COVID-19 BOOSTER

LET'S DO THIS – Sinhalese

NSW GOVERNMENT

වයස අවුරුදු 16 සහ ඊට වැඩි අය සඳහා හැකි විගස COVID-19 බූස්ටර් එන්නත ලබා ගැනීම නිර්දේශ කරයි

බූස්ටරයක් අවශ්‍ය වන්නේ ඇයි?

ඔබට දැනටම COVID-19 ආසාදනයවුවද, අධ්‍යයන මගින් පෙන්වාදී අත්තේ කාලයාගේ ඇවෑමෙන් ප්‍රතිශක්තිය අඩු වීම අරම්භ වන බවයි.

බූස්ටර මාත්‍රාවක් මගින් ඔබගේ ප්‍රතිශක්තීකරණ පද්ධතිය හට වයිරසයට එරෙහිව සටන් කරන ආකාරය මතක් කර දෙයි. බූස්ටරය මගින් COVID-19 ආසාදනයට එරෙහි ආරක්ෂාව 95% කින් වැඩි කරයි.

බූස්ටර් එන්නතක් ලබා ගත හැක්කේ කා විසින්ද?

වයස අවුරුදු 16 සහ ඊට වැඩි අය විසින් සිය දෙවන COVID-19 මාත්‍රාව ලබා ගෙන මාස 3 කට පසුව බූස්ටර් මාත්රාව ලබා ගත හැකිය.

තරුණ සහ සෞඛ්‍යය සම්පන්න අය වුවද බූස්ටර් මාත්‍රාවක් ලබා ගත යුතුය. ශීත සෘතුව තුල වයිරසයක් ආසාදනයවීමේ අවදානම වැඩි වන බැවින්, ඔබ සහ ඔබ වටා සිටින අය ආරක්ෂා කිරීම සඳහා ගත හැකි සරල පියවරකි බූස්ටර් එන්නත.

මා හට දැනටමත් COVID-19 ආසදනය අතිවුනි නම් මා විසින් බූස්ටර් මාත්රාවක් ලබා ගත යුතුද?

ඔව්. අනාගත ආසාදන සම්බන්ධයෙන් එක් එක් අය සතුව ඇති ස්වභාවික ප්‍රතිශක්තිකරනය විවිධාකාරවේ. බූස්ටර් මගින් ඔබට දරුණු ලෙස රොගාතුර වීමට එරෙහිව 95% ක ආරක්ෂාවක් ලබා දෙයි.

ඔබට සම්පූර්ණයෙන් සුවපත්වූ පසු බූස්ටර් එන්නත ලබා ගත හැකිය. බොහෝ අය සඳහා මෙය ආසාදනය ඇතිවී සති 3 සිට 4 අතර කාලයකි.

බූස්ටර් මාත්‍රාවක් සඳහා කුමන එන්නත් ලබා ගත හැකිද?

ඔබ විසින් ඔබගේ මුල් මාත්‍රා දෙක වශයෙන් වෙනත් එන්නතක් ලබා ගත්තද, වයස අවුරුදු 18 සහ ඊට වැඩි අය සඳහා Pfizer සහ Moderna mRNA එන්නත් නිර්දේශ කරයි. වයස අවුරුදු 16 - 17 අතර අයට අනුමත බූස්ටර් එන්නත වන්නේ, Pfizer එන්නතය.

mRNA එන්නතක් වෛද්‍යය වශයෙන් අහිතකර අවස්ථාවක හෝ mRNA එන්නතක් ලබා ගැනීම යම් අයෙකු ප්‍රතික්ෂේප කරන අවස්ථාවක AstraZeneca එන්නත භාවිතා කල හැකිය. අදාළ අයට වෙනත් කිසිම COVID-19 එන්නතක් සුදුසු නැතිනම් Novavax එන්නත භාවිතා කල හැකිය.

> nsw.gov.au වෙත පිවිස ඔබගේ COVID-19 බූස්ටර් එන්නත සඳහා අදම දිනයක් වෙන්කර ගන්න

© NSW Ministry of Health. April 2022

බූස්ටර් එන්නතක් නිසා මා හට අතුරු ආබාධ ඇතිවේද

ඔබගේ බූස්ටර් මාත්‍රාව ලබා ගන්නා අවස්ථාවේදී පළමු මාත්‍රා දෙක ලබාගත් පසු ඇතිවන ආකාරයේ බහුල, මෘදු අතුරු ආබාධ ඇතිවිය හැකිය. ඒවා අතර අතෙහි ඉදිමුව, උණ, මාංශපේශී රුදාව හෝ වෙහෙස දැනීම තිබිය හැකිය. ඔබ කනස්සල්ලෙන් සිටී නම් GP සමඟ කතා කරන්න.

වයස අවුරුදු 16 ට අඩු අය බූස්ටර් සඳහා සුදුසුකම් නොලබන්නේ ඇයි?

වයස අවුරුදු 16 ට අඩු අයට දැනට බූස්ටර් මාත්‍රා නිර්දේශ නොකරයි. මෙම වයස් කණ්ඩායම අතර COVID-19 හේතුවෙන් දරුණු ලෙස රෝගාතුරවීම විරළ අතර, පළමු මාත්‍රා දෙක මගින් ශක්තිමත් ප්‍රතිශක්තීකරණයක් ලබාදේ.

ගර්භනී අවස්ථාවේ බූස්ටර් එන්නතක් ලබා ගැනීම සුදුසුද?

COVID-19 එන්නත් මාත්‍රා 2 ක් ලබා ඇති ගර්භනී කාන්තාවන් හට බූස්ටර් මාත්‍රවක් ලබා දීම ආරක්ෂාකරී වන අතර නිර්දේශ කරයි.

එන්නත ලබා ගැනීම මගින් ඔබගේ බිලිදාවද ඔබ ආරක්ෂා කරයි. ඔබ විසින් එන්නත ලබා ගැනීම මගින් ඔබට ලැබෙන ආරක්ෂාව ඔබගේ බිළිදා හටද ලැබෙන බවට සාක්ෂි ඇත.

ඔබ ගර්භනී නම්, මව් කිරි ලබා දෙන්නේ නම්,හෝ බිලින්දෙකු හදා ගැනීමට උත්සාහ කරන්නේ නම්, COVID-19 එන්නත් ආරක්ෂාකාරී බවට සැලකිය යුතු සාක්ෂි ඇත.

එන්නතෙහි අඩංගු දේ මට සුදුසුද?

COVID-19 එන්නත් සඳහා භාවිතා කරන සියළුම සංඝටක **Australian Register of Therapeutic Goods (චිකිත්සක භාන්ඩ සම්බන්ධ ඕස්ට්‍රේලියානු ලේඛණයේ)** ලැයිස්තුගත කර ඇත.

පහත ඇති කිසිදු එන්නතක් ඕස්ට්‍රේලියාවේ අනුමත කර නැත:

- බිත්තර හෝ සත්ත්ව නිශ්පාදන අඩංගු දේ
- COVID-19 ඇති කරන කිසියම් සජීවී වෛරසයක් අඩංගු දේ
- කිසියම් ආකාරයකින් ඔබට බලපාන හෝ ඔබගේ DNA සමඟ ක්‍රියා කරයි නම්
- ඔබව සොයාගත හැකි කිසි දෙයක් අඩංගු නම්
- සමහර ආගම් හෝ විශ්වාසයන් අදහන අයට නුසුදුසු නම්

ඔබගේ නිවාඩු සැමරීමක කොටසක් වශයෙන් ඔබ නිරාහාරව සිටී නම්, COVID-19 එන්නත සහ බූස්ටරය ලබා ගැනීම ආරාක්ෂාකාරීවේ. COVID-19 එන්නත ආමශයට නොයන නිසා ඒ මගින් ඔබගේ නිරාහාරව සිටීමට බාධාවක් සිදු නොවේ.

COVID-19 එන්නත් මගින් ඔබගේ DNA හෝ ජානවල කිසිදු වෙනසක් සිදු නොකරයි. එන්නත මගින් සිය සිරුර COVID-19 ආසාදනයට එරෙහිව ආරක්ෂා කර ගන්නා ආකරය උගන්වන අතර, මෙය දින කිහිපයක් තුල සිදුවේ. ඒවා කිසිදු ආකරයකට ඔබගේ DNA සමග අන්තර්ක්‍රියා නොකරයි.

බූස්ටර් එන්නත් අනිවාර්යද?

නැත. කෙසේවුවද, ඔබගේ දෙවන මාත්‍රාව ලබාගෙන මාස හයකට වැඩි කාලයක් බූස්ටර් මාත්‍රාව ලබා නොගෙන සිටී නම් ඔබ COVID-19 එන්නත් සමග තව දුරටත් යාවත්කාලීන ලෙස සලකනු නොලබන අතර, කාලය ඉකුත්වූ ලෙස සලකයි.

අමතර ශීත සෘතු COVID-19 බූස්ටරය කුමක්ද සහ එය ලබගත යුත්තේ කා විසින්ද?

සමහර අය COVID-19 ආසාදනය හේතුවෙන් දරුණු ලෙස රොගාතුරවිමේ අවදානම ඇත. මෙම අයව ශීත සෘතුවට පෙර ආරක්ෂා කිරීම සඳහා අමතර (දෙවන) බූස්ටර මාත්‍රාව නිර්දේශය කරයි.

2022 අප්‍රේල් සිට, පහත අවස්ථාවල ඔබ හට ශීත සෘතු COVID-19 බූස්ටර එන්නත (දෙවන බූස්ටරය) ලබා ගත හැකිය:

- වයස අවුරුදු 65 ට වැඩි අය
- වයස අවුරුදු 50 සහ ඊට් වැඩි ඇබොරිජිනල් සහ ටොර්ස් ස්ට්රේට් දූපත්වසීන්
- මහළු රැකවරණ සහ ආබාධිත රැකවරණයක පදිංචි අයෙකු
- වයස අවුරුඩු 16 සහ ඊට වැඩි දරුණු ලෙස ප්‍රතිශක්තිකරනය හීනවූ අය. මෙම කන්ඩායමේ අය සඳහා ශීත සෘතු එන්නත් මාත්‍රාව පස්වන COVID-19 එන්නත් මාත්‍රාවවේ (ප්රාතමික මාත්‍රා තුන, පලමු බූස්ටර් මාත්‍රාව සහ ශීත ඉර්තු බූස්ටර් මාත්‍රාව)

ඔබට ඔබගේ ශීත සෘතු COVID-19 බූස්ටර් මාත්‍රාව ලබා ගත හැක්කේ ඔබගේ ප්‍රථම බූස්ටර් මාත්‍රාව ලබාගෙන මාස 4 කට පසුව හෝ, ඔබගේ ප්‍රථම COVID-19 බූස්ටර් මාත්‍රාව ලබාගැනීමට පසු COVID-19 ආසාදනය ඇතිවූ බවට සනාථ වුනි නම් ඉන් මාස 4 කට පසුව.

අමතර ශීත සෘතු COVID-19 එන්නතක් ලබා ගැනීමට සුදුසුකම් ඇති බොහෝ අය හට නොමිලේ ෆ්ලූ එන්නතක්ද ලබා ගැනීමට සුදුසුකම් ඇත.

COVID-19 සහ ෆ්ලූ එන්නත් එක අවස්ථාවේ ලබා ගැනීම ආරක්ෂාකාරීද?

COVID-19 එන්නත සහ ෆ්ලූ එන්නත එකම අවස්ථාවේදී ලබා ගැනීම ආරක්ෂාකාරී සහ පහසුවේ. එන්නත් දෙකම එකට ලබා ගැනීමට අවශ්‍යය නම්, ඔබගේ GP, හෝ ෆාමසිය වෙත යන්න.

දිනයක් සොයා ගන්න

බූස්ටර් සඳහා දිනයන් NSW පුරා ෆාමසි සහ GP ඇතුළුව දහසක් ස්ථානවලදී ලබා ගත හැක.

බොහෝ NSW Health සායනවලදී 'ඇවිදගෙන එන අයව' පිලිගනු ලබයි. මෙයින් ඉන් අදහස් වන්නේ කලින් වෙන් කිරීමක් කල යුතු නැති බවයි.

- **NSW Health එන්නත් සායනයකදී** හමුවක් සොයා ගන්න, නැතිනම් ඒ වෙත ඇවිදගෙන යන්න.
- **ඔබට ආසන්න සායනයක, GP හෝ ෆාමසියක** දිනයක් සොයා ගන්න.

ඔබට දිනයක් වෙන්කර ගැනීමට අවශ්‍ය නම්, දුරකතන අංක **1800 020 080** ඔස්සේ National Coronavirus Helpline (ජාතික කොරොනා වෛරස් උපකාර මාර්ගය) අමතා පරිවර්තන සේවා සඳහා 8 වන විකල්පය තෝරා ගන්න.

© NSW Ministry of Health. April 2022