

COVID-19 ਟੀਕੇ - ਬਜ਼ੁਰਗ ਕੈਨੇਡੀਅਨਾਂ ਨੂੰ ਕੀ ਜਾਣਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ



ਅਕਤੂਬਰ 2023

National Institute on Ageing

ਸੁਝਾਏ ਗਏ ਹਵਾਲੇ:

Sinha, S. K., Arulnamby, A., Vohra-Miller, S., & Johnstone, J. (2023)। COVID-19 ਟੀਕੇ - ਬਜ਼ੁਰਗ ਕੈਨੇਡੀਅਨਾਂ ਨੂੰ ਕੀ ਜਾਣਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ। National Institute on Ageing। ਟੋਰਾਂਟੋ, ਓਨ.

ਡਾਕ ਪਤਾ:

National Institute on Ageing
Ted Rogers School of
Management
350 Victoria St.
Toronto, Ontario
M5B 2K3
Canada

ਬਾਰੇ National Institute on Ageing

The National Institute on Ageing (NIA) Toronto Metropolitan University (ਪਹਿਲਾਂ Ryerson University) ਵਿਖੇ ਸਥਿਤ ਇੱਕ ਜਨਤਕ ਨੀਤੀ ਅਤੇ ਖੋਜ ਕੇਂਦਰ ਹੈ। NIA ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸਫਲ ਬੁਢਾਪੇ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਸਮਰਪਿਤ ਹੈ। ਵਿੱਤੀ, ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਸਮੇਤ ਵਿਆਪਕ ਦਿਰ੍ਹਸ਼ਟੀਕੋਣਾਂ ਤੋਂ ਬੁਢਾਪੇ ਦੇ ਮੁੱਦਿਆਂ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨਾ ਆਪਣੇ ਆਦੇਸ਼ ਵਿਚ ਵਿਲੱਖਣ ਹੈ।

NIA ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਬਜ਼ੁਰਗ ਆਬਾਦੀ ਦੁਆਰਾ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਕਈ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਅਤੇ ਮੌਕਿਆਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੀ ਬਿਹਤਰ ਜਨਤਕ ਨੀਤੀ ਅਤੇ ਅਭਿਆਸਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਖਾਕਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਅੰਤਰ-ਅਨੁਸ਼ਾਸਨੀ, ਸਬੂਤ-ਅਧਾਰਤ ਅਤੇ ਕਾਰਵਾਈ ਯੋਗ ਖੋਜ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਕਰਨ 'ਤੇ ਕੇਂਦਰਿਤ ਹੈ।

NIA ਸਰਕਾਰੀ, ਨਿੱਜੀ ਅਤੇ ਜਨਤਕ ਖੇਤਰ ਦੇ ਭਾਈਵਾਲਾਂ, ਅਕਾਦਮਿਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ, ਬੁਢਾਪੇ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਸੰਗਠਨਾਂ ਅਤੇ ਕੈਨੇਡੀਅਨਾਂ ਦੇ ਸਾਰੇ ਪੱਧਰਾਂ ਨਾਲ ਉਤਪਾਦਕ ਅਤੇ ਸਹਿਯੋਗੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਲੀਡਰਸ਼ਿਪ ਅਤੇ ਜਨਤਕ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਵਚਨਬੱਧ ਹੈ।

UHN ਬਾਰੇ ਅਤੇ Sinai Health ਸਿਹਤਮੰਦ ਬੁਢਾਪਾ ਅਤੇ ਜੇਰੀਐਟਿਕਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

Sinai Health ਅਤੇ University Health Network ਦਾ ਸਿਹਤਮੰਦ ਬੁਢਾਪਾ ਅਤੇ ਜੇਰੀਐਟਿਕਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਸਾਰੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਵਿਅਕਤੀਆਂ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਗੁੰਝਲਦਾਰ ਅਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਸਮਰਪਿਤ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਆਪਸੀ ਮੁਹਾਰਤ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਖੋਜ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਨਵੀਨਤਾਕਾਰੀ ਮਾਡਲਾਂ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖਿਅਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਬੁਢਾਪੇ ਨੂੰ ਸਮਰੱਥ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਰੇ ਭਾਈਵਾਲਾਂ ਨਾਲ ਸਹਿਯੋਗ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।

ਲੇਖਕ

ਇਸ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਕ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਦੇ ਲੇਖਕ ਸਨ:

**ਡਾ. ਸਮੀਰ ਕੇ ਸਿਨਹਾ (Dr. Samir K. Sinha), MD, DPhil,
FRCPC, FCAHS, AGSF**

ਜੇਰੀਐਟਿਕਸ ਦੇ ਡਾਇਰੈਕਟਰ

Sinai Health ਐਂਡ University Health Network;

ਸਿਹਤ ਨੀਤੀ ਖੋਜ ਦੇ ਡਾਇਰੈਕਟਰ,

National Institute on Ageing;

ਐਸੋਸੀਏਟ ਪਰੋਫੈਸਰ, Department of Medicine, Family and
Community Medicine, Health Policy, Management
and Evaluation, University of Toronto

ਅਰੁਸ਼ਾਨ ਅਰੁਲਨਬੀ (Arushan Arulnamby), MPH

ਨੀਤੀ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਕ, National Institute on Ageing,

Toronto Metropolitan University

ਸ਼੍ਰੀਮਤੀ ਸਬੀਨਾ ਵੋਹਰਾ-ਮਿਲਰ (Ms. Sabina Vohra-Miller), MSc

ਸਪੱਸ਼ਟ ਵਿਗਿਆਨ ਦੇ ਸੰਸਥਾਪਕ

**ਜੇਨੀ ਜੌਨਸਟਨ (Dr. Jennie Johnstone), MD,
PhD, FRCPC**

ਮੈਡੀਕਲ ਡਾਇਰੈਕਟਰ, ਲਾਗ ਰੋਕਥਾਮ

ਅਤੇ ਨਿਯੰਤਰਣ, Sinai Health;

ਛੂਤ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਵਿਭਾਗੀ

ਡਿਵੀਜ਼ਨ ਡਾਇਰੈਕਟਰ, University of Toronto;

ਐਸੋਸੀਏਟ ਪਰੋਫੈਸਰ, Departments of Medicine
and Laboratory Medicine and Pathobiology,
University of Toronto

ਸਮੱਗਰੀ ਦੀ ਸਾਰਨੀ

COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਆਮ ਸਵਾਲ	7
ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਵਾਲ	15
ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਆਬਾਦੀ ਸਮੂਹਾਂ ਵਾਸਤੇ ਸਵਾਲ	19
COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਮਿੱਥਾਂ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰਨਾ	22
ਹੋਰ ਸਵਾਲ	24

ਜਾਣ-ਪਛਾਣ

ਸਾਲ 2020 ਦੇ ਅਖੀਰ ਤੋਂ, ਵੱਖ-ਵੱਖ COVID-19 ਟੀਕੇ ਹਨ ਜੋ ਖੋਜ ਅਤੇ ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਵਿਗਿਆਨ ਦੀਆਂ ਰਿਪੋਰਟਾਂ ਦੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਵਿਕਸਤ, ਪਰਵਾਨਿਤ ਅਤੇ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਦੇ ਵਿਕਸਤ ਹੋਣ ਅਤੇ ਮਨਜ਼ੂਰ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦੀਆਂ ਖ਼ਬਰਾਂ ਉਤਸ਼ਾਹ ਅਤੇ ਉਮੀਦ, ਪਰ ਕੁਝ ਸ਼ੱਕੀ ਵੀ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਸਮਾਜ ਦੇ ਕੁਝ ਸਭ ਤੋਂ ਕਮਜ਼ੋਰ ਮੈਂਬਰਾਂ ਵਿੱਚ ਮਿਲੀਆਂ ਹਨ।

COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਜਾਇਜ਼ ਸਵਾਲ ਅਤੇ ਗਲਤ ਫਹਿਮੀਆਂ ਹਨ, ਉਹ ਕਿਵੇਂ ਬਣੇ ਅਤੇ ਸਾਡੀ ਨਿੱਜੀ ਸਿਹਤ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕੀ ਮਤਲਬ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਕੈਨੇਡਾ ਸੰਕਟ ਦੇ ਪੜਾਅ ਤੋਂ ਦੂਰ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ COVID-19 ਦੇ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਪਰਬੰਧਨ ਵੱਲ ਵਧ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਇੱਥੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਕੈਨੇਡੀਅਨਾਂ ਵਿੱਚ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਉੱਠਣ ਵਾਲੇ ਕੁਝ ਆਮ ਸਵਾਲ ਹਨ ਅਤੇ ਸਬੂਤ-ਸੂਚਿਤ ਜਵਾਬ ਹਨ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੱਥਾਂ ਨਾਲ ਨਵੀਨਤਮ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕੇ।

COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਆਮ ਸਵਾਲ

ਟੀਕੇ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ?

ਸਾਡਾ ਸਰੀਰ ਕਈ ਬੈਕਟੀਰੀਆ, ਵਾਇਰਸ ਜਾਂ ਫੰਗਸ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਰੋਗਾਣੂ ਵਜੋਂ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਬਿਮਾਰੀ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਜੀਵਾਂ ਨਾਲ ਲੜਨ ਲਈ, ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਐਂਟੀਬਾਡੀਜ਼ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਐਂਟੀਜਨ ਨਾਮਕ ਰੋਗਾਣੂ ਦੇ ਇੱਕ ਹਿੱਸੇ ਦੇ ਅਧਾਰ ਤੇ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਇਮਿਊਨਿਟੀ ਵਜੋਂ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ, ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਰੋਗਾਣੂਆਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਐਂਟੀਜਨਾਂ ਲਈ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਐਂਟੀਬਾਡੀਜ਼ ਹਨ।

ਜਦੋਂ ਸਾਡਾ ਸਰੀਰ COVID-19 ਵਾਇਰਸ ਵਰਗੇ ਕਿਸੇ ਨਵੇਂ ਰੋਗਾਣੂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਐਂਟੀਬਾਡੀਜ਼ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਮਾਂ ਲੱਗੇਗਾ। ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਸਾਡਾ ਸਰੀਰ ਵਾਪਸ ਲੜਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਲਾਗ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਬਹੁਤ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਚੁੱਕੀ ਹੋਵੇ ਜੋ ਕਈ ਵਾਰ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਅਤੇ ਮੌਤ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਇਹ ਉਸ ਵਾਇਰਸ ਨਾਲ ਲੜਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਸਾਡਾ ਸਰੀਰ ਐਂਟੀਬਾਡੀ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਮੈਮੋਰੀ ਸੈੱਲ ਵੀ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਇਹ ਯਾਦ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਖਾਸ ਵਾਇਰਸ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਲੜਨਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ, ਅਗਲੀ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਉਸੇ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਸਰੀਰ ਇਸ ਨੂੰ ਯਾਦ ਰੱਖਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਆਪਣੀ ਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਨੂੰ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਇਕੱਠਾ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਉਹ ਥਾਂ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਟੀਕੇ ਲਾਭਦਾਇਕ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਟੀਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕਮਜ਼ੋਰ ਵਾਇਰਸ, ਅਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਐਂਟੀਜਨ ਜਾਂ ਐਂਟੀਜਨ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਲਈ ਬਲੂਪਿਰੰਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਚਾਲੂ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ

ਦੇ ਰੋਗਾਣੂਆਂ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ, ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਅਸਲ ਰੋਗਾਣੂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੀਕਾ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਜਲਦੀ ਹੀ ਪਛਾਣ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਦਾ ਤੁਰੰਤ ਜਵਾਬ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਗੰਭੀਰ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਸ ਨਾਲ ਲੜ ਸਕਦਾ ਹੈ।

mRNA ਟੀਕੇ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕਿਹੜੇ ਉਪਲਬਧ ਹਨ?

mRNA ਜਾਂ ਮੈਸੇਜਰ RNA, ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਕੁਦਰਤੀ ਤੌਰ ਤੇ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਅਣੂ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਇੱਕ ਰੈਸਿਪੀ ਕਾਰਡ ਦੇ ਸਮਾਨ, ਲੋੜੀਂਦੇ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

COVID-19 ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਖੋਜਕਰਤਾ ਦਹਾਕਿਆਂ ਤੋਂ mRNA-ਅਧਾਰਤ ਇਲਾਜਾਂ ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਅਤੇ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਸਨ। ਜਿਵੇਂ ਹੀ COVID-19 ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨ ਵਾਲੇ ਵਾਇਰਸ ਬਾਰੇ ਲੋੜੀਂਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਲਬਧ ਹੋਈ, ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਨੇ ਪਹਿਲਾਂ mRNA COVID-19 ਟੀਕਾ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ।

ਇਨ੍ਹਾਂ ਟੀਕਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਸਿੰਥੈਟਿਕ mRNA ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਸਪਾਈਕ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਐਂਟੀਜਨ ਦਾ ਇੱਕ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਟੁਕੜਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਦੱਸਣ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜੋ ਅਸਲ COVID-19 ਵਾਇਰਸ ਦੀ ਸਤ੍ਹਾ 'ਤੇ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਟੀਕੇ mRNA ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਜਾਂ ਇੱਕ ਰੈਸਿਪੀ ਕਾਰਡ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਕੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਸਪਾਈਕ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਐਂਟੀਜਨ ਦੀ ਥੋੜ੍ਹੀ ਜਿਹੀ ਮਾਤਰਾ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਲਈ

ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਸਾਡਾ ਸਰੀਰ ਪਛਾਣਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਐਂਟੀਜਨ ਸਬੰਧਤ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ COVID-19 ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਸਪਾਈਕ ਪਰੋਟੀਨ ਐਂਟੀਜਨ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਰੱਖਿਆਤਮਕ ਐਂਟੀਬਾਡੀਜ਼ ਪੈਦਾ ਕਰਕੇ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਜੇ ਸਾਡਾ ਸਰੀਰ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਅਸਲ COVID-19 ਕਾਰਨ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਤੁਰੰਤ ਜਾਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਲੜਨਾ ਹੈ। ਵੈਕਸੀਨ ਵਿੱਚ mRNA ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਜਲਦੀ ਨਸ਼ਟ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਵੈਕਸੀਨ ਦਾ mRNA ਤੁਹਾਡੇ DNA ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ ਜਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਬਦਲ ਸਕਦਾ।

mRNA ਟੀਕੇ ਇੱਕ ਦਿਲਚਸਪ ਵਿਗਿਆਨਕ ਤਰੱਕੀ ਹਨ ਅਤੇ ਸਾਨੂੰ ਹੋਰ ਵਾਇਰਸਾਂ ਲਈ ਵੀ ਟੀਕੇ ਡਿਜ਼ਾਈਨ ਕਰਨ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦੇਣਗੇ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ, ਸਾਹ ਸਬੰਧੀ ਸਿੰਕਟੀਅਲ ਵਾਇਰਸ (RSV), ਜ਼ੀਕਾ, ਰੇਬੀਜ਼ ਅਤੇ ਸਾਈਟੋਮੈਗਾਲੋਵਾਇਰਸ (ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ CMV ਵਜੋਂ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ)। mRNA ਟੀਕਿਆਂ ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਕੈਂਸਰ ਨਾਲ ਲੜਨ ਦੇ ਇੱਕ ਨਵੇਂ ਤਰੀਕੇ ਵਜੋਂ ਵੀ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਬਾਲਗਾਂ ਲਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ mRNA COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਨੂੰ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਜੋ SARS-CoV-2 ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਰੂਪਾਂ ਨੂੰ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਪਿਛਲੇ ਤਿੰਨ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਹੇਠ ਲਿਖੇ mRNA ਟੀਕਿਆਂ ਨੂੰ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ: **Comirnaty[®]**, **Comirnaty[®] Original & Omicron BA.4/BA.5**, **Spikevax Bivalent[™]** (Original/Omicron BA. 4/BA.5) ਅਤੇ **Spikevax Bivalent[™]** (Original/Omicron BA.1).

ਇਨ੍ਹਾਂ ਟੀਕਿਆਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਦੋ ਨਵੇਂ mRNA ਟੀਕਿਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਪਤਝੜ ਵਿੱਚ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਤਾਜ਼ਾ ਸਟਰੇਨ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਨੂੰ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ: **Comirnaty[®] Omicron XBB.1.5** ਅਤੇ **Spikevax[®] XBB.1.5**.

Protein subunit ਟੀਕੇ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕਿਹੜੇ ਉਪਲਬਧ ਹਨ?

Protein subunit ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਈ ਦਹਾਕਿਆਂ ਤੋਂ ਪਰਟੂਸਿਸ ਅਤੇ ਹੈਪੇਟਾਈਟਿਸ ਬੀ ਸਮੇਤ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਇਨ੍ਹਾਂ ਟੀਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਸੁੱਖ ਪਰੋਟੀਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਇੱਕ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਥਾਪਤ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਰਾਹੀਂ ਵਿਕਸਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਵਾਇਰਸ ਦੀ ਜੈਨੇਟਿਕ ਸਮੱਗਰੀ ਦਾ ਇੱਕ ਟੁਕੜਾ ਜੋ COVID-19 ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਸਪਾਈਕ ਪਰੋਟੀਨ ਨੂੰ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਲਈ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਰੱਖਦਾ ਹੈ, ਨੂੰ ਦੂਜੇ ਸੈੱਲ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਪਰੋਟੀਨ ਦੇ ਉਤਪਾਦਨ ਦੀ ਆਗਿਆ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਪਰੋਟੀਨ ਨੂੰ ਸੁੱਖ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਮਿਊਨ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਚਾਲੂ ਕਰਨ ਲਈ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪਰੋਟੀਨ ਐਂਟੀਜਨ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਲਈ, ਵੈਕਸੀਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਕ Matrix-M ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਵੱਖ-ਵੱਖ ਟੀਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਕ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ।

Protein subunit ਟੀਕੇ ਲਾਗ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨ ਦੇ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਵਿੱਚ ਵਾਇਰਸ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

ਫਿਲਹਾਲ, ਨੁਵਾਕਸੋਵਿਡ (Nuvaxovid)

[™]COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਬਾਲਗਾਂ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਇੱਕੋ ਇੱਕ protein subunit COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਹੈ।

ਮੁੱਢਲੀ ਲੜੀ ਅਤੇ ਵਾਧੂ ਖੁਰਾਕਾਂ ਵਿੱਚ ਕੀ ਅੰਤਰ ਹੈ?

ਮੁੱਢਲੀ ਲੜੀ ਉਹ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਖੁਰਾਕਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਵਰਤਮਾਨ ਵਿੱਚ, ਸਾਰੇ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਲਈ ਮੁੱਢਲੀ ਲੜੀ ਦੋ ਖੁਰਾਕਾਂ ਵਜੋਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਵਰਤਮਾਨ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ mRNA ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਮੁੱਢਲੀ ਲੜੀ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ। ਜੇ ਇਹ ਉਪਲਬਧ ਨਾ ਹੋਣ, ਤਾਂ protein subunit COVID-19 ਟੀਕੇ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਨੋਟ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਇੱਕ ਮੁੱਢਲੀ ਲੜੀ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਮੁੱਢਲੀ ਲੜੀ ਲਈ COVID-19 ਟੀਕੇ ਦੀਆਂ ਦੋ ਖੁਰਾਕਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਅੰਤਰਾਲ ਅੱਠ ਹਫ਼ਤੇ ਹੈ। ਇਹ ਅਧਿਕਾਰਤ ਅੰਤਰਾਲਾਂ ਨਾਲੋਂ ਲੰਬਾ ਹੈ, ਸਬੂਤਾਂ ਦੇ ਅਧਾਰ ਤੇ ਜੋ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਦੋ ਮੁੱਢਲੀ ਖੁਰਾਕਾਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਲੰਬੇ ਅੰਤਰਾਲ ਨਾਲ ਮਜ਼ਬੂਤ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ, ਵਧੇਰੇ ਟੀਕੇ ਦੀ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ੀਲਤਾ ਅਤੇ ਮਾਇਓਕਾਰਡਿਟਿਸ / ਪੈਰੀਕਾਰਡਾਈਟਿਸ mRNA COVID-19 ਟੀਕੇ ਦੀ ਦੂਜੀ ਖੁਰਾਕ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦਾ ਖਤਰਾ ਘੱਟ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਮੁੱਢਲੀ ਲੜੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਾਧੂ ਖੁਰਾਕਾਂ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕਰਨ ਦਾ ਕਾਰਨ ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਟੀਕੇ ਦੀ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ੀਲਤਾ ਵਿੱਚ ਕਮੀ ਹੈ।

ਮੁੱਢਲੀ ਲੜੀ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ, mRNA COVID-19 ਟੀਕੇ ਵਾਧੂ ਖੁਰਾਕਾਂ ਵਜੋਂ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਲਈ ਤਰਜੀਹੀ ਟੀਕਾ ਹਨ।

ਜੇ mRNA COVID-19 ਟੀਕੇ ਉਪਲਬਧ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਤਾਂ protein subunit COVID-19 ਟੀਕੇ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਦੋ-ਪੱਖੀ mRNA COVID-19 ਟੀਕੇ ਕੀ ਹਨ?

ਸਤੰਬਰ 2022 ਤੋਂ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ bilateral mRNA COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਇਹ ਅਸਲ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਖਰੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਨਾ ਸਿਰਫ SARS-COV-2 ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਮੂਲ ਸਟਰੇਨ ਦੇ ਸਪਾਈਕ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਲਈ mRNA ਹੈ, ਬਲਕਿ SARS-COV-2 ਵਾਇਰਸ ਦੇ Omicron ਵੇਰੀਐਂਟ ਦੇ ਸਟਰੇਨ ਦੇ ਸਪਾਈਕ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਲਈ ਵੀ ਹੈ। ਇਹ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ Omicron ਵੇਰੀਐਂਟ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੁਰੱਖਿਆ ਤੋਂ ਅਸਰਦਾਰ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬਚਣ ਦੇ ਯੋਗ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੇ ਅਸਲ SARS-COV-2 ਵਾਇਰਸ ਸਟਰੇਨ ਅਤੇ ਪਹਿਲਾਂ SARS-COV-2 ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਰੂਪਾਂ ਤੋਂ ਲਾਗਾਂ ਨੂੰ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਬਣਾਇਆ ਸੀ।

ਵਰਤਮਾਨ ਵਿੱਚ, ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਟੀਕਾਕਰਨ ਬਾਰੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਲਾਹਕਾਰ ਕਮੇਟੀ (ਐਨਏਸੀਆਈ (NACI)) ਦੁਆਰਾ ਮੁੱਢਲੀ ਲੜੀ ਲਈ Bivalent mRNA COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਦੇ ਨਵੇਂ ਫੋਰਮੂਲੇਸ਼ਨ ਕਿਹੜੇ ਹਨ?

ਵਰਤਮਾਨ ਵਿੱਚ, ਨਵੇਂ Omicron ਸਟਰੇਨ ਹਨ ਜੋ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ bivalent mRNA COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਦੁਆਰਾ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਬਣਾਏ ਜਾ ਰਹੇ ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਪ੍ਰਚਲਿਤ ਹਨ। ਇਹ ਨਵੇਂ Omicron ਸਟਰੇਨ ਪਿਛਲੇ Omicron ਸਟਰੇਨ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਸਰੀਰ ਤੋਂ ਐਂਟੀਬਾਡੀਜ਼ ਤੋਂ ਬਿਹਤਰ ਬਚਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹਨ।

ਸਾਲ 2023 ਦੇ ਪਤਝੜ ਵਿੱਚ, ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਦਾ ਇੱਕ ਨਵਾਂ ਸੈੱਟ ਉਪਲਬਧ ਹੋਵੇਗਾ ਜੋ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹਾਲ ਹੀ ਦੇ Omicron ਸਟਰੇਨ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਨੂੰ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਬਣਾਏਗਾ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਟੀਕਿਆਂ ਵਿੱਚ SARS-COV-2 ਵਾਇਰਸ ਦਾ ਮੂਲ ਸਟਰੇਨ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗਾ, ਅਤੇ ਇਸ ਦੀ ਬਜਾਏ ਸਿਰਫ ਨਵੇਂ Omicron ਸਟਰੇਨ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਗੇ। ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਮੌਜੂਦਾ ਉਪਲਬਧ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਵਿੱਚ ਬਿਹਤਰ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਉਮੀਦ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ bivalentmRNACOVID-19 ਟੀਕੇ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਇਹ ਅਨੁਮਾਨ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਅਗਲੇ ਸਾਲ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਭਰਤੀ ਹੋਣ ਅਤੇ ਮੌਤਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਪਤਝੜ ਵਿੱਚ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਇੱਕ ਵਾਧੂ ਵੈਕਸੀਨ ਖੁਰਾਕ ਰਾਹੀਂ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਕਾਰਨ ਕਰਕੇ, NACI ਨੇ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਸਾਰੇ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੀ ਮੁੱਢਲੀ ਲੜੀ ਪੂਰੀ ਕਰ ਲਈ ਹੈ, ਉਹ XBB.1.5 ਵਾਲਾ COVID-19 ਟੀਕਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੋ ਪਿਛਲੀ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਜਾਂ ਲਾਗ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਛੇ ਮਹੀਨੇ ਹੋ ਗਏ ਹਨ।

Comirnaty® Omicron XBB.1.5 Pfizer-BioNTech ਅਤੇ **Spikevax® XBB.1.5** (Moderna) ਨੂੰ ਸਤੰਬਰ 2023 ਵਿੱਚ ਹੈਲਥ ਕੈਨੇਡਾ ਦੁਆਰਾ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸੀ, Novavax ਦੁਆਰਾ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਇੱਕ ਨਵੇਂ ਫਾਰਮੂਲੇ ਦੇ ਨਾਲ ਹੈਲਥ ਕੈਨੇਡਾ ਦੁਆਰਾ ਜਲਦੀ ਹੀ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਮਿਲਣ ਦੀ ਉਮੀਦ ਹੈ। ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ, ਪ੍ਰੀਕਲੀਨਿਕਲ ਅਤੇ ਕਲੀਨਿਕਲ ਅੰਕੜਿਆਂ ਨੇ ਦਿਖਾਇਆ ਹੈ ਕਿ ਨਵੇਂ Moderna ਅਤੇ Pfizer-BioNTech ਟੀਕਿਆਂ ਨੇ ਮੌਜੂਦਾ SARS-CoV-2 XBB ਐਕਸਬੀਬੀ *Omicron ਵਾਇਰਸ ਸਟਰੇਨ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਮਜ਼ਬੂਤ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆਵਾਂ ਵਿਕਸਿਤ ਕੀਤੀਆਂ ਹਨ।

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਅਧਿਕਾਰਤ ਟੀਕੇ

ਵੈਕਸੀਨ ਸ਼੍ਰੇਣੀ	ਵੈਕਸੀਨ ਦਾ ਨਾਮ	COVID-19 ਦੇ ਕਿੰਨੇ ਸਟਰੋਨ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ?	ਮੁੱਢਲੀ ਲੜੀ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਤਰਜੀਹ?	ਵਾਧੂ ਖੁਰਾਕਾਂ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਤਰਜੀਹ?
mRNA	Comirnaty™ ਮੂਲ	1		
	Comirnaty® ਮੂਲ ਅਤੇ Omicron BA.4/BA.5	2		
	Comirnaty® Omicron XBB.1.5	1		
	Spikevax™ ਮੂਲ	1		
	ਸਪਾਈਕਵੈਕਸ ਬਾਈਵੈਲੈਂਟ (Spikevax Bivalent)™ (ਮੂਲ / ਓਮਿਕਰੋਨ (Omicron) BA. 4/BA.5)	2		
	Spikevax Bivalent™ (ਮੂਲ/Omicron BA.1)	2		
	Spikevax® XBB.1.5	1		
Protein Subunit	Nuvaxovid™	1		



COVID-19 ਟੀਕੇ ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਿਕਸਿਤ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ। ਕੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਦਮਾਂ ਨੂੰ ਛੱਡ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ?

ਹੈਲਥ ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ [ਵੈੱਬਸਾਈਟ](#), ਮੁਤਾਬਕ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਸਾਰੇ ਮਨਜ਼ੂਰਸ਼ੁਦਾ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ 'ਚ ਇਹ ਹਨ:

- ਟੀਕੇ ਦੀ ਪ੍ਰਵਾਨਗੀ ਲਈ ਆਮ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕੀਤਾ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਟੀਕਿਆਂ ਲਈ ਸਾਰੀਆਂ ਆਮ ਸੁਰੱਖਿਆ, ਗੁਣਵੱਤਾ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ੀਲਤਾ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨੂੰ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਦੇਣ ਲਈ ਕਿਸੇ ਵੀ ਲੋੜ ਨੂੰ ਨਜ਼ਰਅੰਦਾਜ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ; ਅਤੇ
- ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ, ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ੀਲਤਾ ਦੀ ਨਿਰੰਤਰ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕੀਤੀ ਹੈ।

ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਦੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਅਤੇ ਕੰਪਨੀਆਂ ਨੇ ਇਕੱਠੇ ਹੋ ਕੇ ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸਹਿਯੋਗ ਕੀਤਾ ਹੈ ਜੋ ਅਸੀਂ COVID-19 ਟੀਕੇ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਅਤੀਤ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਦੇਖਿਆ ਹੈ। ਸਿਹਤ ਏਜੰਸੀਆਂ ਅਤੇ ਵੈਕਸੀਨ ਖੋਜਕਰਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਨਿਰਮਾਤਾਵਾਂ ਨੇ COVID-19 ਟੀਕੇ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਯਤਨਾਂ 'ਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਵੱਡੀ ਰਕਮ ਦਾ ਨਿਵੇਸ਼ ਕਰਕੇ, ਸਟਾਫ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਤਾਇਨਾਤ ਕਰਕੇ ਅਤੇ ਕਈ ਸਹਿਯੋਗ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਕੇ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਤਰਜੀਹ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਵਿੱਚਈ ਵੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਘਾਟ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਅਤੇ ਕਲੀਨਿਕਲ ਪਰਖਾਂ ਵਿੱਚ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ੀਲਤਾ ਦੋਵਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੇ ਸਨ।

ਪ੍ਰਵਾਨਿਤ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਵਿੱਚ ਤੇਜ਼ੀ ਲਿਆਉਣ ਵਾਲੇ ਹੋਰ ਕਾਰਕਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਸਾਡੇ ਸੁਰੂਆਤੀ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਦਹਾਕਿਆਂ ਦੀ ਖੋਜ 'ਤੇ ਅਧਾਰਤ ਸੀ ਜੋ COVID-19 ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਦੇ ਹੋਰ ਸਟਰੇਨਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮਿਡਲ ਈਸਟ ਰੈਸਪੀਰੇਟਰੀ ਸਿੰਡਰੋਮ (MERS) ਅਤੇ SARS-CoV (SARS) 'ਤੇ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ।
- ਵਿਗਿਆਨ ਅਤੇ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਵਿੱਚ ਵਾਧੂ ਤਰੱਕੀ ਨੇ ਨਵੇਂ ਟੀਕਿਆਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਆਸਾਨ ਬਣਾ ਦਿੱਤਾ; ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਵਾਇਰਸ ਜੈਨੇਟਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਰਮਬੱਧ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ COVID-19 ਵਾਇਰਸ ਦੀ ਖੋਜ ਤੋਂ ਤੁਰੰਤ ਬਾਅਦ ਹੋਇਆ ਸੀ, ਤਾਂ ਵਿਗਿਆਨੀ ਜਲਦੀ ਹੀ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਟੀਕੇ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਕਲੀਨਿਕਲ ਟ੍ਰਾਇਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ, ਸਿਹਤ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ, ਖੋਜਕਰਤਾਵਾਂ, ਉਦਯੋਗ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰਾਂ ਦਰਮਿਆਨ ਮਜ਼ਬੂਤ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਹਿਯੋਗ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਵਿਕਸਤ ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ੀਲਤਾ ਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਟੈਸਟ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਥਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੇ ਵੱਡੇ ਕਲੀਨਿਕਲ ਪਰਖਾਂ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਫ਼ੀ ਫੰਡ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਕੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ acetaminophen (ਜਿਸ ਨੂੰ ਟਾਈਲੇਨੋਲ Tylenol) ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਜਾਂ non-steroidal anti-inflammatory ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ?

ਹਾਲਾਂਕਿ ਇਹ ਦਵਾਈਆਂ ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਲੱਛਣਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਨ ਲਈ ਲਈਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਪਰ ਇਹ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਕਿ ਅਜਿਹੀ ਦਵਾਈ ਨੂੰ ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜਾਂ ਦੌਰਾਨ ਨਿਯਮਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਰਤਿਆ ਜਾਵੇ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਜੇ ਇਹ ਦਵਾਈਆਂ ਲਈਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਵੀ ਟੀਕਾਕਰਨ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਲੱਛਣਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਨ ਲਈ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਬਜ਼ੁਰਗ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੁਆਰਾ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਐਸੀਟਾਮਿਨੋਫੇਨ (acetaminophen) ਨੂੰ ਤਰਜੀਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਮੈਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ COVID-19 ਸੀ। ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ COVID-19 ਦੀ ਲਪੇਟ ਵਿੱਚ ਆ ਚੁੱਕੇ ਹੋ, ਫਿਰ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ ਲਾਭ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿਉਂਕਿ ਲਾਗ ਅਤੇ ਟੀਕਾਕਰਨ (ਹਾਈਬਿਰਡ ਇਮਿਊਨਿਟੀ ਵਜੋਂ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਦੋਵਾਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਿਕਸਤ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਤਾ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਲਾਗਾਂ ਅਤੇ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਘੱਟ ਦਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਹ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੇ ਮਾਮਲੇ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਹਾਲ ਹੀ ਦੇ Omicron ਸਟਰੇਨ ਤੋਂ ਲਾਗ ਦੇ ਨਾਲ ਹਾਈਬਿਰਡ ਇਮਿਊਨਿਟੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੇ ਆਪਣੀ ਮੁੱਢਲੀ ਲੜੀ ਦੀਆਂ ਖੁਰਾਕਾਂ ਸ਼ੁਰੂ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀਆਂ ਹਨ ਜਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀਆਂ ਹਨ, ਉਹ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਟੈਸਟ ਜਾਂ ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਤੋਂ ਅੱਠ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੀ ਮੁੱਢਲੀ ਲੜੀ ਪੂਰੀ ਕਰ ਲਈ ਹੈ, ਇਹ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੀ ਅਗਲੀ ਵੈਕਸੀਨ ਖੁਰਾਕ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਪਿਛਲੀ ਲਾਗ ਦੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਛੇ ਮਹੀਨੇ ਉਡੀਕ ਕਰਨ।

ਹਾਲ ਹੀ ਵਿੱਚ ਲਾਗ ਲੱਗਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਟੀਕਾਕਰਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਸੁਰੱਖਿਆ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਹਿਣ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ; ਹਾਲਾਂਕਿ, ਸਮੇਂ ਦੇ ਅੰਤਰਾਲਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਇਹ ਸਮਝਣਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਵਧੇਰੇ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਲਾਗ ਅਤੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਲੰਬਾ ਸਮਾਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਭਾਵੇਂ ਹਾਈਬਿਰਡ ਇਮਿਊਨਿਟੀ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਪਹਿਲਾਂ ਟੀਕਾਕਰਨ ਅਤੇ ਲਾਗ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ, ਫਿਰ ਵੀ ਲਾਗ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਆਖਰਕਾਰ ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਘੱਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਇਕ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ ਖੁਰਾਕਾਂ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ ਜੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪਿਛਲੇ ਛੇ ਮਹੀਨਿਆਂ ਵਿੱਚ COVID-19 ਦੀ ਲਾਗ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਟੀਕਾ ਨਹੀਂ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ ਜਾਂ ਅਨੁਭਵ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ ਹੈ।

ਕੀ ਮੈਂ ਇੱਕੋ ਸਮੇਂ influenza ਵੈਕਸੀਨ ਅਤੇ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?

ਨਾ ਸਿਰਫ influenza ਵੈਕਸੀਨ, ਬਲਕਿ COVID-19 ਟੀਕੇ ਵੀ ਉਸੇ ਸਮੇਂ, ਜਾਂ ਹੋਰ ਟੀਕਿਆਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜਾਂ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਦਿੱਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਸਾਹ ਸਬੰਧੀ ਸਿੰਕਟੀਅਲ ਵਾਇਰਸ , pneumococcal ਅਤੇ shingles)।

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਸਤੇ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੇ ਹੋਰ ਟੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਵਾਸਤੇ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੇ ਟੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਸਤੇ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਪੰਨਾ 19 ਦੇਖੋ।



ਵੱਡੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਵਾਸਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਵਾਲ

ਮੈਂ ਬਜ਼ੁਰਗ ਹਾਂ। ਕੀ ਮੈਨੂੰ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਬਜ਼ੁਰਗ COVID-19 ਦੀ ਲਾਗ ਨਾਲ ਬਹੁਤ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਪਾਏ ਗਏ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ 60 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ COVID-19 ਦੇ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਭਰਤੀ ਹੋਣ ਵਾਲੇ 70 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਹਨ ਅਤੇ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ COVID-19 ਦੇ 92 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਮਿਰਤਕ ਮਾਮਲੇ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

COVID-19 ਟੀਕੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਬਜ਼ੁਰਗ ਕੈਨੇਡੀਅਨਾਂ ਦੁਆਰਾ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਉਹ ਬੇਹੱਦ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਪਾਏ ਗਏ ਹਨ।

COVID-19 ਟੀਕਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲਾਭ ਹਨ - ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਉਹ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਦੇ ਤੁਹਾਡੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨਗੇ ਅਤੇ ਗੰਭੀਰ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਭਰਤੀ ਹੋਣ, ਮੌਤਾਂ) ਦੇ ਜੋਖਮਾਂ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣਗੇ। COVID-19 ਟੀਕੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਤੁਹਾਡੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਵੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰੇਗਾ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਨਾਲ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। Public Health Agency of Canada ਅਤੇ Medical and Nursing Associations of Canada ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਸਾਰੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਕੈਨੇਡੀਅਨਾਂ ਨੂੰ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਉਹ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਟੀਕੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ SARS-CoV-2 ਦੇ ਮੌਜੂਦਾ ਰੂਪ ਟੀਕਿਆਂ ਅਤੇ ਪਿਛਲੀ ਲਾਗ ਤੋਂ ਐਂਟੀਬਾਡੀਜ਼ ਤੋਂ ਬਚਣ ਦੇ ਬਿਹਤਰ ਯੋਗ ਹਨ। ਸਾਲ 2023 ਦੇ

ਪਤਝੜ ਵਿੱਚ, COVID-19 ਟੀਕੇ ਦੇ ਨਵੇਂ ਫਾਰਮੂਲੇ ਉਪਲਬਧ ਹੋਏ ਹਨ ਜੋ ਇਨ੍ਹਾਂ ਕਿਸਮਾਂ ਨੂੰ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਬਣਾ ਰਹੇ ਹਨ ਅਤੇ ਮੌਜੂਦਾ ਉਪਲਬਧ ਟੀਕਿਆਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਕਿਸਮਾਂ ਤੋਂ ਬਿਹਤਰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਉਮੀਦ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਕੀ COVID-19 ਟੀਕੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ?

ਹਾਂ, Pfizer-BioNTech, Moderna ਅਤੇ Novavax ਵੈਕਸੀਨ ਟ੍ਰਾਇਲ ਜ਼ਰੀਏ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ 'ਚ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮੂਲ ਟੀਕੇ ਦੇ ਟ੍ਰਾਇਲ 'ਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਸਾਬਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ COVID-19 ਟੀਕੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਹਨ।

Pfizer-BioNTech, Moderna ਅਤੇ Novavax ਦੀ ਸਮੁੱਚੀ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ੀਲਤਾ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਯੋਗਸ਼ਾਲਾ-ਪ੍ਰਸ਼ਟੀ ਕੀਤੀ COVID-19 ਬਿਮਾਰੀ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹੈ, ਪਰ ਕਲੀਨਿਕਲ ਟ੍ਰਾਇਲਾਂ ਵਿੱਚ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਟੀਕਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਭਰਤੀ ਹੋਣ ਅਤੇ ਮੌਤ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ੀਲਤਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪਾਈ ਗਈ ਹੈ।

bivalent mRNA ਟੀਕਿਆਂ ਦੇ ਸੰਦਰਭ ਵਿੱਚ, ਅਧਿਐਨਾਂ ਨੇ ਸੁਝਾਅ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ੀਲਤਾ ਅਸਲ mRNA ਟੀਕਿਆਂ ਦੇ ਸਮਾਨ ਜਾਂ ਬਿਹਤਰ ਹੈ। ਅਪਡੇਟ ਕੀਤੇ ਗਏ XBB.1.5 ਵਾਲੇ COVID-19 ਟੀਕੇ ਪਹਿਲਾਂ ਉਪਲਬਧ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਮੌਜੂਦਾ ਸਟਰੇਨ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਬਿਹਤਰ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕਰਨ ਦੀ ਉਮੀਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ, ਪ੍ਰੀਕਲੀਨਿਕਲ ਅਤੇ ਕਲੀਨਿਕਲ ਆਂਕੜਿਆਂ ਨੇ

ਦਿਖਾਇਆ ਹੈ ਕਿ Pfizer-BioNTech ਅਤੇ Moderna ਟੀਕਿਆਂ ਨੇ ਮੌਜੂਦਾ SARS-CoV-2 XBB ਐਕਸਬੀਬੀ * Omicron ਵਾਇਰਸ ਸਟਰੇਨ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਮਜ਼ਬੂਤ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆਵਾਂ ਵਿਕਸਿਤ ਕੀਤੀਆਂ ਹਨ।

ਵੈਕਸੀਨ ਟ੍ਰਾਇਲਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ੀਲਤਾ ਦਰਾਂ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਕਰਨ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਕਿਉਂਕਿ ਹਰੇਕ ਪਰਖ ਦੇ ਥੋੜ੍ਹੇ ਵੱਖਰੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਅੰਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ - ਇਸ ਲਈ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਇਕ ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਬਰਾਬਰ ਤੁਲਨਾ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਦੌਰਾਨ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਕਲੀਨਿਕਲ ਟ੍ਰਾਇਲ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਨ, ਅਤੇ COVID-19 ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਇਨ੍ਹਾਂ ਪਰਖਾਂ ਦੌਰਾਨ ਫੈਲ ਰਹੇ ਰੂਪਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਅਤੇ ਕਿਸਮ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ੀਲਤਾ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕੀਤਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਮੌਜੂਦਾ ਸਮੇਂ ਉਪਲਬਧ ਸਾਰੇ ਟੀਕੇ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ, ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਭਰਤੀ ਹੋਣ ਅਤੇ COVID-19 ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਮੌਤਾਂ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਹਨ।

ਹਾਲਾਂਕਿ, ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੀ ਪਰਵਾਹ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ, COVID-19 ਬਾਰੇ ਅਨਿਸ਼ਚਿਤਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੇ ਟੀਕਿਆਂ ਅਤੇ ਪਿਛਲੀ ਲਾਗ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਲੰਬਾਈ ਦੇ ਕਾਰਨ, ਸਾਨੂੰ COVID-19 ਦੇ ਫੈਲਣ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਹੋਰ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਉਪਾਵਾਂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਰੋਕਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਜਨਤਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣਾ, ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ, ਵਾਰ-ਵਾਰ ਹੱਥ ਧੋਣਾ ਅਤੇ ਭੀੜ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਰਣਨੀਤੀਆਂ ਹਨ।

ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਕਿਹੜੇ COVID-19 ਟੀਕੇ ਲੈਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕਿੰਨੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਦੂਰੀ 'ਤੇ ਲੈਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ?

ਸਾਲ 2023 ਤੱਕ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਘੱਟੋ ਘੱਟ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਮੁੱਢਲੀ ਲੜੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਪਡੇਟ ਕੀਤੇ XBB.1.5 ਵਾਲੇ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਖੁਰਾਕ ਲੈਣ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਟੀਕਾ ਪਹਿਲਾਂ ਦੇ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਮੌਜੂਦਾ COVID-19 ਸਟਰੇਨ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਬਿਹਤਰ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੇਗਾ, ਅਤੇ ਲਾਗ, ਲੱਛਣਾਂ ਅਤੇ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵਿੱਚ ਵੀ ਸੁਧਾਰ ਕਰੇਗਾ ਜੋ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਆਖਰੀ ਟੀਕਾਕਰਨ ਜਾਂ ਲਾਗ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਘੱਟ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਫਿਲਹਾਲ Moderna ਅਤੇ Pfizer-BioNTech COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਨੂੰ ਨਵੇਂ XBB.1.5 ਫਾਰਮੂਲੇ ਨਾਲ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਮਹੀਨਿਆਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਉਮੀਦ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ Novavax XBB.1 ਵਾਲੇ COVID-19 ਟੀਕੇ ਨੂੰ ਵੀ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। mRNA ਟੀਕੇ (Pfizer-BioNTech ਅਤੇ Moderna) ਤਰਜੀਹੀ COVID-19 ਟੀਕੇ ਬਣੇ ਹੋਏ ਹਨ, Novavax ਟੀਕੇ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਵਰਤਣ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ ਜੋ mRNA ਟੀਕੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਹਨ ਜਾਂ ਅਸਮਰੱਥ ਹਨ।

SARS-CoV-2 ਦੀ ਲਾਗ ਅਤੇ COVID-19 ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਅਤੇ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਇਕ ਵਾਧੂ ਖੁਰਾਕ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ, ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਆਖਰੀ COVID-19 ਟੀਕਾਕਰਨ ਜਾਂ ਲਾਗ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਘੱਟ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ।

ਇਸ ਨੂੰ ਆਖਰੀ ਟੀਕਾਕਰਨ ਜਾਂ ਲਾਗ ਤੋਂ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਛੇ ਮਹੀਨੇ ਦੇਣ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਹਾਲਾਂਕਿ ਛੋਟੇ ਅੰਤਰਾਲ (ਉਦਾ., ਤਿੰਨ ਮਹੀਨੇ ਤੋਂ <ਛੇ ਮਹੀਨੇ) ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਜੋਖਮ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਨਹੀਂ ਦੇਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਲੰਬਾ ਅੰਤਰਾਲ ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਤਾ ਜਾਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦਾ ਉੱਚ ਪੱਧਰ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਵਰਤਮਾਨ ਵਿੱਚ, ਅੱਪਡੇਟ ਕੀਤੇ ਗਏ XBB.1.5 ਵਾਲੇ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਵੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਆਪਣੀ ਮੁੱਢਲੀ ਲੜੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਹੈ ਜਾਂ ਪੂਰੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਹੈ।

ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਵਿੱਚ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕੀ ਹਨ?

ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਸਰੀਰ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨ ਅਤੇ ਲੜਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ ਜੋ ਇਹ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਕਦੇ ਵੀ ਇਸਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਦੀ ਹੈ।

COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹਲਕੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਬਾਕੀ ਆਬਾਦੀ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਵੱਖਰੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ।

ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਤਸੱਲੀ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਹੁਣ ਤੱਕ COVID-19 ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਵਾਲੇ ਲੱਖਾਂ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਗੰਭੀਰ ਜਾਂ ਅਚਾਨਕ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦਾ ਕੋਈ ਸਪੱਸ਼ਟ ਪੈਟਰਨ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ ਹੈ।

ਬਾਈਵੈਲੈਂਟ ਅਤੇ XBB.1.5 ਵਾਲੇ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਬਹੁਤ ਹੀ ਆਮ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਜਿੱਥੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੀਕਾ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ ਸੀ, ਥਕਾਵਟ, ਸਿਰ ਦਰਦ, ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਠੰਢ ਲੱਗਣਾ ਅਤੇ ਬੁਖਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਅਣਚਾਹੇ ਅਸਰ ਇੱਕ ਜਾਂ ਦੋ ਦਿਨ ਤੱਕ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਸ਼ਾਇਦ ਹੀ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਸੰਕੇਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਤਾ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਬਿਲਕੁਲ ਉਹੀ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ ਜੋ ਇਸ ਨੂੰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ: ਤੁਹਾਡੀ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਤਾ ਉੱਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਨਿਰਮਾਣ ਕਰਨਾ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਸ ਚੀਜ਼ ਤੋਂ ਬਚਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਜਿਸ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੀਕਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਦਰਅਸਲ, ਕਿਉਂਕਿ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਨੌਜਵਾਨ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲੋਂ ਕਮਜ਼ੋਰ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਘੱਟ ਦਰ 'ਤੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਦੇ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ ਉਹ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਤਾ ਜਾਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਉਸੇ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਜੋ ਛੋਟੇ ਬਾਲਗ ਇਨ੍ਹਾਂ ਟੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਦਵਾਈ ਜਾਂ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਐਲਰਜੀ ਵਾਲੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸੰਭਵ ਹੈ ਕਿ ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਦੇ ਕਿਸੇ ਤੱਤ ਤੋਂ ਐਲਰਜੀ ਹੋਵੇ, ਪਰ ਇਹ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਐਲਰਜੀ ਵਾਲੀਆਂ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆਵਾਂ ਮੁਕਾਬਲਤਨ ਦੁਰਲੱਭ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਐਲਰਜੀ ਸਮੇਤ ਐਲਰਜੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਪੀਪੈਨ (EpiPen) ਲਿਜਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਵੈਕਸੀਨ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ-ਵਟਾਂਦਰਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਜੋਖਮ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਟੀਕਾ ਕਿਵੇਂ ਲਗਵਾਉਣਾ ਹੈ।

ਮੈਂ ਇੱਕ ਬਜ਼ੁਰਗ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹਾਂ ਜੋ ਵੈਕਸੀਨ ਨਹੀਂ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ। ਮੈਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਯਕੀਨ ਦਿਵਾ ਸਕਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਇਹ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ?

ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਬਜ਼ੁਰਗ ਨੂੰ COVID-19 ਸਵਾਲ ਅਤੇ ਜਵਾਬ ਦਿਖਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇਹ ਹੈ ਜਾਂ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਕੋਈ ਵੀ ਲਿੰਕ ਦਿਖਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੋ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਉੱਤੇ ਵੀ ਜ਼ੋਰ ਦਿਓ ਕਿ COVID-19 ਇੱਕ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ COVID-19 ਨਾਲ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ 92 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਮੌਤਾਂ 60 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਕੈਨੇਡੀਅਨਾਂ ਵਿੱਚ ਹੋਈਆਂ ਹਨ।

ਇਹ ਸਮਝਣ ਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਬਜ਼ੁਰਗ COVID-19 ਟੀਕੇ ਤੋਂ ਸਾਵਧਾਨ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਤੱਥਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣਨਾ ਕਿ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸੰਭਾਵਿਤ ਜੋਖਮ COVID-19 ਤੋਂ ਮਰਨ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨਾਲੋਂ ਕਿਤੇ ਬਿਹਤਰ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਭਰੋਸਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਖਾਸਕਰ ਜਦੋਂ ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਦੇ ਕਰੋੜਾਂ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੇ ਹੁਣ ਤੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ COVID-19 ਟੀਕਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ ਹੈ।

ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਆਬਾਦੀ ਸਮੂਹਾਂ ਵਾਸਤੇ ਸਵਾਲ

ਕੀ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵਾਲੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ COVID-19 ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਅਧਿਐਨਾਂ ਨੇ ਦਿਖਾਇਆ ਹੈ ਕਿ ਨਾ ਸਿਰਫ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵਾਲੇ ਬਾਲਗਾਂ ਵਿੱਚ COVID-19 ਦੇ ਗੰਭੀਰ ਨਤੀਜਿਆਂ ਦਾ ਵਧੇਰੇ ਜੋਖਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਬਲਕਿ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਦੇ ਨਾਲ ਜੋਖਮ ਵਧਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਹਨਾਂ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ, ਹੇਠਾਂ ਸੂਚੀਬੱਧ ਸ਼ਰਤਾਂ ਲਈ ਟੀਕਾਕਰਨ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਇੱਕ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਪਤਝੜ 2023 ਵਿੱਚ ਟੀਕਾਕਰਨ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਇਹਨਾਂ ਡਾਕਟਰੀ ਅਵਸਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ Public Health Agency of Canada ਦੁਆਰਾ ਨੋਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ):

- ਕੈਂਸਰ
- ਮੇਰੋਬਰੋਵੈਸਕੁਲਰ ਬਿਮਾਰੀ
- ਚਿਰਕਾਲੀ ਗੁਰਦੇ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ
- ਜਿਗਰ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਚਿਰਕਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀਆਂ
- ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਚਿਰਕਾਲੀਨ ਬਿਮਾਰੀਆਂ
- ਸਿਸਟਿਕ ਫਾਈਬਰੋਸਿਸ
- ਡਾਇਲਿਟਰੀ ਮੈਲੀਟਸ , ਕਿਸਮ 1 ਅਤੇ ਕਿਸਮ 2
- ਅਪਾਹਜਤਾ
- ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ
- HIV ਲਾਗ
- ਕੁਝ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਵਿਕਾਰ
- ਮੋਟਾਪਾ
- ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਇਮਿਊਨੋਡੈਫੀਸੀਐਂਸੀ ਬਿਮਾਰੀਆਂ
- ਤੰਬਾਕੂਨੋਸ਼ੀ, ਵਰਤਮਾਨ ਜਾਂ ਸਾਬਕਾ
- ਠੋਸ ਅੰਗ ਜਾਂ ਖੂਨ ਦੇ ਸਟੈਮ ਸੈੱਲ ਟ੍ਰਾਂਸਪਲਾਂਟ
- ਤਪਦਿਕ
- ਕੋਰਟੀਕੋਸਟੀਰੋਇਡਜ਼ ਜਾਂ ਹੋਰ ਇਮਿਊਨੋਸਪ੍ਰੈਸ਼ਿਵ ਦਵਾਈ ਦੀ ਵਰਤੋਂ

ਕੀ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵਾਲੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਵਿੱਚ COVID-19 ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ?

ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਸਿਹਤ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ COVID-19 ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਉਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਹਾਲਾਂਕਿ, ਇਹ ਨੋਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਖੂਨ ਵਗਣ ਦੇ ਵਿਕਾਰ ਵਾਲੇ ਜਾਂ ਖੂਨ ਪਤਲਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਖੂਨ ਵਗਣ, ਸੱਟ ਲੱਗਣ ਜਾਂ ਹੇਮੋਟੋਮਾ (ਚਮੜੀ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਖੂਨ ਇਕੱਠਾ ਕਰਨ) ਦੇ ਜੋਖਮ ਤੋਂ ਬਚਿਆ ਜਾ ਸਕੇ। ਇਹ ਵੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਬਾਲਗ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੋਈ ਸਿਹਤ ਅਵਸਥਾ ਹੈ ਜਾਂ ਦਵਾਈ ਲੈ ਰਹੇ ਹਨ, ਕਿਸੇ ਵੀ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਤੋਂ ਬਚਣ ਅਤੇ ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਸਹੀ ਵਰਤੋਂ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰਨ।

ਕੀ ਐਲਰਜੀ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ COVID-19 ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਐਲਰਜੀ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ, ਚਾਹੇ ਉਹ COVID-19 ਟੀਕੇ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਹੋਣ ਜਾਂ ਨਾ ਹੋਣ, ਨੂੰ COVID-19 ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਵਿਚਾਰ-ਵਟਾਂਦਰਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ COVID-19 ਟੀਕਾ ਲੈਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੇਖੇ ਗਏ ਸਮੇਂ ਦੀ ਲੰਬਾਈ ਐਲਰਜੀ ਦੀ ਕਿਸਮ ਦੇ ਅਧਾਰ ਤੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ (15 ਤੋਂ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 30 ਮਿੰਟ)।

ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਵੀ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ COVID-19 ਟੀਕੇ ਦੀ ਪਿਛਲੀ ਖੁਰਾਕ ਪ੍ਰਤੀ ਹਲਕੀ ਤੋਂ ਦਰਮਿਆਨੀ ਐਲਰਜੀ ਵਾਲੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਸੀ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਵਿਚਾਰ-ਵਟਾਂਦਰਾ ਕਰਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਇੱਕ ਹੋਰ ਖੁਰਾਕ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਕੀ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਵਿੱਚ COVID-19 ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ ਜੋ ਇਮਿਊਨੋਕੋਮਪਰੋਮਾਈਜ਼ਡ ਹਨ?

ਇਮਿਊਨੋਕੋਮਪਰੋਮਾਈਜ਼ਡ ਮਰੀਜ਼ਾਂ, ਜਾਂ ਕਮਜ਼ੋਰ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਵਾਲੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਨਾਲ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਅਤੇ COVID-19 ਨਾਲ ਮਰਨ ਦਾ ਖਤਰਾ ਵੱਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ, HIV ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਰਹੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਵਿਅਕਤੀ, ਉਹ ਲੋਕ ਜੋ ਟ੍ਰਾਂਸਪਲਾਂਟ ਪ੍ਰਾਪਤਕਰਤਾ ਹਨ, ਜਾਂ ਕੁਝ ਡਾਕਟਰੀ ਸਥਿਤੀਆਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਸਟੀਰੋਇਡ ਜਾਂ ਹੋਰ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਮਿਊਨੋਸਪ੍ਰੈਸ਼ਨ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਕੁਝ ਲਾਗਾਂ ਨਾਲ ਲੜਨ ਦੀ ਸਰੀਰ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਨਾਲ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਅਤੇ COVID-19 ਲਾਗਾਂ ਨਾਲ ਮਰਨ ਦੇ ਵਧੇ ਹੋਏ ਜੋਖਮ ਦੇ ਕਾਰਨ, ਇਮਿਊਨੋਕੋਮਪਰੋਮਾਈਜ਼ਡ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ COVID-19 ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਉਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਜੇ ਕੋਈ ਪੂਰਨ ਮਤਭੇਦ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਕਿਉਂਕਿ ਵਰਤਮਾਨ ਵਿੱਚ ਮਨਜ਼ੂਰ ਕੀਤੇ ਗਏ ਕਿਸੇ ਵੀ ਟੀਕੇ ਵਿੱਚ ਲਾਈਵ ਵਾਇਰਸ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਵੇਲੇ ਅਸਲ ਵਾਇਰਸ ਨਾਲ ਸੰਕਰਮਿਤ ਹੋਣ ਦਾ ਕੋਈ ਖਤਰਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

ਇਮਿਊਨੋਕੋਮਪਰੋਮਾਈਜ਼ਡ ਬਾਲਗਾਂ ਦੁਆਰਾ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨੂੰ ਸਪੱਸ਼ਟ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਜਾਗਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਮੁੱਢਲੀ ਲੜੀ ਲਈ ਚਾਰ ਤੋਂ ਅੱਠ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਦੇ ਅੰਤਰ 'ਤੇ ਤਿੰਨ ਖੁਰਾਕਾਂ ਲੈਣ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਹੋਰ ਬਾਲਗਾਂ ਨੂੰ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮੁੱਢਲੀ ਲੜੀ ਤੋਂ ਅੱਠ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਦੇ ਫਰਕ 'ਤੇ ਸਿਰਫ ਦੋ ਖੁਰਾਕਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਕੁੱਲ ਮਿਲਾ ਕੇ, ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਇਮਿਊਨ ਵਿਕਾਰ ਵਾਲੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਕੈਨੇਡੀਅਨਾਂ ਲਈ, ਡਾਕਟਰੀ ਮਾਹਰ ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਦੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਲਾਭ ਲਗਭਗ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਜੋਖਮ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਇਹਨਾਂ ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ੀਲਤਾ ਬਾਰੇ ਨਵੀਨਤਮ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨਾ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਚੰਗਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਮੁੱਚੀ ਡਾਕਟਰੀ ਸਥਿਤੀ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਾਣਦਾ ਹੈ।

ਕੀ ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ (dementia) ਨਾਲ ਰਹਿ ਰਹੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ COVID-19 ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ?

ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਹੋਣ ਲਈ ਉਮਰ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਜੋਖਮ ਕਾਰਕ ਹੈ। ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਨਾਲ ਰਹਿ ਰਹੇ ਲੋਕ ਅਕਸਰ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਇੱਕ ਹੋਰ ਚਿਰਕਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਨਾਲ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ, ਸੰਕਰਮਿਤ ਹੋਣ, ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਨਾਲ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਅਤੇ COVID-19 ਤੋਂ ਮਰਨ ਦੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜੋਖਮ ਵਿੱਚ ਦਿਖਾਏ ਗਏ ਹਨ।

ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ dementia ਨਾਲ ਰਹਿ ਰਹੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੇ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਉਪਾਵਾਂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹੋਣ ਦੀ ਵਧੇਰੇ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਵਿੱਚ

ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣਾ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ COVID-19 ਤੋਂ ਸੰਕਰਮਿਤ ਹੋਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਕਾਫ਼ੀ ਵੱਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹੀ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ Public Health Agency of Canada, Canada's medical and nursing associations ਅਤੇ Alzheimer Society of Canada ਸਾਰੇ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਸਾਰੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਕੈਨੇਡੀਅਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ dementia ਨਾਲ ਰਹਿ ਰਹੇ ਲੋਕ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਨੂੰ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਉਹ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਕੁਝ ਚਿੰਤਾ ਹੈ ਕਿ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਕੁਝ ਸੀਮਤ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬਾਂਹ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਸਿਰ ਦਰਦ, ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਥਕਾਵਟ, ਬੁਖਾਰ ਜਾਂ ਦਸਤ ਜੋ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਤੱਕ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਨਾਲ ਰਹਿ ਰਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਉਲਝਣ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਐਂਟੀਟਾਮਿਨੋਫੇਨ ਜਾਂ ਹੋਰ ਇਲਾਜਾਂ ਨਾਲ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਬੰਧਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਨਾਲ ਜੁੜ ਰਹੇ ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਦੇ ਲੱਖਾਂ ਬਜ਼ੁਰਗ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਹੁਣ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ COVID-19 ਟੀਕੇ ਮਿਲ ਗਏ ਹਨ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰੀ ਮਾਹਰ ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦੇ ਰਹੇ ਹਨ ਕਿ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਦੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਲਾਭ ਲਗਭਗ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਜੋਖਮ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਮੈਂ ਇੱਕ ਨਸਲੀ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦਾ ਮੈਂਬਰ ਹਾਂ ਅਤੇ COVID-19 ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ ਇਜ਼ਾਜ਼ਤ ਰਿਹਾ ਹਾਂ। ਮੈਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪਤਾ ਲੱਗੇਗਾ ਕਿ ਇਹ ਮੇਰੇ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ?

ਨਸਲੀ ਵਿਅਕਤੀਆਂ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਕਾਲੇ ਅਤੇ ਸਵਦੇਸ਼ੀ ਕੈਨੇਡੀਅਨਾਂ ਲਈ ਪ੍ਰਣਾਲੀਗਤ ਨਸਲਵਾਦ ਅਤੇ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਪ੍ਰਤੀ ਇਤਿਹਾਸਕ ਬੇਭਰੋਸਗੀ ਕਾਰਨ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ ਇਜ਼ਾਜ਼ਤ ਸਮਝਣ ਯੋਗ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਸਮਾਜਿਕ, ਆਰਥਿਕ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਅਸਮਾਨਤਾਵਾਂ ਕਾਰਨ ਰੰਗੀਨ ਕੈਨੇਡੀਅਨਾਂ ਨੂੰ COVID-19 ਨਾਲ ਅਸਧਾਰਨ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਅਤੇ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਵਾਇਰਸ ਤੋਂ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, Pfizer-BioNTech ਅਤੇ Moderna ਨੇ ਕਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ੀਲਤਾ ਉਮਰ, ਨਸਲ ਅਤੇ ਨਸਲ ਅਤੇ ਲਿੰਗ ਜਨਸੰਖਿਆ ਵਿੱਚ ਇਕਸਾਰ ਰਹੀ ਹੈ।

COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਮਿੱਥਾਂ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰਨਾ

ਕੀ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਮੈਨੂੰ COVID-19 ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ?

COVID-19 ਟੀਕੇ ਜੋ ਇਸ ਸਮੇਂ ਕੈਨੇਡੀਅਨਾਂ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ COVID-19 ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਹੋਵੇਗਾ। ਸਾਰੇ ਟੀਕੇ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਰੈਸਿਪੀ ਕਾਰਡ ਰੱਖਦੇ ਹਨ ਜਿਸਦੀ ਵਰਤੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਸਰੀਰ ਨੁਕਸਾਨਦੇਹ ਸਪਾਈਕ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਦਾ ਸਿਰਫ ਇੱਕ ਛੋਟਾ ਜਿਹਾ ਟੁਕੜਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਅਸਲ COVID-19 ਵਾਇਰਸ 'ਤੇ ਮੌਜੂਦ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਦੇ ਸਮਾਨ ਹੈ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨ ਅਤੇ ਲੜਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।

COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਵਿੱਚ ਅਸਲ ਵਿੱਚ COVID-19 ਵਾਇਰਸ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਇਸ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਤੋਂ COVID-19 ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ। ਸਿੰਥੈਟਿਕ ਡੀਐਨਏ (DNA) ਅਤੇ mRNA ਜੋ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਦਾ ਕੇਂਦਰੀ ਹੈ, ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਟੁੱਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

COVID-19 ਟੀਕਾ ਨਾਸੇਫੈਰੀਜੀਅਲ (nasal) PCR ਟੈਸਟ ਜਾਂ Rapid Antigen Test (RAT) ਨੂੰ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਨਹੀਂ ਬਣਾਏਗਾ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ RAT ਜਾਂ PCR ਟੈਸਟ 'ਤੇ COVID-19 ਲਈ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਟੈਸਟ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ COVID-19 ਦੀ ਲਾਗ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਸ ਦਾ ਟੀਕੇ ਨਾਲ ਕੋਈ ਸਬੰਧ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਮੈਂ ਸੁਣਿਆ ਹੈ ਕਿ ਵੈਕਸੀਨ ਵਿਚਲੀ ਸਮੱਗਰੀ ਨੁਕਸਾਨਦੇਹ ਹੈ। ਕੀ ਇਹ ਸੱਚ ਹੈ?

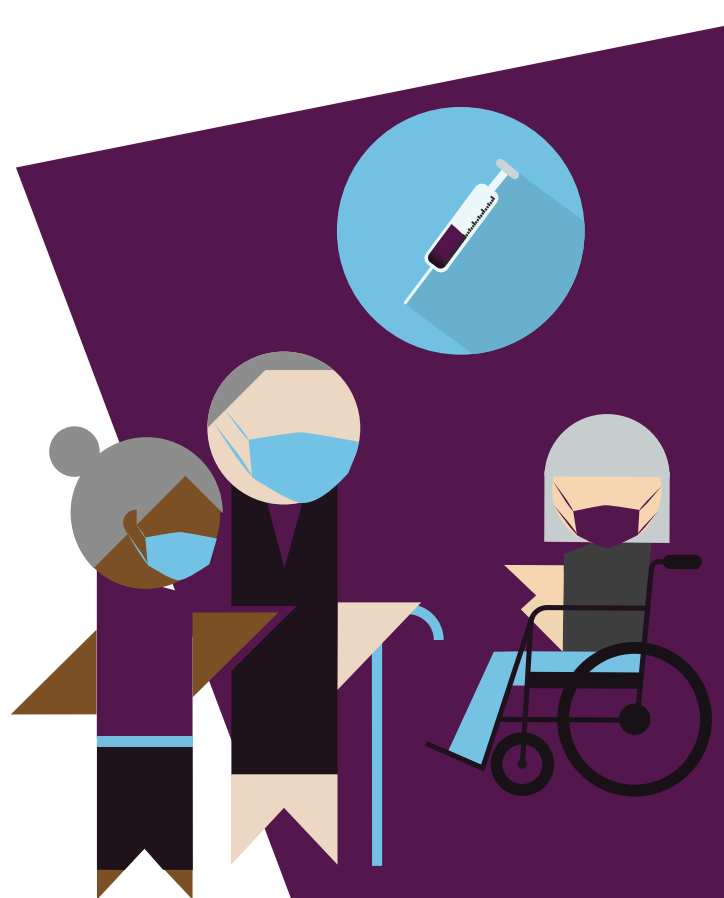
ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲਾਂ ਜ਼ਿਕਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, Pfizer-BioNTech ਅਤੇ Moderna ਦੇਵਾਂ ਟੀਕਿਆਂ ਵਿੱਚ mRNA ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਕਿ Novavax ਟੀਕੇ ਵਿੱਚ SARS-CoV-2 ਰੀਕੰਬੀਨੈਂਟ ਸਪਾਈਕ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਅਤੇ ਸਹਾਇਕ ਮੈਟਿਕਸ-ਐਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਰਵਾਨਿਤ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਵਿਚਲੇ ਹੋਰ ਤੱਤ ਆਮ ਟੀਕੇ ਦੇ ਤੱਤ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਚਰਬੀ, ਲੂਣ ਅਤੇ ਥੋੜ੍ਹੀ ਜਿਹੀ ਖੰਡ। ਟੀਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਲਾਈਵ ਵਾਇਰਸ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਸਾਡੇ DNA ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਨਹੀਂ ਕਰਨਗੇ।

ਸਾਰੇ ਮਨਜ਼ੂਰਸੁਦਾ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਜਿਲੇਟਿਨ ਜਾਂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀ ਸਮੱਗਰੀ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹੈ। Pfizer-BioNTech, Moderna ਅਤੇ Novavax ਟੀਕੇ ਭਰੂਣ ਸੈੱਲ ਲਾਈਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਵਿਕਸਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਨ। ਇਹ ਨੋਟ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵੈਕਸੀਨ ਵਿੱਚ ਭਰੂਣ ਦੇ ਟਿਸੂ ਜਾਂ ਸੈੱਲ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਵਰਤਮਾਨ ਵਿੱਚ ਪਰਵਾਨਿਤ ਟੀਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਆਮ ਐਲਰਜੀਕ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਲੈਟੈਕਸ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਪ੍ਰੋਟੀਨ (ਉਦਾ., ਅੰਡੇ, ਗਲੂਟਨ, ਅਖਰੋਟ ਉਤਪਾਦ ਜਾਂ ਉਪ-ਉਤਪਾਦ) ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਟੀਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਧਾਤਾਂ, ਇੰਪਲਾਂਟ, ਮਾਈਕਰੋਚਿਪਸ ਜਾਂ ਟਰੈਕਿੰਗ ਉਪਕਰਨਾਂ ਵਰਗੀ ਕੋਈ ਸਮੱਗਰੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।

ਮੈਂ ਸੁਣਿਆ ਹੈ ਕਿ COVID-19 ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਮਾਇਓਕਾਰਡਿਟਿਸ/ਪੇਰੀਕਾਰਡਾਈਟਿਸ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੀ ਇਹ ਸੱਚ ਹੈ?

ਉਪਲਬਧ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਰਾਹੀਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਮਾਇਓਕਾਰਡਿਟਿਸ (ਦਿਲ ਦੀ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਦੀ ਸੋਜਸ਼ ਜਾਂ ਸੋਜ/ਲਾਲੀ) ਅਤੇ/ਜਾਂ ਪੇਰੀਕਾਰਡਾਈਟਿਸ (ਦਿਲ ਦੇ ਬਾਹਰ ਲੀਨਿੰਗ ਦੀ ਸੋਜਸ਼ ਜਾਂ ਸੋਜ/ਲਾਲੀ) ਹੋਣ ਦਾ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਜੋਖਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਲੱਛਣ ਮਿਆਰੀ ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਆਰਾਮ ਨਾਲ ਜਲਦੀ ਹੱਲ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। Pfizer-BioNTech ਅਤੇ Moderna ਦੇਵਾਂ ਟੀਕਿਆਂ ਲਈ ਇਹ ਵੀ ਪਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਮਾਮਲੇ ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਨੌਜਵਾਨ ਬਾਲਗਾਂ ਵਿੱਚ ਹੋਏ ਹਨ।

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੇ ਪਿਛਲੇ COVID-19 ਟੀਕੇ ਤੋਂ ਮਾਇਓਕਾਰਡਿਟਿਸ ਜਾਂ ਪੇਰੀਕਾਰਡਾਈਟਿਸ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕੀਤਾ ਸੀ, ਉਹ ਅਜੇ ਵੀ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਵਿਚਾਰ ਵਟਾਂਦਰੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਟੀਕੇ ਦੀ ਇੱਕ ਹੋਰ ਖੁਰਾਕ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।



ਹੋਰ ਸਵਾਲ

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਟੀਕਾ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ?

ਸਾਲ 2023 ਦੀਆਂ ਗਰਮੀਆਂ ਤੱਕ, 60 ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ 97 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਕੈਨੇਡੀਅਨਾਂ ਨੂੰ COVID-19 ਟੀਕੇ ਦੀ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਇੱਕ ਖੁਰਾਕ ਮਿਲੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚੋਂ 96 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਨੇ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਲੜੀ ਪੂਰੀ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਸਿਰਫ 15 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ (ਕਿਊਬਿਕ ਸਮੇਤ) ਨੂੰ ਪਿਛਲੇ ਛੇ ਮਹੀਨਿਆਂ ਵਿੱਚ ਟੀਕੇ ਦੀ ਖੁਰਾਕ ਮਿਲੀ ਹੈ। ਇਹ ਸੰਕੇਤ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਬਜ਼ੁਰਗ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਸੰਭਾਵਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅਪਡੇਟ ਕੀਤੇ XBB.1.5 ਵਾਲੇ COVID-19 ਟੀਕੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹਨ। ਇਹ ਟੀਕਾ ਮੌਜੂਦਾ COVID-19 ਸਟਰੇਨ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਬਿਹਤਰ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਉਮੀਦ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਲਾਗ, ਲੱਛਣਾਂ ਅਤੇ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵਿੱਚ ਵੀ ਸੁਧਾਰ ਕਰੇਗਾ ਜੇ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਆਖਰੀ ਟੀਕਾਕਰਨ ਜਾਂ ਲਾਗ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਘੱਟ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਮੈਂ ਆਪਣੇ COVID-19 ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

ਇੱਥੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰੀਕੇ ਹਨ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ COVID-19 ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਆਨਲਾਈਨ ਵਿਧੀ ਵਿੱਚ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

1. ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਲਿੰਕ 'ਤੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ:
<https://www.canada.ca/en/public-health/services/diseases/coronavirus-disease-covid-19/vaccines/vaccine-proof.html>.
2. ਆਪਣੇ ਸੂਬੇ/ਖੇਤਰ ਦੇ ਬਾਕਸ 'ਤੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ।
3. ਅਧਿਕਾਰ ਖੇਤਰ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਣ ਲਈ ਗਰੀਨ ਬਾਕਸ 'ਤੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ।
4. ਟੀਕਾਕਰਨ ਦਾ ਆਪਣਾ COVID-19 ਸਬੂਤ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ।

ਟੈਲੀਫੋਨ ਵਿਧੀ ਵਿੱਚ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

1. ਆਪਣੇ ਮੁੱਢਲੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹਨਾਂ ਕੋਲ ਤੁਹਾਡੇ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
2. ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਹੋਰ ਤਰੀਕਿਆਂ ਵਾਸਤੇ ਪੁੱਛੋ।

ਕੀ ਸਾਨੂੰ ਹਰ ਤਿੰਨ ਤੋਂ ਛੇ ਮਹੀਨਿਆਂ ਬਾਅਦ ਟੀਕੇ ਦੀ ਖੁਰਾਕ ਲੈਣੀ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣੀ ਪਵੇਗੀ?

ਵਰਤਮਾਨ ਵਿੱਚ, COVID-19 ਲਾਗ ਦੇ ਸਾਲਾਨਾ ਪੈਟਰਨ, ਟੀਕਿਆਂ ਅਤੇ/ ਜਾਂ ਲਾਗਾਂ ਤੋਂ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਮਿਆਦ ਅਤੇ ਭਵਿੱਖ ਦੇ ਟੀਕਿਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਅਨਿਸ਼ਚਿਤਤਾ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਸ਼ਿਆਂ 'ਤੇ ਵਧੇਰੇ ਖੋਜ ਅਤੇ ਅੰਕੜੇ ਜਾਰੀ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, NACI ਕੈਨੇਡੀਅਨਾਂ ਨੂੰ ਟੀਕੇ ਦੀਆਂ ਖੁਰਾਕਾਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਅੰਤਰਾਲ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਸਿਫਾਰਸ਼ਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੇਗਾ।

ਹਾਲਾਂਕਿ, ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਫੈਸਲਿਆਂ ਦੀ ਉਡੀਕ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਅਤੇ ਟੀਕੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ 'ਤੇ ਹੁਣ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਖਾਸਕਰ ਜਦੋਂ ਪਤਝੜ ਦਾ ਮੌਸਮ ਸਾਹ ਦੇ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਸੰਚਾਰ ਅਤੇ ਲਾਗਾਂ ਦੇ ਵਧੇ ਹੋਏ ਸਮੇਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਕੀ ਕੋਈ ਹੋਰ ਟੀਕੇ ਹਨ ਜੋ ਮੈਨੂੰ ਲਗਵਾਉਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ?

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਲਈ ਪੰਜ ਹੋਰ ਟੀਕਿਆਂ ਨੂੰ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

ਵੈਕਸੀਨ-ਰੋਕਥਾਮ ਯੋਗ ਬਿਮਾਰੀਆਂ	ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਖੁਰਾਕ(ਕਾਂ) ਦੀ ਮਿਆਦ
ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ (ਫਲੂ)	ਹਰ ਸਾਲ ਇੱਕ ਖੁਰਾਕ
ਸਾਹ ਸਬੰਧੀ ਸਿੰਕਟੀਅਲ ਵਾਇਰਸ (RSV)	ਇੱਕ ਖੁਰਾਕ
ਨਿਊਮੋਕੋਕਲ ਬਿਮਾਰੀ (pneumonia)	ਇੱਕ ਖੁਰਾਕ
ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼	ਇੱਕ/ਦੋ ਖੁਰਾਕਾਂ
ਟੈਟਨਸ ਅਤੇ ਡਿਪਥੀਰੀਆ	ਹਰ 10 ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਖੁਰਾਕ

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੇ ਟੀਕੇ ਇੱਕੋ ਸਮੇਂ ਦਿੱਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੇ ਟੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਨਵੀਨਤਮ ਰਹਿਣ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਇਹਨਾਂ ਵੈਕਸੀਨ-ਰੋਕਥਾਮ ਯੋਗ ਬਿਮਾਰੀਆਂ, ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਟੀਕੇ ਦੀਆਂ ਸਿਫਾਰਸ਼ਾਂ, ਲਾਗਤਾਂ ਅਤੇ ਉਪਲਬਧਤਾ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਕਿਤਾਬਚੇ ਦੇ ਲਿੰਕ 'ਤੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ:

- [ਬਜ਼ੁਰਗ ਕੈਨੇਡੀਅਨਾਂ ਲਈ ਟੀਕਿਆਂ ਲਈ ਇੱਕ ਗਾਈਡ ਕਿਤਾਬਚਾ](#)

ਵਾਧੂ ਮਦਦਗਾਰ ਸਰੋਤ

- [World Health Organization - COVID-19 ਟੀਕੇ ਅਤੇ ਟੀਕੇ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ](#)
- [Public Health Agency of Canada - COVID-19: ਬਜ਼ਰਗਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲਕਰਤਾਵਾਂ ਲਈ ਸਰੋਤ](#)
- [Unambiguous Science](#)
- [Johns Hopkins Medicine - COVID-19 ਟੀਕੇ: ਅਫਵਾਹ ਬਨਾਮ ਤੱਥ](#)

NIA ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ www.NIAgeing.ca
'ਤੇ ਸਾਡੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ ਅਤੇ Twitter 'ਤੇ ਸਾਨੂੰ
ਫਾਲੋ ਕਰੋ @NIAgeing

NATIONAL
INSTITUTE
ON AGEING

NIAG