COVID-19 BOOSTER

LET’S DO THIS – Tamil

NSW GOVERNMENT

கூடிய விரைவில் COVID-19 ஊக்க ஊசி ஒன்றை இட்டுக்கொள்ளுமாறு 16 மற்றும் அதற்கு மேற்பட்ட வயதானவர்களுக்கு சிபாரிசு செய்யப்படுகிறது

ஊக்க ஊசி ஒன்று ஏன் தேவைப்படுகிறது?

உங்களுக்கு ஏற்கனவே COVID-19 ஏற்பட்டிருந்தால் கூட, நோயெதிர்ப்புத்-திறன் காலப் போக்கில் குறைவடைவதாக ஆய்வுகள் காண்பிக்கின்றன.

வைரஸ்-ஐ அடையாளம் கண்டு அதனுடன் எப்படிப் போரிடுவது என்பதை ஊக்க ஊசி ஒன்று உங்களுடைய நோயெதிர்ப்பு முறைமைக்கு நினைவூட்டுகிறது. COVID-19 காரணமாக பாரதூரமான வகையில் நோய்வாய்ப்படுவதற்கு எதிராக உங்களுக்கு இருக்கும் பதுகாப்பினை 95 சதவீதம் வரை இந்த ஊக்க ஊசி அதிகரிக்கிறது.

ஊக்கத் தடுப்பூசி ஒன்றை யார் பெறலாம்?

16 மற்றும் அதற்கு மேற்பட்ட வயதுடையவர்கள் அவர்களுடைய COVID-19 தடுப்பூசி ஒன்றின் இரண்டாவது மருந்தளவை இட்டுக்கொண்டதிலிருந்து 3 மாதங்களுக்குப் பிறகு ஊக்கத் தடுப்பூசி ஒன்றைப் பெற்றுக்கொள்ளலாம்.

இள வயதினரும், ஆரோக்கியமானவர்களும் கூட ஊக்கத் தடுப்பூசி ஒன்றை இட்டுக்கொள்ள வேண்டும். குளிர்-காலத்தில் இந்த வைரஸ் தொற்று ஏற்படும் அபாயம் அதிகரிக்கும், ஆகவே உங்களையும், உங்களைச் சுற்றியுள்ளவர்களையும் பாதுகாப்பாக வைத்துக்கொள்வதற்காக ஊக்கத் தடுப்பூசி ஒன்றை இட்டுக்கொள்வது மிக எளிதானதொரு வழியாகும்.

எனக்கு ஏற்கனவே COVID-19 ஏற்பட்டிருந்தால் கூட ஊக்க ஊசி ஒன்று எனக்குத் தேவைப்படுமா?

ஆம். எதிர்கால நோய்த்தொற்றிற்கு எதிரான பாதுகாப்பு ஒவ்வொருவருக்கும் வித்தியாசமானதாக இருக்கும். பாரதூரமான நோய்க்கு எதிராக உங்களுக்கிருக்கும் பாதுகாப்பினை ஊக்க ஊசிகளால் 95 சதவீதம் வரை வலுப்படுத்த இயலும்.

இந்த வைரஸ் தொற்றிலிருந்து நீங்கள் முற்றிலும் குணமடைந்ததும் ஊக்கத் தடுப்பூசி ஒன்றை நீங்கள் இட்டுக்கொள்ளலாம். பெரும்பாலானோருக்கு, தொற்று ஏற்பட்டதிலிருந்து ஏறத்தாழ 4 முதல் 6 வார காலமாகும் இது.

ஊக்க மருந்தளவு ஒன்றிற்காகக் கிடைக்கும் தடுப்பூசிகள் யாவை?

உங்களுடைய முதல் இரண்டு தடுப்பூசிகளாக நீங்கள் வேறொரு தடுப்பூசியை இட்டுக்கொண்டிருந்தாலும், 18 மற்றும் அதற்கு மேற்பட்ட வயதுடையவர்களுக்கு Pfizer மற்றும் Moderna mRNA தடுப்பூசிகள் ஊக்க ஊசியாக சிபாரிசு செய்யப்படுகின்றன. 16 -17 வயதுள்ளவர்களுக்கென அங்கீகரிக்கப்பட்டுள்ள ஊக்கத் தடுப்பூசி Pfizer தடுப்பூசியாகும்.

mRNA தடுப்பூசி ஒன்று மருத்துவ ரீதியாகத் தகாதது என்று சுட்டப்படும் பொழுது, அல்லது mRNA தடுப்பூசி ஒன்றை இட்டுக்கொள்ள ஒருவர் மறுக்கும் பொழுது AstraZeneca தடுப்பூசி பயன்படுத்தப்படலாம். அப்படிப்பட்ட நபருக்கு வேறு எவ்வொரு COVID-19 தடுப்பூசியும் பொருத்தமானதல்ல என்று கருதப்படும் பொழுது Novavax தடுப்பூசி பயன்படுத்தப்படலாம்.

> உங்களுடைய COVID-19 ஊக்க ஊசிக்காக nsw.gov.au -இல் இன்று முன்பதிவு செயுங்கள்

© NSW Ministry of Health. April 2022

ஊக்க ஊசி ஒன்றின் காரணமாக எனக்குப் பக்க விளைவுகள் ஏற்படுமா?

உங்களுடைய ஊக்க ஊசியை நீங்கள் இட்டுக்கொள்ளும் பொழுது, முதல் இரண்டு மருந்தளவுகளுக்குப் பிறகு இருந்தவற்றைப் போன்ற பொதுவான, மிதமான பக்க விளைவுகள் உங்களுக்கு ஏற்படலாம். புஜத்தில் வலி, காய்ச்சல், தசை நோவுகள் அல்லது களைப்பான உணர்வு ஆகியன இவற்றில் உள்ளடங்கலாம். இதைப் பற்றி உங்களுக்குக் கவலையாக இருந்தால், உங்களுடைய பொது மருத்துவருடன் பேசுங்கள்.

16 வயதிற்குக் கீழ்ப்பட்டவர்களுக்கு ஏன் ஊக்க ஊசி பெறத் தகுதி இல்லை?

16 வயதிற்குக் கீழ்ப்பட்டவர்களுக்குத் தற்சமயம் ஊக்க ஊசிகள் சிபாரிசு செய்யப்படவில்லை. இந்த வயதுக் குழுவினரில், COVID-19 காரணமாகத் தீவிர நோய் ஏற்படுவது பொதுவானதல்ல, அத்துடன் அவர்கள் இட்டுக்கொண்ட முதல் இரண்டு தடுப்பூசிகள் வலுவானதொரு நோயெதிர்ப்புப் பதில்வினையை உற்பத்தி செய்யும்.

கர்ப்பமாக இருக்கும் பொழுது ஊக்க ஊசி ஒன்றை இட்டுக்கொள்வது பாதுகாப்பானதா?

COVID-19 தடுப்பூசி ஒன்றின் 2 மருந்தளவுகளை இட்டுக்கொண்ட கர்ப்பிணிப் பெண்களுக்கு ஊக்க ஊசி ஒன்று பாதுகாப்பானதும் சிபாரிசு செய்யப்படுவதுமாகும்.

தடுப்பூசி இடுக்கொள்வதன் மூலம் நீங்கள் உங்களுடைய குழந்தைக்கும் பாதுகாப்பு அளிப்பீர்கள். தடுப்பூசியிலிருந்து உங்களுக்குக் கிடைக்கும் பாதுகாப்பானது உங்களுடைய குழந்தைக்கும் கடத்தப்படுகிறது என்பதற்கான ஆதாரம் இருக்கிறது.

நீங்கள் கர்ப்பமாக இருந்தாலோ, தாய்ப்பால் ஊட்டிக்கொண்டிருந்தாலோ, குழந்தை ஒன்றைப் பெற முயற்சித்துக்கொண்டிருந்தாலோ, COVID-19 தடுப்பூசிகள் பாதுகாப்பானவை என்று விரிவான ஆதாரம் காண்பிக்கிறது. நீங்கள் கருவுறுதலை அவை பாதிக்காது.

தடுப்பூசியில் உள்ள மூலப் பொருட்கள் எனக்கு ஏற்றவையா?

COVID-19 தடுப்பூசிகளில் பயன்படுத்தப்படும் அனைத்து மூலப் பொருட்களும் **Australian Register of Therapeutic Goods (ஆஸ்திரேலிய மருதுவ-சிகிச்சைப் பொருட்கள் பதிவேடு)**-இல் பட்டியலிடப்பட்டுள்ளன.

ஆஸ்திரேலியாவில் அங்கீகரிக்கப்பட்டுள்ள COVID-19 தடுப்பூசிகள் எதுவும்:

> முட்டை அல்லது விலங்கு-சார் உற்பத்திப்பொருட்களைக் கொண்டதல்ல
> COVID-19-ஐத் தோற்றுவிக்கும் உயிருள்ள வைரஸ்-ஐக் கொண்டதல்ல
> உங்களுடைய DNA -வை எவ்வகையிலும் பாதிக்க, அல்லது அதனுடன் இடைவினையாற்ற அதனால் இயலாது
> உங்களைக் கண்காணிக்கும் எதுவும் அதில் இல்லை
> சில மதங்கள் அல்லது மத நம்பிக்கைகளைச் சேர்ந்தவர்களுக்குப் பொருத்தமானதல்ல என்று கிடையாது.

விடுமுறைக்கால கொண்டாட்டங்களின் ஒரு பகுதியாக நீங்கள் உண்ணா-நோன்பு இருப்பீர்களேயானால், COVID-19 தடுப்பூசியையும், ஊக்க ஊசியையும் நீங்கள் இட்டுக்கொள்ளலாம். COVID-19 தடுப்பூசியை இட்டுக்கொள்வதினால் உங்களுடைய வயிற்றிற்குள் எதுவும் செல்வதில்லை என்பதால், தடுப்பூசிகள் உங்களுடைய உண்ணா-நோன்பை முறிக்காது.

COVID-19 தடுப்பூசிகள் உங்களுடைய DNA-வை அல்லது உங்களுடைய மரபணுக்களை மாற்றுவதில்லை. COVID-19-இல் இருந்து தன்னை எவ்வாறு பாதுகாத்துக்கொள்வது என்று தடுப்பூசிகள் உங்களுடைய சரீரத்திற்குக் கற்றுத்தரும், மற்றும் சில நாட்களில் அவை சரீரத்திலிருந்து அகன்றுவிடும். உங்களுடைய DNA-வை அவை எவ்விதத்திலும் பாதிக்காது, அல்லது அதனுடன் இடைவினை ஆற்றாது.

ஊக்க ஊசிகள் கட்டாயமானவையா?

இல்லை, இருந்தாலும், இதற்கான தகுதி உங்களுக்கு இருந்து உங்களுடைய இரண்டாவது தடுப்பூசியை இட்டுக்கொண்ட பிறகு 6 மாதங்களுக்கு மேல் ஆகியிருந்து ஊக்க ஊசி ஒன்றை நீங்கள் இட்டுக்கொள்ளாமல் இருந்தால், உங்களுடைய COVID-19 தடுப்பூசியேற்றத்தினைப் பொறுத்து நடப்பு-நாள் வரை சரியான நிலையில் உள்ளவர் என்று நீங்கள் இனி கருதப்படமாட்டீர்கள், மற்றும் இதற்கான காலம் கடந்தவராக இருப்பீர்கள்.

குளிர்-கால COVID-19 கூடுதல் ஊக்க ஊசி என்பது என்ன, மற்றும் அதை யார் இட்டுக்கொள்ளவேண்டும்?

COVID-19 காரணமாகத் தீவிர நோய்வாய்ப்படும் அபாயம் சிலருக்கு இருக்கும். குளிர்-காலம் வருவதற்கு முன்பாக இவர்களைப் பாதுகாப்பதற்காகக் கூடுதல் (இரண்டாவது) ஊக்க ஊசி ஒன்று சிபாரிசு செய்யப்படுகிறது.

பின் வருவன உங்களுக்குப் பொருந்தினால், ஏப்ரல் 2022-இல் இருந்து குளிர்-கால COVID-19 தடுப்பூசி (இரண்டாவது ஊக்க ஊசி) ஒன்றிற்கான தகுதியை நீங்கள் பெறுவீர்கள்:

- 65 மற்றும் அதற்கு மேற்பட்ட வயதுடையவர்
- 50 மற்றும் அதற்கு மேற்பட்ட வயதுடைய ஆபொரிஜினிப் பூர்வகுடியினர் மற்றும் டோரிஸ் நீரிணைத் தீவகத்தவர்
- முதியோர் பராமரிப்பு இல்லம் அல்லது இயலாமையுடையோர் பராமரிப்பு இல்லம் ஒன்றில் வசிக்கும் ஒருவர்
- நோயெதிர்ப்புத்-திறன் கடுமையாகப் பாதிக்கப்பட்ட 16 மற்றும் அதற்கு மேற்பட்ட வயதுடையவர். இந்தக் குழுவில் உள்ளவர்களுக்கு இந்த குளிர்-கால தடுப்பூசி மருந்தளவு என்பது ஒரு ஐந்தாவது COVID-19 தடுப்பூசி மருந்தளவாக இருக்கும் (மூன்று ஆரம்ப-நிலை மருந்தளவுகள், முதலாவது ஊக்க ஊசி மற்றும் குளிர்-கால ஊக்க ஊசி).

உங்களுடைய முதலாவது ஊக்க ஊசியை இட்டுக்கொண்டதிலிருந்து 4 மாதங்களுக்குப் பிறகு, அல்லது உங்களுடைய முதலாவது ஊக்க ஊசிக்குப் பிறகு உங்களுக்கு COVID-19 ஏற்பட்டிருந்தால், உறுதிப்படுத்தப்பட்ட COVID-19 தொற்று ஏற்பட்டதிலிருந்து 4 மாதங்களுக்குப் பிறகு உங்களுடைய குளிர்-கால COVID-19 தடுப்பூசியை நீங்கள் இட்டுக்கொள்ளலாம்.

மேலதிக குளிர்-கால COVID-19 தடுப்பூசிக்குத் தகுதி பெறுபவர்களில் பெரும்பான்மையோர் இலவச 'ஃப்ளூ' தடுப்பூசி ஒன்றிற்கும் தகுதி பெறுவர்.

COVID-19 தடுப்பூசியையும், 'ஃப்ளூ' தடுப்பூசியையும் ஒரே நேரத்தில் இட்டுக்கொள்வது பாதுகாப்பானதா?

COVID-19 தடுப்பூசியையும், 'ஃப்ளூ' தடுப்பூசியையும் ஒரே நேரத்தில் இட்டுக்கொள்வது பாதுகாப்பானதும் வசதியானதுமாகும். இந்த இரண்டு தடுப்பூசிகளையும் ஒரே நேரத்தில் இட்டுக்கொள்ள நீங்கள் விரும்பினால், உங்களுடைய பொது மருத்துவரிடம் அல்லது 'ஃபார்மசி'க்குச் செல்லுங்கள்.

சந்திப்புவேளை ஒன்றை ஏற்படுத்திக்கொள்ளுங்கள்

'ஃபார்மசி'கள் மற்றும் ஜீ.பீ சிகிச்சையகங்கள் உட்பட, முன்பதிவு செய்துகொள்வதற்கு ஆயிரக்கணக்கான இடங்கள் NSW மாநிலம் முழுதும் உள்ளன.

பெரும்பான்மையான NSW Health சிகிச்சையகங்கள் நேரடியாக வருகை தருபவர்களையும் ஏற்றுக்கொள்ளும், ஆகவே நீங்கள் முன்பதிவு செய்யவேண்டியதில்லை என்பது இதன் அர்த்தமாகும்.

- சந்திப்புவேளை ஒன்றை ஏற்படுத்திக்கொள்ளுங்கள், அல்லது **NSW Health தடுப்பூசியேற்ற சிகிச்சையகம்** ஒன்றிற்கு நேரடியாகச் செல்லுங்கள்.
- **சிகிச்சையகம், ஜீ.பீ., அல்லது உங்களுக்கு அண்மையிலுள்ள 'ஃபார்மசி'** ஒன்றில் சந்திப்புவேளை ஒன்றை ஏற்படுத்திக்கொள்ளுங்கள்.

சந்திப்புவேளை ஒன்றை ஏற்படுத்திக்கொள்வதில் உங்களுக்கு உதவி தேவைப்பட்டால், **1800 020 080** -எனும் இலக்கத்தில் National Coronavirus Helpline ('தேசிய கொரோனாவைரஸ் உதவி-இணைப்பு)-ஐ அழையுங்கள், மற்றும் மொழிபெயர்த்துரைப்பு சேவைகளுக்கு 'தெரிவு 8'-ஐ மேற்கொள்ளுங்கள்.

> உங்களுடைய COVID-19 ஊக்க ஊசிக்காக nsw.gov.au -இல் இன்று முன்பதிவு செயுங்கள்

© NSW Ministry of Health. April 2022