

# રસી પછીની સંભાળનું તથ્યપત્રક

## રસી લીધા બાદ તરત મારે શું કરવું જોઈએ?

- તમને સારું લાગી રહ્યું છે તેની ખાતરી કરવા માટે તમારે પોતાની રસી મેળવ્યા પછી 15 મિનિટ સુધી રાહ જોવી જોઈએ. ક્લિનિકના કર્મચારી દ્વારા સૂચિત કરવામાં આવે તે મુજબ તમને ક્લિનિકમાં રાહ જોવાનું જણાવાશે. 30 મિનિટ જેટલા પ્રતિક્ષા સમયની ભલામણ કરવામાં આશે જો રસીની સંભવિત એલર્જી થયાની ચિંતા ઊભી થાય. જોકે અસામાન્ય છે પણ રસીકરણ બાદ મૂર્છા આવી શકે અથવા એલર્જિક પ્રતિક્રિયાઓ થઈ શકે છે. એલર્જીક પ્રતિક્રિયાના લક્ષણોમાં હાઇવ્સ (ત્વચા પર ઉપસેલા ચકામા જેમાં ઘણી વખત ખંજવાળ આવે), તમારા ચહેરા, જીભ અથવા ગળામાં સોજા, અથવા શ્વાસ લેવામાં મુશ્કેલીનો સમાવેશ થાય છે. જો આવી ઘટનાઓ બને તો ક્લિનિકના કર્મચારીઓ તે સંભાળી લેવા માટે તૈયાર હોય છે.
- રાહ જોતી વખતે તો તમને સારું ન લાગે તો ક્લિનિકના કર્મચારીગણને જાણ કરો.
- જો ક્લિનિકની અંદર પ્રતિક્ષા કરતા હો તો ખાતરી કરી લેશો કે તમે તમારો માર્સ્ક પહેરી રાખ્યો હોય અને અન્ય લોકોથી ઓછામાં ઓછા 2 મીટરની દૂરી રાખી હોય.
- ક્લિનિકથી નીકળતી વખતે તમારા હાથ સાફ કરવા અલ્કોહોલ આધારિત હેન્ડ રબનો ઉપયોગ કરશો.
- રસીકરણ કરાવ્યા બાદ અથવા જો તમને સારું લાગતું ન હોય તો ઓછામાં ઓછી 15 મિનિટ સુધી કોઈપણ વાહન કે કોઈપણ પરિવહનના પ્રકાર ચલાવવા નહીં.

## આગામી થોડા દિવસોમાં મારે શી અપેક્ષા રાખવી જોઈએ?

- રસી લીધા પછી એક કે બે દિવસમાં આડ અસરો થઈ શકે છે. આ આડ અસરો તમારા આરોગ્ય માટે ગંભીર ન હોવા છતાં, તેનાથી એક કે બે દિવસ માટે તમારી તબિયત બગડી શકે છે. આ આડ અસરો આપોઆપ ચાલી જશે.
- રસી લીધા બાદ નીચે પૈકી કેટલીક આડ અસરો થઈ શકે:
 

- ઇન્જેક્શન સ્થળે પીડા, લાલાશ	- તાવ
- હાઇવ્સ (ઉપસેલા લાલ ચકામા)	- સૂજેલી ગ્રંથિઓ
- થકાવટ	- અતિસાર
- માથાનો દુખાવો	- ઊબકા/ ઊલટી
- સ્નાયુનો દુ:ખાવો અથવા સાંધાનો દુ:ખાવો	- તમારી બગલમાં ગ્રંથીના સોજા
- ટાઢ ચઢવી	
- રસી આપવામાં આવી હોય ત્યાં જરૂર પડે તો ટાઢા ભેજયુક્ત કપડાનો ઉપયોગ કરવાથી તકલીફમાં મદદ મળી શકે, અને દુખાવો કે તાવ હોય તો દુખાવા અથવા તાવની દવા (જેમકે એસિટેમિનોફેન અથવા આઇબૂપ્રોફેન) મદદરૂપ થશે.
- રસી લીધા બાદ ગંભીર પ્રતિક્રિયાઓ જવલ્લે જ થાય છે. જોકે, રસી મુકાવ્યાના 3 દિવસની અંદર જો નીચેની કોઈપણ પ્રતિક્રિયાઓ થાય તો ત્વરિત તબીબી મદદ લેવી અથવા 911 પર કૉલ કરવો.
 

- હાઇવ્સ (ઉપસેલા લાલ ચકામા)	- વધુ પડતો તાવ (40.0C કરતા વધારે)
- ચહેરા કે મોઢા પર સોજા	- ફેફડું અથવા કન્વલઝન
- શ્વાસ લેવામાં તકલીફ	- અન્ય ગંભીર લક્ષણો (દા ત: 'સોય ભોંકાવાની લાગણી' અથવા સંવેદના ન થવી).
- અતિશય ફિસ્કો રંગ અને ગંભીર સુસ્તી	

## Gujarati

- રસીકરણ પછીની કોઇપણ ગંભીર આડ અસરોની જાણ પીલ પબ્લિક હેલ્થને કરવાની રહેશે.
- રસી મેળવ્યા પછી તમે અનુભવો એવી કોઇપણ પ્રતિક્રિયાઓ વિશે જો તમને ચિંતા થાય તો તમારા આરોગ્ય સંભાળ પ્રદાતાનો સંપર્ક કરો. પ્રશ્નો પૂછવા કે કોઇ પ્રતિકૂળ પ્રતિક્રિયાની જાણ કરવા તમે તમારા સ્થાનિક આરોગ્ય એકમનો સંપર્ક પણ કરી શકો છો.
- તેમ છતાં જો તમારે બીજો ડોઝ મળવવાની જરૂર હોય તો તમે અનુભવેલ આડ અસરો વિશે બીજો ડોઝ આપનાર વ્યક્તિને જાણ કરશો.

## મારે મારા રસીના બીજા ડોઝ માટે ક્યારે પાછા આવવું?

- સુનિશ્ચિતપણે તમારા બીજા ડોઝ માટે આવશો. તમારા બીજા ડોઝમાં તમારે એક સમાન રસી મેળવવી જોઈએ. ક્લિનિક છોડતા પહેલા અપોઇન્ટમેન્ટ લઈ લેશો જેથી ખાતરી રહે કે તમને બીજો ડોઝ યોગ્ય સમયે પ્રાપ્ત થાય.
  - જો તમને આજે Pfizer-BioNTech COVID-19 રસી મળી હોય તો તમારા બીજા ડોઝ માટે 21 દિવસ પછી આવશો.
  - જો તમને આજે Moderna COVID-19 રસી મળી હોય તો તમારા બીજા ડોઝ માટે 28 દિવસ પછી આવશો.
- તે બહુ અગત્યનું છે કે પ્રથમ ડોઝ પછી તમને હળવી આડ અસરો થઈ હોવા છતાં તમને બીજો ડોઝ સમયસર મળે જેથી COVID-19 સામે તમને શ્રેષ્ઠ રક્ષણ મળે.

## રસી લીધા પછી યાદ રાખવા જેવી બાબતો

- તે અગત્યનું છે કે તમે જાહેર સ્વાસ્થ્યના પગલાં લેવા ચાલુ રાખો જેમકે ભૌતિક અંતર જાળવવું, હાથ ધોવા અથવા વારંવાર હેન્ડ સેનિટાઇઝરનો ઉપયોગ કરવો, માસ્ક પહેરવું અને તમારા ઘર બહારના લોકો સાથેનો સંપર્ક સીમીત રાખવો/ટાળવો.
- જ્યાં સુધી તમે COVID-19 ના બંને ડોઝ પ્રાપ્ત ન કર્યા હોય અને બીજા ડોઝ બાદ ઓછામાં ઓછા 28 દિવસ વીતી ગયા હોય (સિવાયકે તમારા આરોગ્ય સંભાળ પ્રદાતા દ્વારા તેમ કરવું જરૂરી માનવામાં આવતું હોય) ત્યાં સુધી કોઇપણ અન્ય રસીઓ મેળવવી નહીં (સિવાયકે તમારી COVID-19ની રસીનો બીજો ડોઝ).
- જો તમે ગર્ભવતી બનવાની યોજના ધરાવતા હો તો તમારા આરોગ્ય સંભાળ પ્રદાતા સાથે વાત કરવી જોઈએ.  
આજના રસીકરણની છાપેલ **COVID-19** ઇમ્યુનાઇઝેશન રસીદ અને આ પત્રક સુરક્ષિત સ્થળ પર રાખવું. રસીના બીજા ડોઝ માટે આવો ત્યારે તમારી સાથે COVID ઇમ્યુનાઇઝેશનની રસીદ લાવશો.

આ દસ્તાવેજની માહિતી 06 જાન્યુઆરી 2021ના રોજથી અમલી છે.

ઓન્ટારિયો આરોગ્ય મંત્રાલયની પરવાનગી સાથે સમાવ્યું.

CDS-0918 21/02/05

વધુ માહિતી માટે, તમારા આરોગ્ય સંભાળ પ્રદાતા સાથે વાત કરો અથવા અહીં મુલાકાત લો  
[peelregion.ca/coronavirus](https://peelregion.ca/coronavirus)

 @regionofpeel

 @peelregion.ca

 @regionofpeel

  
Region  
of Peel  
working with you