላይ የሆናቸው ሰዎችና ነፍሰ ጡር ሴቶች)፤
- በግል ኑሮ ወይም በሙያዊ አካባቢያቸው ከእነርሱ ጋር የቅርብ ንክኪ ያላቸው ሰዎች።

ዕድሜያቸው ከ5 እስከ 11 ዓመት ለሆናቸው ልጆች፣ የ Pfizer/BioNTech የልጅነት ክብታት እንዲሰጣቸው እንመክራለን። ("*ዕድሜያቸው ከ5 እስከ 11 ዓመት ለሆናቸው ልጆች የኮቪድ 19 ክትባት*" የሚለውን በራሪ ወረቀት ይመልከቱ).

መከተብ የሌለበት ማነው?

ለሚከተሉት ግለሰቦች የኮቪድ 19 ክትባትን ከ mRNA ክትባት ጋር አንመክርም፡-

- ለማንኛውም የክትባቱ አካል በተለይም ፖሊኢትሊን ግላይኮል (PEG) ከባድ የተረጋገጠ ወይም ትሮሜታሚን (TRIS) አለርጂ። ያላቸው ግለሰቦች እባክዎ ከአለርጂ ባለሙያ ምክር ይጠይቁ
- ዕድሜያቸው ከ 16 ዓመት በታች የሆኑ ልጆች እና ጎረምሶች ። እስከዛሬ ድረስ በዚህ ዕድሜ ላይ ስለ ክትባት በቂ መረጃ የለም ።

እባክዎ ልብ ይበሉ: ከፍተኛ ትኩሳት አለብዎት? የሕመም ስሜት አለብዎት? ከሆነ የክትባት ቀጠሮዎን ለሌላ ጊዜ ያስተላልፉ።
የ Covid 19 የሙከራ ውጤትዎን እየጠበቁ ነው? ወይስ በአግልሎ ማቆያ ወይም በኳራንቲን ውስጥ ነዎት? እንደዛ ከሆነ ክትባቱን አሁን አይወስዱ ። ክትባቱን በተቻለ ፍጥነት ያግኙ ።

ነፍሰ ጡር ከሆንኩ ወይም ለመፀነስ ብፈልግስ?

የመፀነስ ዕቅድ አለዎት? እንደዚያ ከሆነ፣ በተቻለ ፍጥነት ክትባቱን ይከተቡ። አሁን ነፍሰ ጡር ቢሆኑም ከመጸነስዎ በፊት ክትባቱን አልተከተቡም? እርግዝናዎ 12 ሳምንት ከሆነው ጊዜ ጀምሮ እንዲከተቡ እንመክራለን (ይህም ማለት ከ 3 ኛው ወር እርግዝና ጀምሮ ማለት ነው)። ይሁን እንጂ፣ በእርግዝናዎ የመጀመሪያ ወቅትም መከተብ ይቻላል።

ነፍሰ ጡር ከሆኑ ወይም ለመፀነስ ዕቅድ ካለዎትና ስለ ክትባቱ ጥያቄዎች ቢኖርዎት፣ የጤና እንክብካቤ ሰጪዎን ወይም አዋላጅ ሐኪምዎን ያማክሩ።

ክትባቱ እንዴት ይሰጣል?

በላይኛው ክንድ ውስጥ መርፌ ይወጋሉ። ከመጀመሪያው ክትባት በኋላ፣ ለ15 ደቂቃ ያህል እዚያው ቆይተው ክትትል ይደረግልዎታል።

በምን ያህል ጊዜ መከተብ ያስፈልገኛል?

ብዙውን ጊዜ ሁለት ዙር ክትባቶች ይወሰዳሉ። የመጀመሪያውን ክትባት ከወሰዱ ከአራት ሳምንታት በኋላ ሁለተኛውን ክትባት መውሰድ ይችላሉ። ሁለቱንም ክትባቶች ይውሰዱ። ያኔ ብቻ በተቻለ መጠን በደንብ ይጠበቃሉ።
ቀደም ሲል የተረጋገጠ የኮሮናቫይረስ በሽታ ካለብዎት ብዙውን ጊዜ mRNA አንድ ክትባት ብቻ ያስፈልግዎታል።

በዚህ ውስጥ የማይካተቱት በሽታ የመከላከል ስርዓታቸው የተዳከመ ተጋላጭ ሰዎች ናቸው፤ ከዶክተርዎ ጋር ይመካከሩ።

ዕድሜያቸው 12 ዓመትና ከዚያ በላይ ለሆኑ ሰዎች፣ መሰረታዊ ክትባቱን ከወሰዱ ከ4 ወራት ጀምሮ የማጠናከሪያ ክትባት መውሰድ ይመከራል። (ይህን በራሪ ወረቀት ይመልከቱ፡ «*የማጠናከሪያ ክትባት ከ mRNA ክትባት ጋር*»).

ክትባቱ እንዴት ከበሽታ ይጠብቀኛል?

ሰውነትዎ ከኮቪድ-19 መከላከያ ይገነባል።
ይህ ከሁለተኛው ክትባት በኋላ አንድ ወይም ሁለት ሳምንት ያህል ይቆያል ። ክትባቱ መከላከያዎን ያጠናክራል። ሰውነትዎ ቫይረሱን እንዲቋቋም ይረዳል። እርስዎ በከባድ የኮቪድ 19 የሙያዝ ስጋትዎ በከፍተኛ ሁኔታ ይቀንሳል።
ስለዚህ፣ የ Covid-19 የሕመም ምልክቶች ከነበሩዎት ወዲያውኑ ይመርመሩ።
ይህን ማወቅ አስፈላጊ ነው፡- የተሟላ ጥበቃ የሚባል ነገር የለም ። አንዳንድ ሰዎች በኮቪድ-19 ሊጠቁ ይችላሉ። ስለዚህ፣ የኮቪድ 19 ምልክቶች ካሉብዎት፣ ወዲያውኑ ይመርመሩ።
ክትባቱ እንዴት እንደሚሠራ የበለጠ ዝርዝር መረጃ እዚህ ማግኘት ይችላሉ፡ *www.foph-coronavirus.ch/mrna*

ክትባቱ ለምን ያህል ጊዜ ይጠብቀኛል?

የ mRNA ክትባቶች በሆስፒታል ውስጥ ተኝቶ መታከምን ከሚያስከትል ከባድ የኮቪድ-19 በሽታን በሚገባ ይከላከላሉ። ክትባቱ ከከባድ በሽታ እንድንጠበቅ የሚሰጠን ከለላ በቫይረሱ ዝርያ መሰረት በተለይ በአረጋውያን ላይ ሊቀንስ ይችላል። መጠነኛ በሽታን የመከላከል አቅምና ቫይረሱን የማስተላለፍ ዕድል በሁሉም ሰዎች ላይ በፍጥነትና በይበልጥ ሊቀንስ ይችላል።

<u>ዕድሜያቸው 12 ዓመትና ከዚያ በላይ</u> የሆኑ ሁሉም ሰዎች ሙሉ ክትባቱን ከወሰዱ ከ4 ወራት ጀምሮ የማጠናከሪያ ክትባት እነዲወስዱ እንመክራለን። የማጠናከሪያ ክትባቱ ከኮቪድ-19 የሚኖረንን የመከላከል አቅም ያጠናክራል እንደዚሁም ያራዝማል (በራሪ ወረቀቱን ተመልከት «*የማጠናከሪያ ክትባት*»)።

በክትባቱ ምክንያት በኮቪድ-19 ልያዝ እችላለሁን?
የለም። ክትባቱ ኮቪድ-19 <u>አያስይዝም</u>።
በክትባቶቹ ውስጥ ምንም ኮርኖቫይረስ <u>የለም</u> ።

ቀደም ሲል በኮሮና ቫይረስ ተይዤ ከነበረ መከተብ አለብኝን?
ክትባትን መውሰድ ቀደም ሲል በኮሮቫይረስ በሽታ ከተያዙ በጣም ጥሩ ሀሳብ ነው። በቫይረሱ ከተያዙ በኋላ፣ ለተወሰነ ጊዜ ያህል ከአዲስ ኢንፌክሽን የተጠበቁ ይሆናሉ። ለምን ያህል ጊዜ የሚለው ግን አይታወቅም። የተረጋገጠ የኮሮና ቫይረስ ኢንፌክሽን ከተከሰተ ከአራት ሳምንት ጀምሮ፣ አንድ የክትባት ዶዝ አብዛኛውን ጊዜ ለመሰረታዊ ክትባትነት በቂ ነው። ሁለተኛው የክትባት መጠን ሊቀር ይችላል።

የጎንዮሽ ጉዳቶች አሉ?
ማንኛውም ክትባት የራሱ የሆኑ የጎንዮሽ ውጤቶች ሊኖሩት ይችላሉ። አብዛኛውን ጊዜ ከመጠነኛ እስከ መካከለኛ ደረጃ ያላቸው ሆነው በፍጥነት የሚያልፉ ናቸው። በጣም አልፎ አልፎ፣ ከበድ ያሉ የጎንዮሽ ውጤቶች አሉ። ለምሳሌ፣ ሰዎች mRNA የተባለውን የኮቪድ 19 ክትባት ከወሰዱ በኋላ ከባድ የሆነ የአለርጂክ ተከስቶባቸው ነበር። በጣም አልፎ አለፎ ቢሆንም፣ ክትባቱ በተወሰደ በ14 ቀናት ውስጥ የልብ ጡንቻ ወይም ከረጢት የማበጥ ችግር ተከስቶ ነበር፣ ይህም አብዛኛውን ጊዜ ቀለል ያለ በመሆኑ ሊታከም ችሎ ነበር። ዕድሜያቸው ከ30 ዓመት በታች በሆናቸው ሰዎች ውስጥ፣ እንደዚህ ዓይነት የማበጥ ሁኔታዎች በተደጋጋሚ የተከሰቱት Moderna የተባለው ክትባት ከተወሰደ በኋላ ነበር። ስለዚህ፣ በተለይ ዕድሜያቸው ከ30 ዓመት በታች ለሆናቸው ሰዎች የ Pfizer/BioNTech ክትባት መስጠት ይመከራል። ቀጣዩ ሁኔታ ሁለቱንም ክትባቶች የሚመለከት ነው፡- የኮቪድ 19 መከላከያ ክትባትን መውሰድ የሚያስከትለው ስጋት በታዳጊዎች ላይ እንኳን ቢሆን በሽታው ከሚያስከትለው ስጋት የበለጠ ነው። በኮሮና ቫይረስ መያዝ የልብ ጡንቻዎች ወይም የልብ ከረጢት ማበጥን ሊያስከትል ይችላል።

ከዚህ ውጭ ግን ከባድ የጎንዮሽ ውጤቶችን በተመለከተ ያልተለመዱ የጤና ሁኔታዎች የሉም። አንድ ሰው ክትባቱን ከተከተበ በጥቂት ወራቶች ውስጥ እንደዚህ ያሉ የጎንዮሽ ጉዳቶችን ይጠብቃል። ኤክስፐርቶች ሊሆኑ የሚችሉ ምልክቶችን በቅርበት ይከታተላሉ።

ሊከሰቱ የሚችሉ የጎንዮሽ ጉዳቶች የትኞቹ ናቸው?
- የተከተቡበት ክንድዎ ላይ ያለው ቦታ ቀይ ፣ ህመም ፣ ወይም ያብጣል።
- ራስ ምታት
- ድካም
- የጡንቻ እና የመገጣጠሚያ ህመም
- እንደ ብርድ ብርድ ማለት፣ ትኩሳት ወይም ትንሽ ትኩሳት ያሉ አጠቃላይ ምልክቶች

እነዚህ የጎንዮሽ ጉዳቶች ብዙውን ጊዜ ከክትባት በኋላ ይከሰታሉ። ሰውነት ከበሽታው የመከላከል አቅም እየገነባ መሆኑን ያሳያሉ። ስለዚህ፣ በመለስተኛ መልክ እነሱም እንዲሁ ጥሩ ምልክት ናቸው።
የአለርጂ ችግር በሚከሰትበት ጊዜ ለምሳሌ ክትባቱን ከወሰዱ በኋላ ወዲያውኑ ከባድ እብጠት ፣ መቅላት ፣ ማሳከክ ወይም የትንፋሽ እጥረት አለ፡ የማዮካርዲያል የተለመዱ ምልክቶች የደረት ሕመም፣ የትንፋሽ ማጠር እና የልብ በፍጥነት መምታት ናቸው። እንደዚህ አይነት ምልክቶች ከታዩ ወዲያውኑ ዶክተርዎን ያነጋግሩ።

የጎንዮሽ ጉዳቶች ለምን ያህል ጊዜ ሊቆዩ ይችላሉ?
የጎንዮሽ ጉዳቶች ብዙውን ጊዜ ከጥቂት ቀናት በኋላ ያበቃሉ። ከሳምንት በኋላ አሁንም የጎንዮሽ ጉዳቶች አሉዎት? እየተባባሱ ነው? ወይስ ተጨንቀዋል?
እንደዚያ ከሆነ፣ ዶክተርዎን ወይም የጤና እንክብካቤ ባለሙያዎን ያነጋግሩ።

ክትባት ወስጃለሁ። ሌሎች ሰዎችን በኮሮቫ ቫይረስ መበከል እችላለሁን?
ሙሉ ክትባት እና የማጠናከሪያ ክትባት ከተከተቡ በኋላ ፣ በኮሮና ቫይረስ የመያዝ ዕድልዎና በሽታውን የማስተላለፍ ስጋት በከፍተኛ መጠን ይቀንሳል። ይሁን እንጂ፣ ክትባት 100% ከበሽታ ጥበቃ የማይሰጥ ሲሆን በሽታ የመከላከል አቅሙም በጊዜ ሒደት ይቀንሳል። የመከላከል ውጤት እና የሚቀንስበት ፍጥነት እንደ ቫይረሱ ልውጥ ዝርያ ሊለያይ ይችላል።
<u>እባክዎ ልብ ይበሉ፡</u> እንዳግባብነቱ የንጽህና እና ማስክ የማድረግ ግዴታዎችን ያክብሩ።

የክትባቱን ወጪ የሚሸፍነው ማነው?
ክትባቱ ለእርስዎ የሚቀርበው በነጻ ነው። የጤና ኢንሹራንስ ኩባንያው የክትባቱን የተወሰነ መጠን ይከፍላል። ቀሪውን ደግሞ የፌዴራል መንግስትና ድርጅቱ ይከፍላሉ።

ክትባቱ በፈቃደኝነት ላይ የተመሰረተ ነው?
አዎ። ስዊዘርላንድ ውስጥ የሚሰጥ ክትባት በፈቃደኝነት ላይ የተመሰረተ ነው።

ተጨማሪ መረጃ ከየት ማግኘት እችላለሁ?
ስለ ኮቪድ 19 ክትባት ተጨማሪ መረጃ ለማግኘት፣ የ BAG ድረ ገጽን መጎብኘት ይችላሉ፡
www.foph-coronavirus.ch/vaccination
ወይም ዶክተርዎን ይጠይቁ።.
ወይም በፋርማሲዎ።