



د کووېډ-19 واکسين خوندي او اغيزمن دي

په دې اړه ساينسي معلومات روښانه دي چې: د واکسين کولو گټې د هغې له خطرونو څخه زياتې دي

څوک د واکسين/ تقويتي ستونو د ترسره کولو وړ دی؟

هر څوک چې عمر يې 6 مياشتې او يا له هغې زيات وي بايد د کووېډ-19 لومړنۍ دوره واکسين ترسره کړي. په لومړنۍ دوره کې د بدن د کمزوري دفاعي سيستم لرونکو کسانو لپاره اضافي دوره هم شاملېږي.

هر هغه څوک چې 5 کلن او له دې زيات عمر لرونکي وي چې د خپل واکسين لومړنۍ دوره يې بشپړه کړې وي يا لږترلږه 2 مياشتې مخکې يې تقويتي واکسين ترسره کړی وي بايد د فايزر يا موډرنا "نوي" تقويتي واکسين ترسره کړي. دغه نوي تقويتي واکسين د 2022 کال په اگست مياشت کې د FDA له لوري تصويب شوي او ښايي د هغې د اوسنيو ډولونو په نسبت په بدن غوره خونديتوب رامنځته کړي. هغه 5 کلن او له دې زيات عمر لرونکي نور د "اصلي" تقويتي واکسينونو د ترلاسه کولو لپاره وړ نه دي.

بېلابېل عمر لرونکي کسان د واکسينو بېلابېل شمېر دورې ترلاسه کوي چې دا په دې پورې اړه لري چې په هره کلينيکي آزموينه کې کومه دوره تر مطالعې لاندې نيول شوي ده. کوچني ماشومان د زيات عمر لرونکو ماشومانو او ځوانانو په پرتله کمې دورې واکسين ترلاسه کوي.

د کووېډ-19 اړوند مونو والنت نوواواکس واکسين له 18 کلونو څخه کم عمر لرونکو لپاره د تقويتي دورې په توگه مجاز دی، خو دفايزر او موډرنا نوي تقويتي واکسين د ټولو هغو کسانو لپاره د وړانديز شوي تقويتي واکسين انتخابونه دي چې د دې واکسينونو د ترلاسه کولو توان لري.

د تقويتي واکسينو د دورو په اړه د نورو معلوماتو لپاره، مهرباني وکړئ وگورئ [د کووېډ-19 د واکسينو مهالوېش وگورئ](#).

ايا د کووېډ-19 واکسين خوندي او اغيزمن دي؟

د [فايزر](#)، [موډرنا](#)، او [نووا واکس](#) د کووېډ-19 واکسينونه په خپله له کووېډ-19 څخه د جدي ناروغه کېدو، په روغتون کې د بستر کېدو او مړينې په مخنيوي کې خورا اغيزمن دي.

FDA د فايزر د کووېډ-19 د واکسين ته د 12 کلنو او له هغې څخه د زيات عمر لرونکو کسانو لپاره بشپړ جواز ورکړی دی. فايزر له FDA څخه د 6 مياشتو څخه تر 11 کلونو پورې ماشومانو او ځوانانو کې د کارولو لپاره د بېرني کارونې اجازه (EUA) هم لري. د موډرنا واکسين د 18 کلنو او له هغې څخه د زيات عمر لرونکو لپاره تصويب شوی او د 6 مياشتو څخه تر 17 کلونو پورې ماشومانو او ځوانانو لپاره هم منل شوی دی. نووا واکس د FDA له لوري د 12 کلنو او له هغې د زيات عمر لرونکو کسانو لپاره مجاز دی.

د کووېډ-19 اړوند د جانسن او جانسن (J&J) واکسين د 18 کلنو او له هغې د پورته عمر لرونکو لپاره د بېرني کارونې اجازه (EUA) لري. په زياترو حالاتو کې، فايزر، موډرنا، يا نووا واکس واکسينونه د لومړني او تقويتي واکسين لپاره د J&J واکسينونو په پرتله ډېر وړانديز کيږي. دا د جدي جانبي اغېزو د خطر، لکه په نادره توگه د وينې د پرند کېدو له کبله دی.

د کووېډ-19 د واکسينونو احتمالي جانبي اغيزې څه دي؟

په دې برخه کې ځينو کسانو جانبي اغېزې تجربه کړي دي، لکه لنډمهاله درد يا د لاس په هغه ناحيه کې سوروالی يا پرسوب په کومه کې چې دوی واکسين ترسره کړی وي، تبه، زکام، ستړيا، د عضلاتو درد، نس ناستی او/يا سر خوږی درلودل. په ماشومانو او کوچنيو اطفالو کې يې په جانبي اغېزو کې خرابنت، ژړا، ډېر خوب، او د اشتها له لاسه ورکول شاملېږي. دغه جانبي اغيزې د هر واکسين لپاره عادي دي او معمولي گڼل کيږي ځکه چې په دې لړ کې بدن د کووېډ-19 پر وړاندې د دفاع لپاره حجري رامنځته کوي.

زه بايد څومره وخت انتظار وباسم چې خپل د فايزر، موډرنا، نووا واکس واکسينو دوهمه دوره ترسره کړم؟

د دغو واکسينو د 1 او 2 دورو تر منځ وړانديز شوی وخت د فايزر او نووا واکس واکسينو لپاره 3 اوونۍ (21 ورځې) او د موډرنا لپاره 4 اوونۍ (28 ورځې) د ټولو هغو کسانو لپاره دي چې:

- له منځني څخه تر جدي کچې پورې يې د بدن دفاعي سيستم کمزوری شوی وي، يا
- 65 کاله يا له دې زيات عمر ولري، يا
- په کووېډ-19 باندې د اخته کېدو يا د جدي ناروغۍ خطر په اړه انديښنو له امله چټک خونديتوب ته اړتيا لري.

CDC په دې وروستيو کې خپل وړانديزونه بدل کړي ترڅو د نورو خلکو لپاره د فايزر، موډرنا، نووا واکس د واکسينو د دورو ترمنځ تر 8 اوونيو پورې اجازه ورکړي، لکه له 12 څخه تر 39 کلونو پورې عمر لرونکي نارينه د دې واکسينونو د ترلاسه کولو وروسته د مایوکارډيټس (د زړه د التهاب) له کوچني خطر سره مخ کيږي. د واکسينو د دورو ترمنځ دغه اوږد واټن کولی شي د واکسينو اغيزمنتوب هم زيات کړي. که تاسو په دې اړه پوښتنې لرئ چې بايد د واکسينو خپله دوهمه دوره کله ترسره کړئ نو د خپل روغتيايي پاملرنې له چمتو کونکي سره خبرې وکړئ. د کووېډ-19 اړوند واکسينو سپارښتنو يوه عمومي کتنه [د کووېډ-19 واکسينو په مهالوېش کې موندلی شئ](#).

ايا زه کولی شم تقويتي واکسين په داسې حالت کې ترسره کړم که زما واکسينو دورې په متحده ايالاتو کې نه ترسره کيږي؟

هغه کسان چې له 5 کالو څخه زيات عمر لري چا چې د WHO له لوري په بشپړ ډول مجاز واکسين (لکه استرا زينيکا) ترسره کړي وي يا د کلينيکي آزموينې د يوې برخې په توگه کولی شي د خپلو واکسينو د لومړنۍ دورې له پای ته رسيدو وروسته تقويتي واکسين ترلاسه کړي.

که چېرې زه تقويتي واکسين ته اړتيا ولرم، ايا دا په دې معنا ده چې واکسين کار نه کوي؟

[د کووېډ-19 واکسينونه ښه کار کوي](#) ترڅو د کووېډ-19 له امله د شديد ناروغه کېدو، په روغتون کې د بستر کېدو او مړينې مخه ونيسي. په هر حال، د وخت په تيريدو سره، په ځانگړې توگه په ځينو افرادو کې لکه د زيات عمر لرونکو لويانو او هغو کسانو چې اساسي روغتيايي ستونزې لري، د هغو کسانو په پرتله د واکسينو د خونديتوب اغېز کميږي چې عادي يا د منځنۍ کچې روغتيايي ستونزې لري. دا د ترلاسه کړي چې د وړ کېدو په صورت کې د تقويتي دورې واکسين مو نږدې ترلاسه کړي وي!

"نوي" تقويتي واکسين څه شی دي؟

"نوي" تقويتي واکسين بيا د دغې ناروغۍ لومړنۍ نوحه او د اوميکرون نورې نوحې په نښه کوي چې د ناروغۍ د وروستيو نويو قضيو لامل شوي دي. FDA هغو نويو تقويتي واکسينو ته اجازه ورکړه ترڅو د ناروغۍ د اوسنيو ډولونو پر وړاندې غوره خونديتوب رامنځته کړي. د فايزر اړوند نوی تقويتي واکسين د 5 کلنو او له هغې د زيات عمر لرونکو لپاره د لاسرسي وړ دی او د موډرنا اړوند نوی تقويتي واکسين بيا د 6 کلنو او له هغې د پورته عمر لرونکو لپاره ورکول کيږي.

د کووېډ-19 واکسين خوندي او اغېزمن دي

په دې اړه ساينسي معلومات روښانه دي چې: د واکسين کولو گټې د هغې له خطرونو څخه زياتې دي



د کووېډ-19 د واکسين له ترسره کولو وروسته جدي جانبي اغېزې ډېرې کمې پېښېږي.

FDA پریکړه کړې ده چې د واکسينو گټې د هغوی له خطرونو څخه خورا زياتې دي. په غیر واکسين شويو/يا د تقويې واکسين په نا ترسره کړيو کسانو کې له کووېډ-19 څخه د جدي ناروغه کېدو، په روغتون کې د بستر کېدو يا مړينې خطر په خپله د کووېډ-19 له واکسينونو څخه د جدي جانبي اغېزو له خطر څخه خورا ډیر دی. په دې اړه د نورو معلوماتو لپاره، [زياتي پوښتنل شوي پوښتنې \(FAQs\)](#) د کووېډ-19 واکسين په اړه (CDC) وگورئ.

که تاسو د واکسين له ترسره کولو وروسته لاندې ذکر شوي نښې نښانې ولرئ نو بايد سمدستي د روغتيايي پاملرنې غوښتنه وکړئ:

دا يو ډېر کمه رامنځته کېدونکي خو د وينې جدي پړند کېدنه، [د وينې له بې رنگه حجرو سره د وينې پړند کېدل](#)، په لږ شمېر هغو کسانو کې رامنځته کېږي چې جانسن او جانسن واکسين يې تر لاسه کړي وي. **نښې نښانې يې عبارت دي له** ساه لنډۍ، د سينې درد، د پښو پرسوب؛ د معدې دوامداره درد، شديد سر خوږی يا د ليد تياره کېدل، د سنتې په ساحه کې د پوستکي لاندې زخم يا د وينې کوچني داغونه. د فايژر، مودرنا، يا نووا واکس له واکسينونو سره د TTS ډېرېدونکي خطر نه دی ليدل شوی، نو CDC اوس سپارښتنه کوي چې د فايژر، مودرنا، نووا واکس واکسين دي د امکان په صورت کې د تقويې واکسينو په گډون، په ټولو وړ اشخاصو کې وکارول شي.

نورې کمې رامنځته کېدونکي ستونزې يې [Guillain-Barré سندروم \(GBS\)](#) هم په لږ شمېر هغو کسانو کې رامنځته کېږي چې د جانسن او جانسن واکسين يې تر لاسه کړي وي. GBS د عصبي سيستم يو نادره اختلال دی چې کولی شي د عضلاتو کمزوري رامنځته کړي، يا په خورا شديدو حالاتو کې د فلج سبب شي. نښې نښانې يې زياتره د واکسين له ترسره کولو څخه 1-2 اوونۍ وروسته پيل کېږي خو کيدای شي له دې وروسته هم وليدل شي. **نښې نښانې يې عبارت دي له** کمزورۍ يا سر گرځېدو احساسات، په ځانگړي توگه په پښو يا لاسونو کې، چې کيدای شي وده وکړي او د بدن نورو برخو ته هم خپور شي.

د فايژر په څېر د mRNA يا نووا واکس واکسينو له تر لاسه کولو وروسته په ځوانانو کې د مایوکارډيټس (د زړه د التهاب) او پيريکارډيټس (د زړه په شاوخوا کې د شته کڅوړې د التهاب) ستونزې شتون ولري. دغه ستونزې په نارينه تنکيو ځوانانو او لويانو کې د واکسين د دوهمې دورې د تر لاسه کولو وروسته په څو ورځو کې رامنځته کېږي. **نښې نښانې عبارت دي له** د سينې درد، ساه لنډۍ، يا د کړندۍ ساه کېدلو، د زړه د درزا يا ټکان احساس کول. ډيری ځوانان چې روغتيايي پاملرنه ورته شوي وي اړونده درملو او استراحت ته يې ښه طبي غبرگون بشودلی دی او ژر تر ژره يې د ښه والي احساس کړی دی.

مایوکارډيټس او پيري کارډيټس ناروغی د تقويې واکسين له تر لاسه کولو وروسته تر ټولو نادره دي. CDC د ماشومانو د ناروغيو د درملنې د امریکا اکاډمۍ او نور [بيا هم وړانديز کوي](#) چې هر هغه څوک چې 6 مياشتې يا له دې زيات عمر ولري بايد واکسين شي ځکه چې گټې يې له خطرونو څخه زياتې دي.

د لا زياتو معلوماتو لپاره، له [mRNA کووېډ-19 واکسينو وروسته د مایوکارډيټس او پيري کارډيټس](#) وگورئ.

ايا د کووېډ-19 واکسين د هغو کسانو لپاره خوندي دي چې اميندواره وي او/يا ماشومانو ته شيدې ورکوي؟

هو. د کووېډ-19 واکسين کولی شي د هغو کسانو لپاره چې اميندواره وي او/يا ماشومانو ته شيدې ورکوي، د اميندوارۍ هڅه کوي، يا غواړي په راتلونکي کې اميندواره شي د جدي ناروغی په وړاندې د ساتنې په برخه کې مرسته وکړي. د اميندوارۍ له حالت څخه په بدن کې د بدلونونو له امله، اميندواره او په ځانگړي توگه په دې وروستيو کې اميندواره شوي مېرمنې د غیر اميندوارو مېرمنو په پرتله د کووېډ-19 له امله د سخته ناروغه کېدو احتمال لري.

د لا زياتو معلوماتو لپاره، مهرباني وکړئ [د اميندوارۍ يا شيدې ورکولو پرمهال د کووېډ-19 واکسين \(CDC\)](#) وگورئ.

که ماشومان او ځوانان د شديد کووېډ-19 ککړتيا کم خطر ولري، نو ولې بايد واکسين ترسره کړي؟

CDC او د ماشومانو لپاره د امریکا اکاډمي سپارښتنه کوي چې ټول وړ ماشومان بايد د کووېډ-19 پر وړاندې واکسين شي. که څه هم ماشومان او ځوانان د لويانو په پرتله له کووېډ-19 سره د شديد ناروغ کيدو په ټيټ خطر کې دي، خو دوی کېدای شي:

- د کووېډ-19 له کبله ډير ناروغه شي، چې پکې په روغتون کې بستر کېدو ته اړتيا هم شاملېږي. هغه ماشومان چې [دغه روغتيايي ستونزې لري](#) د سخت ناروغه کېدو له مخې له لور خطر سره مخ وي، خو يو پر دريمه برخه ماشومان او تنکي ځوانان چې په روغتون کې بستر شوي دي هېڅ کومې اساسي روغتيايي ستونزې نه لري
- د جدي اختلاطاتو رامنځته کېدل لکه [خو سيستمه التهابي سندروم \(MIS-C\)](#) - يو داسې حالت چې د زړه، سږو، پښتورگو، دماغو، پوستکي، سترگو يا معدې د غړو په گډون، د بدن بيلابيلې برخې پکې پرسيرې.
- [له کووېډ څخه وروسته يې په روغتيايي ستونزې کې زياتوالي راشي](#) چې د "اوږد مهاله کووېډ" په نوم هم يادېږي.
- د کورنۍ اړوند د زيان رسېدونکو غړو په گډون نورو ته د کووېډ-19 د ککړتيا خپره کړي.
- که چېرې په ناروغی اخته شي نو ښوونځی، سپورتي ځايونه، غیر نصابي فعاليتونه او نورې مهمې پېښې له لاسه ورکړي.

ما د کووېډ-19 ناروغی تېره کړې ده. ايا زه اوس هم واکسين ته اړتيا لرم؟

هو. خلک کېدای شي له يو ځل څخه ډير هم په کووېډ-19 ناروغی اخته شي. CDC وړانديز کوي چې هر هغه څوک چې عمر ونه يې 6 مياشتې او له هغې زيات وي بايد واکسين تر لاسه کړي، حتی که د کووېډ-19 ناروغی يې تېره کړي هم وي. مور نه پوهېږو چې يو څوک څومره وخت له ياد وپروس څخه روغېدو وروسته بيا په ناروغی باندې له اخته کېدو څخه خوندي کېږي. د انټي باډي اوسني ازموينې مور ته نه شي څرگندولی چې ايا يو شخص د کووېډ-19 د بلې ککړتيا له اخیستو څخه خوندي دی او که نه. مور په دې هم نه پوهېږو چې ايا د وپروس د يوه ډول پر وړاندې رامنځته شوی معافيت به د وپروس د نويو ډولونو پر وړاندې په بدن کې کافي خونديتوب رامنځته کړي.

د کووېډ-19 واکسين خوندي او اغيزمن دي

په دې اړه ساينسي معلومات روښانه دي چې: د واکسين کولو گټې د هغې له خطرونو څخه زياتې دي



کوم کسان د واکسينو د خپل

لومړني واکسين له دورې وروسته اضافي واکسين ته اړتيا لري؟

په بشپړه توگه د واکسينو د بشپړو د گټې د ترلاسه کولو لپاره، CDC وړانديز کوي چې له منځني څخه تر شديد حالتو پورې د بدن د کمزوري دفاعي سيستم لرونکي کسان بايد لږترلږه په 28 ورځو کې د mRNA واکسينو اضافي دوره ترسره کړي د فايژر يا مودرنا واکسين د دوهمې دورې وروسته يا 28 ورځې وروسته د جانسن او جانسن لومړۍ دوره ترسره کړي. د نووا واکس واکسين د ترلاسه کولو په صورت کې د اضافي دورې د ترسره کولو سپارښتنه نه کيږي.

په دې سپارښتنه کې هغه ماشومان هم شامل دي چې عمر ونه يې له 6 مياشتو څخه تر 4 کلونو پورې وي چې د مودرنا لومړنۍ دوره يې ترلاسه کړې وي او هغه کسان چې عمر ونه يې 5 کلن وي او هغه کسان چې د فايژر، مودرنا يا جانسن او جانسن واکسينو لومړنۍ دوره يې بشپړه کړې وي څوک چې:

- د تومورونو يا د وينې سرطان لپاره د سرطان د فعاله درملنې په درشل کې وي
- د بدن د غړو نښلول پکې ترسره شوي وي او د بدن د دفاعي سيستم د تقويه کولو لپاره درمل کاروي
- په تېرو 2 کلونو کې د اساسي حجراتو اخېستل يې ترلاسه کړي وي يا د بدن د دفاعي سيستم د تقويه کولو لپاره درمل کاروي
- منځنۍ يا د شديدې کچې د بدن د دفاعي سيستم لومړنۍ کمزورتيا (لکه د ډي جورج سندروم، ويسکوت-الډريچ سندروم) ولري
- پرمختللي يا د HIV لا اعلاجه ناروغي ولري
- د لوړو دورو کورټيکوسټرايډونو يا نورو درملو سره يې فعاله درملنه روانه وي چې کولی ستاسو د بدن د دفاعي سيستم غبرگون پياوړی کړي

هر څوک بايد د خپل روغتيايي پاملرنې له چمتو کونکي سره د خپل روغتيايي حالت په اړه خبرې وکړي، چې ايا د واکسين د اضافي دورې ترسره کول د دوی لپاره مناسب دي او که نه.

اړونده واکسين څنگه دومره ژر جوړ شول؟

په داسې حال کې چې هغه وپروس چې د کووېډ-19 (SARS-CoV-2) لامل کيږي يواځې د 2019 په دسمبر مياشت کې کشف شوی ؤ، په ټوله نړۍ کې ساينس پوهان له 2007 کال راهيسې له دې سره د ورته وپروسو لپاره په واکسينونو باندې کار کوي. په دې اړه د نورو معلوماتو لپاره، [د کووېډ-19 واکسينونو پراختيا وگورئ](#).

ايا زه کولی شم يو داسې تقويتي واکسين ترسره کړم چې د کووېډ-19 پر وړاندې زما له لومړني واکسين سره توپير ولري؟

ځينې کسان ښايي د هغه واکسين ډول تقويتي واکسين ترسره کولو ته ترجيح ورکړي له کوم ډول چې دوی واکسين ترسره کړی وي. نور هغه يې بيا کېدای شي دا غوره وگڼي چې د خپل اصلي واکسين له ډول څخه يو بل ډول تقويتي واکسين ترسره کړي.

د جانسن او جانسن واکسين د ډېرې کمې (خو جدي) جانبي اغيزې د خطر له امله، [CDC سپارښتنه کوي](#) چې هغه کسان چې د جانسن او جانسن واکسين يې ترلاسه کړي وي بايد د mRNA (فايژر يا مودرنا) د تقويتي واکسين دوره ترسره کړي.

ايا زه سره له دې هم "بشپړ واکسين شوی" گڼل کيرم که چيرې زه د تقويتي دورې واکسين ترسره نه کړم؟

هو. اوسمهال هر څوک لا هم د دوه دورو په لړۍ کې لکه فايژر، مودرنا، يا نووا واکس واکسينونو د دوی د دوهمې دورې څخه دوه اوونۍ وروسته، يا د يواځينې دورې لکه جانسن او جانسن واکسين له ترسره کولو دوه اوونۍ وروسته، په بشپړ ډول واکسين شوي گڼل کيږي. په هر حال، په بشپړ ډول واکسين کېدل او د تقويتي واکسين ترسره کول د کووېډ-19 له امله د جدي ناروغيه کېدو، په روغتون کې د بستر کېدو او مړينې څخه د ځان ساتنې او د وپروس د خپرېدو د کمولو لپاره غوره لاره ده.

چيرته کولی شم چې د کووېډ-19 واکسين يا تقويتي واکسين ترسره کړم؟

د کووېډ-19 واکسين يا د وريا تقويتي واکسين د دورې د ترسره کولو لپاره گڼ شمېر ځايونه شتون لري. د الاميدا سيمي د ټولني اړوند د واکسينونو د ترسره کولو له کلينيکونو څخه هيڅ يو يې پېژندپاڼې، بيمې يا د ليدنې د وخت اخېستو ته اړتيا نه لري.

پل ځای ته نږدې د واکسين د ترسره کولو د ځايونو په اړه د ټوليز لېسټ لپاره، [د الاميدا په سيمه کې د واکسينو شتون](#) له برخې يا له دې وېب پاڼې ليدنه وکړئ: <https://linktr.ce/AlamedaCountyOHE>.

د وريا واکسين لپاره د مهالوېش په ټاکلو کې د مرستې لپاره، دغې شمېرې ته زنگ ووهئ: 510-268-2101.



ALAMEDA COUNTY HEALTH CARE SERVICES AGENCY
PUBLIC HEALTH DEPARTMENT

Colleen Chawla – Agency Director

Kimi Watkins-Tartt – Director

Nicholas Moss, MD – Health Officer

Contact

Public Health Department:
(510) 267-8000 Main Line

COVID-19 Information:
(510) 268-2101

www.acphd.org