ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ - ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਕਨੇਡੀਅਨਾਂ ਨੂੰ ਕੀ ਜਾਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ

ਅਪ੍ਰੈਲ 2021

NATIONAL INSTITUTE ON AGEING

Sinai Health | Healthy Ageing and Geriatrics

UHN Toronto General
Toronto Western
Princess Margaret
Toronto Rehab
Michener Institute

ਨੈਸ਼ਨਲ ਇੰਸਟੀਟਯੂਟ ਔਨ ਏਜਿੰਗ
(National Institute on Ageing)

ਸੁਝਾਅ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹਵਾਲਾ:

ਸਿਨਹਾ,ਐਸ., ਵੋਹਰਾ-ਮਿਲਰ, ਐਸ., ਅਤੇ ਜੌਨਸਟੋਨ, ਜੇ. (2021)। ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ - ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਕਨੇਡੀਅਨਾਂ ਨੂੰ ਕੀ ਜਾਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਨੈਸ਼ਨਲ ਇੰਸਟੀਟਯੂਟ ਔਨ ਏਜਿੰਗ। ਟੋਰੋਂਟੋ, ਓਨਟੈਰਿਓ।

ਡਾਕ ਭੇਜਣ ਲਈ ਪਤਾ:

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

ਨੈਸ਼ਨਲ ਇੰਸਟੀਟਯੂਟ ਔਨ ਏਜਿੰਗ ਬਾਰੇ

ਨੈਸ਼ਨਲ ਇੰਸਟੀਟਯੂਟ ਔਨ ਏਜਿੰਗ (NIA) ਟੋਰੋਂਟੋ ਵਿੱਚ ਰਾਇਅਰਸਨ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਵਿਖੇ ਅਧਾਰਤ ਇੱਕ ਜਨਤਕ ਪਾਲਸੀ ਅਤੇ ਖੋਜ ਸੈਂਟਰ ਹੈ। NIA ਜੀਵਨ ਦੀ ਰਾਹ ਵਿੱਚ ਸਫਲ ਏਜਿੰਗ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਪ੍ਰਤੀ ਸਮਰਪਿਤ ਹੈ। ਉਹ ਵਧਦੀ ਉਮਰ ਸੰਬੰਧੀ ਮੁੱਦਿਆਂ ਬਾਰੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣਾਂ ਦੀ ਵਿਆਪਕ ਰੇਂਜ, ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਵਿੱਤੀ, ਸਰੀਰਕ, ਮਾਨਸਿਕ ਅਤੇ ਸਮਾਜਕ ਕੁਸ਼ਲਤਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ, ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਦੇ ਉਸਦੇ ਅਧਿਅਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਅਨੂਠਾ ਹੈ।

NIA ਦਾ ਫੋਕਸ ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਵਧਦੀ ਉਮਰ ਦੀ ਆਬਾਦੀ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਸਤੁਤ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਅਨੇਕ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਅਤੇ ਮੌਕਿਆਂ ਨੂੰ ਸੰਬੋਧਤ ਕਰਨ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੀ ਬਿਹਤਰ ਜਨਤਕ ਪਾਲਿਸੀ ਅਤੇ ਅਮਲਾਂ ਵਾਸਤੇ ਖਰੜਾ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਨ ਲਈ ਕਰੌਸ-ਡਿਸਿਪਲੇਨੇਰੀ, ਪ੍ਰਮਾਣਾਂ ਤੇ ਅਧਾਰਤ, ਅਤੇ ਕਾਰਵਾਈਯੋਗ ਖੋਜ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਕਰਨਾ ਹੈ। NIA ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਸਤਰਾਂ, ਨਿੱਜੀ ਅਤੇ ਜਨਤਕ ਸੈੱਕਟਰ ਪਾਰਟਨਰਾਂ, ਅਕਾਦਮਿਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ, ਏਜਿੰਗ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਸੰਗਠਨਾਂ, ਅਤੇ ਕਨੇਡੀਅਨਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਲਾਭਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਹਿਯੋਗੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਅਗਵਾਈ ਅਤੇ ਜਨਤਕ ਸਿੱਖਿਆ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਨ ਪ੍ਰਤੀ ਵਚਨਬੱਧ ਹੈ।

ਇਸਦੇ ਨਾਲ ਹੀ NIA, ਨੈਸ਼ਨਲ ਸੀਨੀਅਰਜ਼ ਸਟ੍ਰੈਟੇਜੀ (NSS), ਜੋ ਕਿ ਮੋਹਰੀ ਖੋਜਕਾਰਾਂ ਦੇ ਸਮੂਹ, ਪਾਲਸੀ ਮਾਹਰਾਂ ਅਤੇ ਕੈਨੇਡਾ ਭਰ ਤੋਂ ਹਿੱਸੇਦਾਰ ਸੰਗਠਨਾਂ ਦੁਆਰਾ ਮਿਲ ਕੇ ਲਿੱਖੇ ਗਏ ਅਤੇ 2014 ਵਿੱਚ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰੀ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ, ਵਿਕਾਸਸ਼ੀਲ ਪ੍ਰਮਾਣਾਂ ਤੇ ਅਧਾਰਤ ਪਾਲਿਸੀ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਹੈ, ਲਈ ਅਕਾਦਮਿਕ ਘਰ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵੀ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ।

NSS ਉਨ੍ਹਾਂ ਚਾਰ ਥੰਮ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਉਟਲਾਈਨ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਏਜਿੰਗ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਪ੍ਰਮਾਣਾਂ ਤੇ ਅਧਾਰਤ ਖੋਜ ਰਾਹੀਂ ਗਿਆਨ ਨੂੰ ਅਗੇ ਵਧਾਉਣ ਅਤੇ ਨੀਤੀਆਂ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰਨ ਲਈ NIA ਦੇ ਕੰਮ ਦਾ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਕਰਦੇ ਹਨ: ਸੁਤੰਤਰ, ਲਾਭਕਾਰੀ ਅਤੇ ਰੁੱਝੇ ਹੋਏ ਨਾਗਰਿਕ; ਸਿਹਤਮੰਦ ਅਤੇ ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਜੀਵਨ; ਘਰ ਦੇ ਨੇੜੇ ਦੇਖਭਾਲ; ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਵਾਸਤੇ ਸਹਾਇਤਾ।

UHN ਅਤੇ ਸਾਇਨਾਏ ਹੈਲਥ ਦੇ ਹੈਲਦੀ ਏਜਿੰਗ ਐਂਡ ਜੈਰੀਐਟਰਿਕਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (Healthy Ageing and Geriatrics Program) ਬਾਰੇ

ਸਾਇਨਾਏ ਹੈਲਥ ਅਤੇ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਹੈਲਥ ਨੈੱਟਵਰਕ ਦਾ ਹੈਲਦੀ ਏਜਿੰਗ ਐਂਡ ਜੈਰੀਐਟਰਿਕਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਉਹ ਜਿਹੜੇ ਜਟਿਲ ਅਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹਨ, ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਤੀ ਸਮਰਪਿਤ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਇੰਟਰਪਰਸਨਲ ਮਹਾਰਤ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਖੋਜ ਦਾ ਸੰਚਾਲਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਨਵੀਨਤਾਕਾਰੀ ਮਾਡਲਾਂ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਅਤੇ ਦੂਸਰਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖਿਅਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਏਜਿੰਗ ਨੂੰ ਯੋਗ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਰੇ ਪਾਰਟਨਰਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਸਹਿਯੋਗ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।

ਲੇਖਕ

ਇਹ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਦੁਆਰਾ ਲਿਖਿਆ ਗਿਆ ਸੀ:

ਡਾ. ਸਮੀਰ ਸਿਨਹਾ, MD, DPhil, FRCPC, AGSF
ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਔਫ ਜੈਰੀਐਟਰਿਕਸ ਸਾਇਨਾਏ ਹੈਲਥ ਐਂਡ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਹੈਲਥ ਨੈੱਟਵਰਕ; ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਔਫ ਹੈਲਥ ਪਾਲਿਸੀ ਰਿਸਰਚ, ਨੈਸ਼ਨਲ ਇੰਸਟੀਟਯੂਟ ਔਨ ਏਜਿੰਗ; ਐਸੋਸੀਏਟ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ, ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟਸ ਔਫ ਮੈਡੀਸਨ, ਫੈਮਲੀ ਐਂਡ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਮੈਡੀਸਨ, ਹੈਲਥ ਪਾਲਿਸੀ, ਮੈਨੇਜਮੈਂਟ ਐਂਡ ਇਵੈਲੂਏਸ਼ਨ, ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਔਫ ਟੋਰੋਂਟੋ

ਮਿਜ਼ ਸਬੀਨਾ ਵੋਹਰਾ-ਮਿਲਰ, MSc
ਅਨਐਮਬਿਗੁਅਸ ਸਾਇੰਸ (Unambiguous Science) ਦੀ ਸੰਸਥਾਪਕ

ਡਾ. ਜੈਨੀ ਜੌਨਸਟੋਨ, MD, PhD, FRCPC ਡਾਇਰੈਕਟਰ, ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਐਂਡ ਕੰਟ੍ਰੋਲ, ਸਾਇਨਾਏ ਹੈਲਥ; ਐਸੋਸੀਏਟ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ, ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਔਫ ਲੈਬੋਰੇਰੀ ਮੈਡੀਸਨ ਐਂਡ ਪੈਥੋਬਾਇਓਲੋਜੀ, ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਔਫ ਟੋਰੋਂਟੋ

ਵਿਸ਼ਾ ਸੂਚੀ

ਮੈਂ ਇੱਕ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦਾ ਬਾਲਗ ਹਾਂ, ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?	6
ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ?	7
mRNA ਕੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿਵੇਂ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?	7
ਅਡੇਨੋਵਾਇਰਸ (adenovirus) ਕੀ ਹੈ ਅਤੇ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਇਸ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?	8
ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਿਕਸਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਕੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਦਮਾਂ ਨੂੰ ਛੱਡਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਅਤੇ ਕੀ ਉਹ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ?	9
ਕੀ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਹਨ?	10
ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਵਿੱਚ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਕੀ ਗੌਣ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹਨ?	11
ਕੀ ਵੈਕਸੀਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਲਈ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਟੀਕਾਕਰਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਸੀਟਾਮਿਨੇਫ਼ਿਨ (ਜਿਸ ਨੂੰ ਟਾਇਲੇਨੋਲ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਜਾਂ ਗ਼ੈਰ-ਸਟੀਰੋਇਡਲ ਐਂਟੀ-ਇਨਫਲੇਮੇਟਰੀ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ?	11
ਕੀ ਅਜਿਹੇ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਵਾਸਤੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਕਮਜ਼ੋਰ (immunocompromised) ਹੈ?	12
ਐਸਟ੍ਰਾਜ਼ੈਨੇਕਾ (AstraZeneca) ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ ਬਾਰੇ ਕੀ? ਕੀ ਇਹ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਕਨੇਡੀਅਨਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਚੰਗਾ ਵਿਕਲਪ ਹੈ?	12
ਮੈਂ ਸੁਣਿਆ ਹੈ ਕਿ ਐਸਟ੍ਰਾਜ਼ੈਨੇਕਾ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਗਤਲੇ (blood clots) ਵਿਕਸਤ ਹੋ ਰਹੇ ਸਨ, ਕੀ ਇਹ ਸੱਚ ਹੈ?	12
ਮੈਂ ਸੁਣਿਆ ਹੈ ਕਿ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ, ਕੀ ਇਹ ਸੱਚ ਹੈ?	13
ਕੀ ਡਿਮੇਨਸ਼ੀਆ ਦੇ ਨਾਲ ਜੀ ਰਹੇ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਵਾਸਤੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ?	13
ਮੈਂ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦਾ ਬਾਲਗ ਹਾਂ ਜਿਸ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਕੋਵਿਡ-19 ਹੋ ਚੁੱਕਿਆ ਹੈ, ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?	14
ਕੀ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 ਹੋਵੇਗਾ?	15
ਮੈਂ ਸੁਣਿਆ ਹੈ ਕਿ ਵੈਕਸੀਨ ਵਿਚਲੀਆਂ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਹਨ, ਕੀ ਇਹ ਸੱਚ ਹੈ?	15
ਕੀ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਨਵੇਂ ਉੱਭਰ ਰਹੇ ਰੂਪਾਂ (variants) ਵਿਰੁੱਧ ਰੱਖਿਆ ਕਰੇਗੀ?	16
ਮੈਂ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦਾ ਬਾਲਗ ਹਾਂ, ਮੈਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਕਦੋਂ ਲਗੇਗੀ?	16
ਮੈਂ ਇੱਕ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ ਜੋ ਵੈਕਸੀਨ ਨਹੀਂ ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ, ਮੈਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਸਮਝਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਵੈਕਸੀਨ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ?	16
ਮੈਂ ਇੱਕ ਨਸਲੀ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦਾ ਸਦੱਸ ਹਾਂ ਅਤੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਝਿਜਕ ਰਿਹਾ ਹਾਂ, ਮੈਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪਤਾ ਲਗੇਗਾ ਕਿ ਇਹ ਮੇਰੇ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ?	17
ਹੁਣ ਜਦੋਂ ਟੀਕਾਕਰਣ ਚਲ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਅਸੀਂ ਕਦੋਂ ਆਪਣੇ ਨਿਯਮਿਤ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਵਾਪਸ ਜਾ ਸਕਾਂਗੇ?	17
ਕੀ ਅਜਿਹੀਆਂ ਦੂਸਰੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਹਨ ਜੋ ਮੈਨੂੰ ਲਗਵਾਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ?	18

ਪਰਿਚੈ

ਕੋਵਿਡ-19 ਮਹਾਮਾਰੀ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਤੋਂ ਇਹ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡਾ "ਆਮ" ਜੀਵਨ ਤੱਕ ਪਰਤਣ ਦਾ ਇਕੱਲਾ ਤਰੀਕਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਅਤੇ ਵਿਤਰਨ ਦੇ ਨਾਲ ਹੈ।

2020 ਦੇ ਅਖੀਰ ਵਿੱਚ, ਫਾਈਜ਼ਰ-ਬਿਓਨਟੈਕ (Pfizer-BioNTech) ਅਤੇ ਮੋਡਰਨਾ (Moderna) ਦੁਆਰਾ ਵਿਕਸਤ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਦੋ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਨੂੰ, ਬਾਲਗਾਂ ਦੀ ਕੋਵਿਡ-19 ਕਰਕੇ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਅਤੇ ਸੰਭਾਵੀ ਤੌਰ ਤੇ ਮੌਤ ਹੋ ਜਾਣ ਤੋਂ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਲਈ, ਕੈਨੇਡਾ, ਯੂਨਾਇਟਿਡ ਸਟੇਟਸ, ਅਤੇ ਯੂਰਪ ਵਿੱਚ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ। 2021 ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਵਿੱਚ, ਦੋ ਹੋਰ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਨੂੰ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਲਈ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ; ਇੱਕ ਔਕਸਫੋਰਡ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਦੇ ਨਾਲ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਵਿੱਚ ਐਸਟ੍ਰਾਜ਼ੈਨੇਕਾ (AstraZeneca) ਦੁਆਰਾ ਅਤੇ ਇੱਕ ਜੌਨਸਨ ਐਂਡ ਜੌਨਸਨ (Johnson & Johnson) ਦੁਆਰਾ। ਇੱਕ ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਵਿੱਚ ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੇ ਵਿਕਸਤ ਅਤੇ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਦੀ ਖਬਰ ਦਾ ਸਾਮ੍ਹਣਾ ਉਤਸ਼ਾਹ ਅਤੇ ਉਮੀਦ, ਪਰ ਅਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦੇ ਨਾਲ ਵੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਸਮਾਜ ਦੇ ਕੁਝ ਸਭ ਤੋਂ ਕਮਜ਼ੋਰ ਮੈਂਬਰਾਂ ਵਿੱਚ।

ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ, ਉਹ ਕਿਵੇਂ ਬਣੀਆਂ ਅਤੇ ਸਾਡੀ ਨਿੱਜੀ ਸਿਹਤ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕੀ ਮਤਲਬ ਹੈ, ਬਾਰੇ ਅਨੇਕ ਜਾਇਜ਼ ਸਵਾਲ ਅਤੇ ਗਲਤਫ਼ਹਿਮੀਆਂ ਹਨ।

ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੱਥਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਅਪ ਟੂ ਡੇਟ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਵਡੇਰੇ ਕਨੇਡੀਅਨਾਂ ਵਿੱਚ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਬਾਰੇ ਉੱਠ ਰਹੇ ਕੁਝ ਆਮ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਪ੍ਰਮਾਣਾਂ ਦੁਆਰਾ ਸੂਚਿਤ ਜਵਾਬ ਹਨ।

ਮੈਂ ਇੱਕ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦਾ ਬਾਲਗ ਹਾਂ, ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?

ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਕਨੇਡੀਅਨਾਂ ਵਿੱਚ ਵਰਤਣ ਲਈ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਮਨਜ਼ੂਰ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਨੂੰ ਨਿਹਾਇਤ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਦੋਵੇਂ ਪਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ।

ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਅਨੇਕ ਲਾਭ ਹਨ - ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਿ ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸੰਪਰਕ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਦੇ ਜੋਖਣ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣਗੀਆਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਅਜਿਹੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨਗੀਆਂ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਗੰਭੀਰ ਤੌਰ ਤੇ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਦਾ ਜੋਖਮ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਏਜੰਸੀ ਔਫ ਕੈਨੈਡਾ ਅਤੇ ਕੈਨੇਡਾ ਦੀਆਂ ਮੈਡੀਕਲ ਅਤੇ ਨਰਸਿੰਗ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨਾਂ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਕਨੇਡੀਅਨ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣ ਜਦੋਂ ਉਹ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਦੇ ਕਾਬਲ ਹੋਣ। ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਕਾਫ਼ੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਰੱਖਿਆ ਵਿਕਸਤ ਕਰ ਲੈਣ ਲਈ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਫਾਈਜ਼ਰ-ਬਿਓਨਟੈਕ, ਮੋਡਰਨਾ ਅਤੇ ਐਸਟ੍ਰਾਜ਼ੈਨੇਕਾ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੀਆਂ ਦੋ ਖੁਰਾਕਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਜੌਨਸਨ ਐਂਡ ਜੌਨਸਨ ਵੈਕਸੀਨ ਨੂੰ ਉਸ ਤੋਂ ਕਾਫੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਜਾਂ ਰੱਖਿਆ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕੇਵਲ ਇੱਕ ਖੁਰਾਕ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਟੀਕਾਕਰਣ ਪੂਰਾ ਹੋਣ ਤੋਂ ਕੁਝ ਹਫਤਿਆਂ ਬਾਅਦ, ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਹਰੇਕ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਕਰਕੇ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਜਾਂ ਉਸ ਕਰਕੇ ਮੌਤ ਹੋ ਜਾਣ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਵਾਸਤਵ ਵਿੱਚ 100% ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਹੋਣ ਦੀ ਉਮੀਦ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ?

ਤੁਹਾਡੀ ਸਰੀਰ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਅਜਿਹੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਚੀਜ਼ ਤੇ ਹਮਲਾ ਕਰਨ ਲਈ ਬਣੀ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਲਈ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇੱਕ ਵਾਇਰਸ ਜਾਂ ਬੈਕਟੀਰੀਆ। ਜਦੋਂ ਉਹ ਕਿਸੇ ਨਵੀਂ ਚੀਜ਼, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੋਵਿਡ-19 ਵਾਇਰਸ ਦਾ ਸਾਮ੍ਹਣਾ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਉਸਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਜਾਂ ਰੱਖਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਲਗਦਾ ਹੈ। ਕਿਉਂਕਿ ਉਸ ਨੇ ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਕਦੇ ਵੀ ਨਹੀਂ ਦੇਖਿਆ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਉਹ ਉਸਦਾ ਸਾਮ੍ਹਣਾ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਵਿਗਾੜ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਕਾਫੀ ਨੁਕਸਾਨ ਕਰ ਚੁੱਕਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਸਦਾ ਨਤੀਜਾ ਕਈ ਵਾਰੀ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਅਤੇ ਮੌਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਰ, ਉਸਦੇ ਇੱਕ ਵਾਰੀ ਉਸ ਵਾਇਰਸ ਦਾ ਸਾਮ੍ਹਣਾ ਕਰ ਚੁੱਕਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਉਹ ਉਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਖਾਸ ਮੈਮਰੀ ਇਮਿਉਨਿਟੀ ਜਾਂ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਵੀ ਉਤਪੰਨ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਉਸ ਨੂੰ ਵਾਇਰਸ ਦਾ ਸਾਮ੍ਹਣਾ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ ਨੂੰ ਯਾਦ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਸੋ, ਜਦੋਂ ਅਗਲੀ ਵਾਰੀ ਤੁਹਾਡਾ ਸੰਪਰਕ ਉਸੀ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਉਹ ਯਾਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਆਪਣੀ ਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਨੂੰ ਫਟਾਫਟ ਉਸਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਇਕੱਠਾ ਕਰਨ ਦੇ ਕਾਬਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਉਹ ਸਮਾਂ ਹੈ ਜਿਥੇ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਲਾਹੇਵੰਦ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨ ਵਾਲੇ ਕਈ ਕਿਸਮ ਦੇ ਜੀਵਾਂ ਵਿਰੁੱਧ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ, ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦਾ ਸਾਮ੍ਹਣਾ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨ ਵਾਲੇ ਅਜਿਹੇ ਜੀਵ ਨਾਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਰੁੱਧ ਤੁਹਾਡਾ ਟੀਕਾਕਰਣ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਰੰਤ ਉਸ ਨੂੰ ਪਛਾਣ ਸਕਦਾ ਅਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸਦੇ ਗੰਭੀਰ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਸ ਨਾਲ ਲੜ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਪਰੰਪਰਾਗਤ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨ ਵਾਲੇ ਪੂਰੇ ਜੀਵ ਦੀਆਂ ਛੋਟੀਆਂ ਜਾਂ ਅਸਕ੍ਰਿਅ (inactivated) ਖੁਰਾਕਾਂ ਜਾਂ ਉਸ ਦੁਆਰਾ ਉਤਪੰਨ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰੋਟੀਨਾਂ ਦੀਆਂ ਬਣਾਈਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਰੀਰ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਕਰਨ ਲਈ ਉਕਸਾਉਣ ਵਾਸਤੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਪਰੰਪਰਾਗਤ ਵੈਕਸੀਨਾਂ mRNA ਅਣੂ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਲਿਜਾਉਣ ਲਈ ਇੱਕ ਕਮਜ਼ੋਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਅਡੇਨੋਵਾਇਰਸ (adenovirus), ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਹੁਣ ਮਨੁੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਵਿਗਾੜ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ, ਵਰਤਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਹੜਾ ਫਿਰ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰਾਂ ਨੂੰ ਹਿਦਾਇਤ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਵਾਇਰਲ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਕਿਵੇਂ ਬਣਾਉਣੇ ਹਨ। ਮੌਜੂਦਾ ਸਮੇਂ ਤੇ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਐਸਟ੍ਰਾਜ਼ੈਨੇਕਾ ਅਤੇ ਜੌਨਸਨ ਐਂਡ ਜੌਨਸਨ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੋਵੇਂ ਅਡੇਨੋਵਾਇਰਸ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਹਨ। ਇਸਦੇ ਉਲਟ, mRNA ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਕੇਵਲ mRNA ਅਣੂ ਨੂੰ ਡਲਿਵਰ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਹੜਾ ਫਿਰ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਖੁਦ ਹੀ ਵਾਇਰਲ ਪ੍ਰੋਟੀਨਾਂ ਦਾ ਕੁਝ ਹਿੱਸਾ ਉਤਪੰਨ ਕਰਨ ਲਈ ਹਿਦਾਇਤ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਫਾਈਜ਼ਰ-ਬਿਓਨਟੈਕ ਅਤੇ ਮੋਡਰਨਾ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ mRNA ਅਧਾਰਤ ਹਨ।

mRNA ਕੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿਵੇਂ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?

mRNA ਜਾਂ ਮਸੈਂਜਰ RNA, ਸਾਡੇ ਸਰੀਰਾਂ ਵਿੱਚ ਕੁਦਰਤੀ ਤੌਰ ਤੇ ਵਾਪਰਨ ਵਾਲਾ ਇੱਕ ਅਣੂ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਰੈਸਪੀ ਕਾਰਡ ਦੇ ਨਾਲ ਮਿਲਦਾ ਜੁਲਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਬੁਨਿਆਦੀ ਤੌਰ ਤੇ ਜਨੈਟਿਕ (genetic) ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਨੂੰ ਅਮਲ ਵਿੱਚ ਲਿਆਉਂਦਾ ਹੈ। mRNA ਸਾਡੇ ਸਰੀਰਾਂ ਨੂੰ ਆਵੱਸ਼ਕ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਕੋਵਿਡ-19 ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਖੋਜਕਰਤਾ ਦਹਾਕਿਆਂ ਲਈ mRNA-ਅਧਾਰਤ ਇਲਾਜਾਂ ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਆ ਰਹੇ ਹਨ।

ਜਿਵੇਂ ਹੀ ਕੋਵਿਡ-19 ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨ ਵਾਲੇ ਵਾਇਰਸਾਂ ਬਾਰੇ ਆਵੱਸ਼ਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਲਬਧ ਹੋ ਗਈ, ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਨੇ ਪਹਿਲੀਆਂ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ mRNA ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਬਣਾਉਣੀਆਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੀਆਂ। ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਵਿੱਚ, ਸਿੰਥੈਟਿਕ mRNA ਨੂੰ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਉਸ "ਸਪਾਇਕ ਪ੍ਰੋਟੀਨ" (spike protein) ਦਾ ਹਾਨੀਰਹਿਤ ਟੁਕੜਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਹਿਣ ਵਾਸਤੇ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਹੜਾ ਅਸਲ ਕੋਵਿਡ-19 ਵਾਇਰਸ ਦੀ ਸਤਹ ਤੇ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਵੈਕਸੀਨਾਂ mRNA ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਜਾਂ ਇੱਕ 'ਰੈਸਪੀ ਕਾਰਡ' ਡਲਿਵਰ ਕਰਕੇ ਕੰਮ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਹੜਾ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਸਪਾਇਕ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਦੀ ਛੋਟੀ ਜਿਹੀ ਮਾਤਰਾ ਪੈਦਾ

ਕਰਨ ਦਾ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਸਾਡਾ ਸਰੀਰ ਪਛਾਣਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਇਸ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਅਤੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਵਾਇਰਸ 'ਸਪਾਇਕ ਪ੍ਰੋਟੀਨ' ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਰੱਖਿਅਕ ਐਂਟੀਬਾਡੀਆਂ ਪੈਦਾ ਕਰਕੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਸੋ ਜੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦਾ ਸੰਪਰਕ ਕੋਵਿਡ-19 ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨ ਵਾਲੇ ਅਸਲੀ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਰੰਤ ਉਸ ਦਾ ਸਾਮ੍ਹਣਾ ਕਰਨਾ ਜਾਣਦਾ ਹੈ। ਵੈਕਸੀਨ ਵਿਚਲਾ mRNA ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦੇਰ ਤੱਕ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਜਲਦੀ ਟੁੱਟ (ਬ੍ਰੇਕ ਡਾਉਨ) ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਵੈਕਸੀਨ ਤੋਂ mRNA ਤੁਹਾਡੇ DNA ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ।

mRNA ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਇੱਕ ਰੋਚਕ ਵਿਗਿਆਨਕ ਉੱਨਤੀ ਹਨ, ਅਤੇ ਸਾਨੂੰ ਹੋਰ ਵਾਇਰਸਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ, ਜ਼ੀਕਾ, ਹਲਕਾਅ (rabies), ਸਾਇਟੋਮੇਗਲੋਵਾਇਰਸ (cytomegalovirus (CMV)) ਦੇ ਲਈ ਵੀ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਬਣਾਉਣ ਦੇਣਗੀਆਂ। ਕੈਂਸਰ ਨਾਲ ਲੜਨ ਦੇ ਨਵੇਂ ਤਰੀਕੇ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵੀ mRNA ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਅਡੇਨੋਵਾਇਰਸ ਕੀ ਹੈ ਅਤੇ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਇਸ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?

ਅਡੇਨੋਵਾਇਰਸ ਉਹ ਵਾਇਰਸ ਹੈ ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਆਮ ਜ਼ੁਕਾਮ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅਡੇਨੋਵਾਇਰਸ ਜੀਨੋਮ (genome) ਦਾ ਚੰਗੀ ਚਰ੍ਹਾਂ ਅਧਿਐਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਵਿਗਿਆਨੀ ਜਾਣਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਸੋਧਣਾ ਅਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਕਰਨਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਜਦੋਂ ਉਸ ਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਆਪਣੀਆਂ ਕਾਪੀਆਂ ਨਾ ਬਣਾ ਸਕੇ। ਕਮਜ਼ੋਰ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਕੋਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਿਮਾਰ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਪਰੰਤੂ, ਇਹ ਕਮਜ਼ੋਰ ਕੀਤੇ ਗਏ ਅਡੇਨੋਵਾਇਰਸ ਅਜੇ ਵੀ ਤਗੜੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਅਡੇਨੋਵਾਇਰਸਾਂ ਨੂੰ ਨਾ ਸਿਰਫ ਡਿਜ਼ਾਈਨ ਕਰਨਾ ਆਸਾਨ ਹੈ, ਪਰ ਵੱਡੇ ਪੈਮਾਨੇ ਤੇ ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਉਤਪਾਦਨ ਕਰਨਾ ਵੀ ਆਸਾਨ ਹੈ ਜੋ ਮਹਾਮਾਰੀ ਦੌਰਾਨ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਉਪਯੋਗੀ ਹੈ।

ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਵਿੱਚ, ਕੋਵਿਡ-19 ਵਾਇਰਸ ਦਾ 'ਸਪਾਇਕ ਪ੍ਰੋਟੀਨ' ਬਣਾਉਣ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸੋਧੇ ਗਏ ਅਡੇਨੋਵਾਇਰਸ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਐਸਟ੍ਰਾਜ਼ੈਨੇਕਾ ਅਤੇ ਜੌਨਸਨ ਐਂਡ ਜੌਨਸਨ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਵੱਖ ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਅਡੇਨੋਵਾਇਰਸ ਵਰਤਦੀਆਂ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਟੀਕੇ ਰਾਹੀਂ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਨੂੰ mRNA ਵਿੱਚ ਬਣਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਫਿਰ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰਾਂ ਨੂੰ ਹਿਦਾਇਤ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੋਵਿਡ-19 ਵਾਇਰਸ ਦਾ 'ਸਪਾਇਕ ਪ੍ਰੋਟੀਨ' ਕਿਵੇਂ ਬਣਾਉਣਾ ਹੈ ਜਿਸ ਲਈ ਫਿਰ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਉਤਪੰਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਤੁਹਾਡੇ DNA ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀਆਂ ਅਤੇ ਅਸਲ ਵਿੱਚ, ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਕਾਫ਼ੀ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਬ੍ਰੇਕ ਡਾਉਨ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਿਕਸਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਕੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਦਮਾਂ ਨੂੰ ਛੱਡਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਅਤੇ ਕੀ ਉਹ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ?

ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਏਜੰਸੀ ਔਫ ਕੈਨੈਡਾ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, ਕੈਨੇਡਾ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ:

- ਨੂੰ ਵਿਆਪਕ ਕਲੀਨਿਕਲ ਟਰਾਇਲਾਂ ਰਾਹੀਂ, ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਸਮੇਤ, ਲੱਖਾਂ ਭਾਗੀਦਾਰਾਂ ਤੇ ਟੈਸਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ
- ਨੇ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਰੀਆਂ ਆਮ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਵਾਸਤੇ ਸਾਰੀਆਂ ਆਮ ਸੁਰੱਖਿਆ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਅਤੇ ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਨੂੰ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਦੇਣ ਲਈ ਕੋਈ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਨੂੰ ਨਜ਼ਰਅੰਦਾਜ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ
- ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਟੀਕਾਕਰਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਾਪਰ ਸਕਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕੋਈ ਵੀ ਪ੍ਰਤਿਕੂਲ (adverse) ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆਵਾਂ ਲਈ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ

ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ ਵਿੱਚ ਦੇਸ਼ ਅਤੇ ਕੰਪਨੀਆਂ ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਨੂੰ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਅਜਿਹੇ ਢੰਗ ਨਾਲ ਇਕੱਠੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਅਤੇ ਸਹਿਯੋਗ ਕੀਤਾ ਹੈ ਜੋ ਅਸੀਂ ਅਤੀਤ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਦੇਖਿਆ ਹੈ। ਸਿਹਤ ਏਜੰਸੀਆਂ ਅਤੇ ਵੈਕਸੀਨ ਖੋਜਕਰਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਨਿਰਮਾਤਾਵਾਂ ਨੇ ਧਨ ਦੀਆਂ ਵੱਡੀਆਂ ਰਕਮਾਂ ਦਾ ਨਿਵੇਸ਼ ਕਰਕੇ, ਸਟਾਫ ਨੂੰ ਫਿਰ ਤੋਂ ਤੈਨਾਤ ਕਰਕੇ, ਅਤੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ ਸੰਬੰਧਤ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਕਈ ਸਾਰੇ ਸਹਿਯੋਗ ਵਿਕਸਤ ਕਰਕੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਥਮਿਕਤਾ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਵੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਕੀਮਤ ਤੇ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਕਾਰਗਰੀ ਦੋਵਾਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਣ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਕਲੀਨਿਕਲ ਟਰਾਇਲਾਂ ਵਿੱਚ ਉਚਿਤ ਤਤਪਰਤਾ (due diligence) ਬਿਲਕੁਲ ਵਰਤੀ ਗਈ ਸੀ।

ਪਰਵਾਨਿਤ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੇ ਨਿਰਮਾਣ ਵਿੱਚ ਤੇਜ਼ੀ ਲਿਆਉਣ ਵਾਲੇ ਹੋਰ ਕਾਰਕਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਸਾਡੀਆਂ ਮੁਢਲੀਆਂ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਦਹਾਕਿਆਂ ਦੀ ਖੋਜ ਤੇ ਅਧਾਰਤ ਸੀ ਜਿਹੜੀ ਕੋਵਿਡ-19 ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਕਿਸਮਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮਿਡਲ ਈਸਟ ਰੈਸਪੀਰੇਟਰੀ ਸਿੰਡਰੋਮ (Middle East Respiratory Syndrome - MERS) ਅਤੇ SARS-CoV (SARS), ਤੇ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ
- ਵਿਗਿਆਨ ਅਤੇ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਵਿੱਚ ਵਾਧੂ ਉਨੱਤੀਆਂ ਦਾ ਨਵੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਆਸਾਨ ਬਣਾਉਣਾ; ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਜੈਨੇਟਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਕ੍ਰਮਬੱਧ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਜੋ ਕੋਵਿਡ-19 ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਪਤਾ ਲੱਗਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਲਦੀ ਹੀ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ, ਵਿਗਿਆਨੀ ਕਈ ਪਰਕਾਰ ਦੇ ਵੈਕਸੀਨ ਉਮੀਦਵਾਰ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਕਲੀਨਿਕਲ ਟਰਾਇਲਾਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਲਈ ਜਲਦੀ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕੇ
- ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਲਦੀ ਟੈਸਟ ਕਰਨ ਅਤੇ ਵਿਕਸਤ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਕਾਰਗਰੀ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਕਲੀਨਿਕਲ ਟਰਾਇਲਾਂ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਫ਼ੀ ਫੰਡਿਗ ਸਮੇਤ ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ, ਸਿਹਤ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ, ਖੋਜਕਰਤਾਵਾਂ, ਉਦਯੋਗ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰਾਂ ਦਰਮਿਆਨ ਮਜ਼ਬੂਤ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਹਿਯੋਗ

ਕੀ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਹਨ?

ਹਾਂ, ਫਾਈਜ਼ਰ-ਬਿਓਨਟੈਕ, ਮੋਡਰਨਾ ਅਤੇ ਜੌਨਸਨ ਐਂਡ ਜੌਨਸਨ ਵੈਕਸੀਨ ਟਰਾਇਲਾਂ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਮੁਢਲੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨ ਟਰਾਇਲਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸਾਬਤ ਕਰਨ ਲਈ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਕਾਫ਼ੀ ਬਾਲਗਾਂ ਨੂੰ ਭਰਤੀ ਕੀਤਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਦੋਵੇਂ ਹਨ।

ਹਾਲਾਂਕਿ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਐਸਟ੍ਰਾਜ਼ੇਨੇਕਾ ਵੈਕਸੀਨ ਟ੍ਰਾਇਲਾਂ ਨੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤਕਾ ਨੂੰ ਸਪਸ਼ਟ ਰੂਪ ਨਾਲ ਸਥਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਬਾਲਗਾਂ ਦੀ ਕਾਫੀ ਸੰਖਿਆ ਨੂੰ ਭਰਤੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ, ਯੂਐਸ-ਅਧਾਰਤ ਟ੍ਰਾਇਲ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੇ ਕਲੀਨਿਕਲ ਡਾਟਾ ਦੇ ਨਾਲ ਯੂਨਾਇਟਿਡ ਕਿੰਗਡਮ ਵਿੱਚ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਲੱਖਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਤੋਂ ਅਸਲ ਸੰਸਾਰ ਸੰਬੰਧੀ ਪ੍ਰਮਾਣਾਂ ਨੇ ਇਹ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕੀਤੀ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵੀ ਦੋਵੇਂ ਹੈ।

ਹਾਲਾਂਕਿ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਵਿੱਚ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕੀਤੀ ਗਈ ਕੋਵਿਡ-19 ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਫਾਈਜ਼ਰ-ਬਿਓਨਟੈਕ, ਮੋਡਰਨਾ, ਐਸਟ੍ਰਾਜ਼ੇਨੇਕਾ ਅਤੇ ਜੌਨਸਨ ਐਂਡ ਜੌਨਸਨ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੀ ਸਮੁੱਚੀ ਕਾਰਗਰੀ (efficacy) ਵੱਖ ਵੱਖ ਹੈ, ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਅਤੇ ਮੌਤ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਸੰਬੰਧੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਾਰਗਰੀ 100% ਪਾਈ ਗਈ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਭਾਵਿਕਤਾ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕਲੀਨੀਕਲ ਟ੍ਰਾਇਲਾਂ ਵਿੱਚ ਪੂਰਾ ਟੀਕਾਕਰਣ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ।

ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਕਾਰਗਰੀ ਦੀਆਂ ਦਰਾਂ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਕਰਨ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ, ਕਿਉਂਕਿ ਹਰੇਕ ਟ੍ਰਾਇਲ ਦੇ ਥੋੜ੍ਹਾ ਜਿਹੇ ਫਰਕ ਅੰਤ ਬਿੰਦੂ (endpoints) ਹੁੰਦੇ ਹਨ – ਸੋ ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਬਰਾਬਰੀ ਨਾਲ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਤੁਲਨਾ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਵੱਖ ਵੱਖ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਸਕੀਨਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਕਲੀਨੀਕਲ ਟ੍ਰਾਇਲ ਵੱਖ ਵੱਖ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਮਹਾਮਾਰੀ ਦੌਰਾਨ ਵੱਖ ਵੱਖ ਮੁਕਾਮਾਂ ਤੇ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਨ, ਅਤੇ ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਟ੍ਰਾਇਲਾਂ ਦੌਰਾਨ ਕੋਵਿਡ-19 ਫੈਲਣ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਫੈਲ ਰਹੀ ਰੂਪਾਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਅਤੇ ਕਿਸਮਾਂ ਨੇ ਵੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕਾਰਗਰੀ ਸੰਬੰਧੀ ਨਤੀਜਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕੀਤਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੋ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਉਹ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਸਾਰੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ, ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲਿਆਂ ਅਤੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਮੌਤਾਂ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਹਨ।

ਜੋ ਅਸੀਂ ਅਜੇ ਤੱਕ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ ਉਹ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣਾ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਸੰਚਾਰ ਜਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨੂੰ ਪਾਸ ਕਰ ਦੇਣ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨਾ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਹੋਵੇਗਾ, ਹਾਲਾਂਕਿ ਉੱਭਰਦੇ ਹੋਏ ਪ੍ਰਮਾਣ ਹੁਣ ਦ੍ਰਿੜਤਾ ਨਾਲ ਇਹ ਸੁਝਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤਕਰਤਾਵਾਂ ਦੀ ਦੂਸਰਿਆਂ ਤੱਕ ਵਿਗਾੜ ਦਾ ਸੰਚਾਰ ਕਰਨ ਦੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਢੰਗ ਨਾਲ ਘੱਟ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ। ਪਰੰਤੂ, ਹਾਲਾਂਕਿ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਸੰਚਾਰ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਅਸੀਂ ਅਜੇ ਇਹ ਨਹੀਂ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਕਿ ਉਹ ਉਸ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਫਲਸਰੂਪ, ਜਦ ਤੱਕ ਕੋਵਿਡ-19 ਕੇਸਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਘੱਟ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕਨੇਡੀਅਨਾਂ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਲਈਆਂ ਹਨ, ਸਾਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਫੈਲਾਅ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਦੂਸਰੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਉਪਾਵਾਂ ਨੂੰ ਰੋਕਣਾ ਨਹੀਂ ਚਾਹੀਦਾ। ਪਬਲਿਕ ਵਿੱਚ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣਾ, ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਰੱਖਣਾ, ਅਕਸਰ ਹੱਥ ਧੋਣਾ, ਅਤੇ ਭੀੜ-ਭਾੜ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਤੋਂ ਗੁਰੇਜ਼ ਕਰਨਾ ਹੁਣ ਦੇ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਰਣਨੀਤੀਆਂ ਹਨ।

ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਵਿੱਚ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਕੀ ਗੌਣ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹਨ?

ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਗੌਣ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਸਰੀਰ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਹਰਕਤ ਵਿੱਚ ਆ ਰਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨ ਅਤੇ ਉਸ ਨਾਲ ਲੜਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ ਜੇ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਉਸਦਾ ਸਾਮ੍ਹਣਾ ਉਸਦੇ ਨਾਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਗੌਣ ਪ੍ਰਭਾਵ ਆਮਤੌਰ ਤੇ ਹਲਕੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਵਿੱਚ ਬਾਕੀ ਦੀ ਆਬਾਦੀ ਨਾਲੋਂ ਕੋਈ ਵੱਖਰੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ।

ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੌਸਲੇ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈ ਚੁੱਕੇ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਲੱਖਾਂ ਬਾਲਗਾਂ ਵਿੱਚ ਗੰਭੀਰ ਜਾਂ ਅਣਿਆਈਆਂ ਗੌਣ ਘਟਨਾਵਾਂ ਵਾਪਰਨ ਦਾ ਕੋਈ ਸਪਸ਼ਟ ਪੈਟਰਨ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਗੌਣ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਬਾਂਹ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਜਿਥੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੀਕਾ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ ਸੀ, ਸਿਰਦਰਦ, ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਥਕਾਵਟ, ਬੁਖਾਰ ਜਾਂ ਦਸਤ ਜੋ ਇੱਕ ਜਾਂ ਦੋ ਦਿਨ ਲਈ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਵਿਰਲੇ ਹੀ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਤੋਂ ਵੱਧ। ਜੇ ਗੌਣ ਪ੍ਰਭਾਵ ਦੋ ਦਿਨਾਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲਈ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਗੌਣ ਪ੍ਰਭਾਵ ਆਮਤੌਰ ਤੇ ਸੰਕੇਤ ਹਨ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਬਿਲਕੁਲ ਉਹ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ ਜੋ ਉਸ ਨੂੰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ: ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਉਸ ਚੀਜ਼ ਤੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨਾ ਜਿਸਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੀਕਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਵਾਸਤਵ ਵਿੱਚ, ਕਿਉਂਕਿ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਦੀਆਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ ਆਮਤੌਰ ਤੇ ਜਵਾਨ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਇੰਝ ਜਾਪਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਉੱਤੇ ਜ਼ਿਕਰ ਕੀਤੇ ਗਏ ਗੌਣ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਘੱਟ ਦਰ ਤੇ ਵਿਕਸਤ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਅਜੇ ਵੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਜਾਂ ਰੱਖਿਆ ਦਾ ਉਹੀ ਪੱਧਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਜਵਾਨ ਬਾਲਗ ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਦਵਾਈ ਜਾਂ ਭੋਜਨ ਪ੍ਰਤੀ ਐਲਰਜਿਕ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਸੰਭਵ ਹੈ ਕਿ ਕੁਝ ਲੋਕ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਵਿਚਲੀ ਕਿਸੇ ਸਮੱਗਰੀ ਪ੍ਰਤੀ ਐਲਰਜਿਕ ਹੋਣ; ਪਰ, ਇਹ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਐਲਰਜਿਕ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆਵਾਂ ਮੁਕਾਬਲਤਨ ਵਿਰਲੀਆਂ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਲਰਜੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹੀਆਂ ਗੰਭੀਰ ਐਲਰਜੀਆਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਪੀਪੈਨ (EpiPen) ਨਾਲ ਰੱਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਵੈਕਸੀਨ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਜੋਖਮ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਵੈਕਸੀਨ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨੀ ਹੈ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕੀ ਵੈਕਸੀਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਲਈ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਟੀਕਾਕਰਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਸੀਟਾਮਿਨੋਫ਼ਿਨ (ਜਿਸ ਨੂੰ ਟਾਇਲੇਨੋਲ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਜਾਂ ਗੈਰ-ਸਟੀਰੋਇਡਲ ਐਂਟੀ-ਇਨਫਲੇਮੇਟਰੀ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ?

ਜਦੋਂ ਇਹ ਦਵਾਈਆਂ ਟੀਕਾਕਰਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਲਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹ ਸਿਧਾਂਤਕ ਤੌਰ ਤੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਆ ਨੂੰ ਕਮਜ਼ੋਰ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਨੂੰ ਘੱਟ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਬਣਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ - ਲਿਹਾਜ਼ਾ ਟੀਕਾਕਰਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਲਏ ਜਾਣ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ। ਪਰ, ਉਹ ਟੀਕਾਕਰਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਗੌਣ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨੂੰ

ਘਟਾਉਣ ਵਿੱਚ ਉਪਯੋਗੀ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਅਸੀਟਾਮਿਨੋਫ਼ਿਨ (ਜਿਸ ਨੂੰ ਟਾਇਲੇਨੋਲ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਨੂੰ ਬਿਰਧ ਲੋਕਾਂ ਵਾਸਤੇ ਤਰਜੀਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਕੀ ਅਜਿਹੇ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਵਾਸਤੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਕਮਜ਼ੋਰ (immunocompromised) ਹੈ?

ਇਮਿਊਨੋਕੌਮਪਰੋਮਾਇਜ਼ਡ ਮਰੀਜ਼ ਜਾਂ ਕਮਜ਼ੋਰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਮਤੌਰ ਤੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਕਰਕੇ ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਨਾਲ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਜਾਣ ਦਾ ਵੱਧ ਜੋਖਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ, ਐਚਆਈਵੀ ਨਾਲ ਜੀ ਰਹੇ ਲੋਕ, ਟਰਾਂਸਪਲਾਂਟ ਪ੍ਰਾਪਤਕਰਤਾ, ਜਾਂ ਕੁਝ ਖਾਸ ਮੈਡੀਕਲ ਅਵਸਥਾਵਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਲਈ ਸਟੀਰੌਇਡ ਜਾਂ ਦੂਸਰੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ, ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਮਿਊਨੋਸਪਰੈਸੈਂਟਸ (immunosuppressants) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਹੜੀਆਂ ਸਰੀਰ ਦੀ ਕੁਝ ਵਿਗਾੜਾਂ ਨਾਲ ਲੜਨ ਦੀ ਕਾਬਲੀਅਤ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਲੈ ਰਹੇ ਲੋਕ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਕਰਕੇ ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਨਾਲ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਅਤੇ ਮੌਤ ਹੋ ਜਾਣ ਦੇ ਵੱਧੇ ਹੋਏ ਜੋਖਮ ਕਰਕੇ, ਕਮਜ਼ੋਰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ ਜੇ ਕੋਈ ਸੰਪੂਰਨ ਅੰਤਰਵਿਰੋਧ (contraindications) ਨਹੀਂ ਹਨ। ਕਿਉਂਕਿ ਮੌਜੂਦਾ ਸਮੇਂ ਤੇ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵੈਕਸੀਨ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿੰਦਾ ਵਾਇਰਸ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਅਸਲ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਨਾਲ ਵਿਗਾੜਗ੍ਰਸਤ ਹੋਣ ਦਾ ਕੋਈ ਜੋਖਮ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਸਮੁੱਚੇ ਤੌਰ ਤੇ, ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਿਯੰਤ੍ਰਿਤ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਸੰਬੰਧੀ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਵਾਲੇ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਕਨੇਡੀਅਨਾਂ ਦੇ ਲਈ, ਮੈਡੀਕਲ ਮਾਹਰ ਜ਼ੋਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਲਾਭ ਲਗਭਗ ਹਮੇਸ਼ਾ ਹੀ ਕੋਈ ਵੀ ਜੋਖਮਾਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਟੀਕਾਕਰਣ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਹੋਣ ਬਾਰੇ ਨਵੀਨਤਮ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਸਮੁੱਚੀ ਮੈਡੀਕਲ ਸਥਿਤੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਤਾ ਹੈ, ਨਾਲ ਜਾਂਚਣਾ ਹਮੇਸ਼ਾ ਚੰਗਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਐਸਟ੍ਰਾਜ਼ੈਨੇਕਾ (AstraZeneca) ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ ਬਾਰੇ ਕੀ? ਕੀ ਇਹ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਕਨੇਡੀਅਨਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਚੰਗਾ ਵਿਕਲਪ ਹੈ?

ਐਸਟ੍ਰਾਜ਼ੈਨੇਕਾ ਅਤੇ ਔਕਸਫੋਰਡ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਦੁਆਰਾ ਵਿਕਸਤ ਕੀਤੀ ਗਈ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ ਨੂੰ 2021 ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਵਿੱਚ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਲਈ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸੀ। ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਵਿੱਚ, ਇਸ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ, ਇਹ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਫੀ ਪ੍ਰਮਾਣਾਂ ਦੀ ਕਮੀ ਕਿ ਕੀ ਇਹ ਉਸ ਵੇਲੇ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੀਆਂ ਆਬਾਦੀਆਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਹੈ ਕਰਕੇ, ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਨੈਸ਼ਨਲ ਅਡਵਾਈਜ਼ਰੀ ਕਮੇਟੀ ਔਨ ਇਮਿਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ (National Advisory Committee on Immunization - NACI) ਦੁਆਰਾ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਵਿੱਚ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਲਈ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਇਸ ਦੀ ਪ੍ਰਭਾਵਿਕਤਾ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਨ ਲਈ ਯੂਨਾਇਟਿਡ ਸਟੇਟਸ ਤੋਂ ਸਾਮ੍ਹਣੇ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਕਲੀਨੀਕਲ ਟ੍ਰਾਇਲ ਡਾਟਾ ਅਤੇ ਅਸਲ-ਸੰਸਾਰ ਸੰਬੰਧੀ ਪ੍ਰਮਾਣਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਉਮਰ ਦੇ ਇਸ ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ ਸੁਰੱਖਿਆ ਸੰਬੰਧੀ ਕੋਈ ਅਤਿਰਿਕਤ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਨਾ ਹੋਣ ਤੇ, NACI ਨੂੰ 15 ਮਾਰਚ, 2021 ਨੂੰ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਕਨੇਡੀਅਨਾਂ ਵਿੱਚ ਇਸਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕਰਨ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦਿੱਤੀ। ਯੂਰਪ ਵਿੱਚ ਕਈ ਹੋਰ ਦੇਸ਼ਾਂ ਨੇ ਵੀ ਸਮਾਨ ਢੰਗ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੇਧ ਵਿੱਚ ਸੋਧ ਕੀਤੀ ਹੈ।

ਮੈਂ ਸੁਣਿਆ ਹੈ ਕਿ ਐਸਟ੍ਰਾਜ਼ੈਨੇਕਾ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਗਤਲੇ (blood clots) ਵਿਕਸਤ ਹੋ ਰਹੇ ਸਨ, ਕੀ ਇਹ ਸੱਚ ਹੈ?

ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹੀਆਂ ਕੁਝ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਸਾਮ੍ਹਣੇ ਆਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਿ ਐਸਟ੍ਰਾਜ਼ੈਨੇਕਾ ਵੈਕਸੀਨ ਕਰਕੇ ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਗਤਲੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਕਈ ਯੂਰਪੀ ਦੇਸ਼ਾਂ ਨੇ ਇਸ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨੂੰ ਉਸ ਵੇਲੇ ਤੱਕ ਰੋਕ ਦਿੱਤਾ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਉਹ ਇਹ

ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰ ਸਕਣ ਕਿ ਜੇ ਅਜਿਹਾ ਹੈ। 18 ਮਾਰਚ, 2021 ਨੂੰ ਯੂਰੋਪੀਅਨ ਮੈਡੀਸਨਜ਼ ਏਜੰਸੀ (EMA) ਨੇ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕੀਤਾ ਕਿ ਐਸਟ੍ਰਾਜ਼ੈਨੇਕਾ ਵੈਕਸੀਨ ਖੂਨ ਦੇ ਗਤਲਿਆਂ ਸੰਬੰਧੀ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਵੱਧੇ ਹੋਏ ਸਮੁੱਚੇ ਜੋਖਮ ਦੇ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਸਾਰੇ ਯੂਨਾਇਟਿਡ ਕਿੰਗਡਮ ਅਤੇ ਯੂਰਪ ਵਿੱਚ ਐਸਟ੍ਰਾਜ਼ੈਨੇਕਾ ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲਗਭਗ 20 ਮਿਲੀਅਨ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਵਿੱਚ, EMA ਨੇ ਇਹ ਨੋਟ ਕੀਤਾ ਕਿ ਟੀਕਾਕਰਣ ਤੋਂ ਬਾਦ ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਅਸਧਾਰਨ ਗਤਲਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਬਲੱਡ ਪਲੇਟਲੇਟਸ (ਖ਼ੂਨ ਨੂੰ ਗਤਲੇ ਬਣਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹਿੱਸੇ) ਦੇ ਨੀਚੇ ਸਤਰਾਂ ਦੇ ਬਹੁਤ ਵਿਰਲੇ ਕੇਸ ਹੋਏ ਹਨ, ਪਰੰਤੂ ਇਹ ਆਮਤੌਰ ਤੇ 55 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਵਾਪਰੇ। ਸਮੁੱਚੇ ਤੌਰ ਤੇ, EMA ਨੇ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕੀਤਾ ਕਿ ਕਿਉਂਕਿ ਕੋਵਿਡ-19 ਇੰਨਾਂ ਗੰਭੀਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇੰਨਾਂ ਵਿਆਪਕ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਐਸਟ੍ਰਾਜ਼ੈਨੇਕਾ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਲਾਭ ਗੌਣ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੇ ਜੋਖਮਾਂ ਤੋਂ ਕਿਧਰੇ ਵੱਧ ਹਨ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਵਿੱਚ।

ਇਹ ਸਥਿਤੀ ਕੋਈ ਵੀ ਬਹੁਤ ਹੀ ਵਿਰਲੇ ਪ੍ਰਤਿਕੂਲ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਲਈ ਦੇਖਣ ਵਾਸਤੇ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣ ਦੇ ਮਹੱਤਵ ਨੂੰ ਉਜਾਗਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਘਟਨਾ ਜੋ ਸਾਨੂੰ ਦੱਸਦੀ ਹੈ ਉਹ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਮਜ਼ਬੂਤ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਸਥਾਪਤ ਹਨ ਕਿ ਨਿਹਾਇਤ ਹੀ ਵਿਰਲੇ ਗੌਣ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੀ ਵੀ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੜਤਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ।

ਮੈਂ ਸੁਣਿਆ ਹੈ ਕਿ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ, ਕੀ ਇਹ ਸੱਚ ਹੈ?

ਇਹ ਸਾਬਤ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ ਹੈ ਕਿ ਨੌਰਵੇ ਵਿੱਚ ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ 23 ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤਕਰਤਾਵਾਂ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਜਾਣ ਦੀਆਂ ਰਿਪੋਰਟਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਵੈਕਸੀਨ ਸੀ। ਵਰਲਡ ਹੈਲਥ ਓਰਗੇਲਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਨੇ ਪਾਇਆ ਹੈ ਕਿ "ਟੀਕਾਕਰਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਮਜ਼ੋਰ, ਬਿਰਧ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀਆਂ ਮੌਤਾਂ ਜਾਂ ਕੋਈ ਅਸਧਾਰਨ ਗੌਣ ਘਟਨਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਅਣਿਆਈ ਵਾਧਾ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ ਸੀ।"

ਮੌਜੂਦਾ ਸਮੇਂ ਤੇ, ਯੂਨਾਇਟਿਡ ਸਟੇਟਸ, ਯੂਨਾਇਟਿਡ ਕਿੰਗਡਮ ਅਤੇ ਇਜ਼ਰਾਈਲ ਸਾਰਿਆਂ ਦੀਆਂ ਵਡੇਰੀਆਂ ਉਮਰ ਦੀਆਂ ਆਬਾਦੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਜਿਆਦਾ ਬਹੁਗਿਣਤੀ ਦਾ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ (ਜਾਂ ਜਿਹੜੀਆਂ ਉਸ ਕਰਕੇ ਹੋਈਆਂ ਸਨ) ਅਣਿਆਈਆਂ ਮੌਤਾਂ ਜਾਂ ਕੋਈ ਅਸਧਾਰਨ ਗੌਣ ਘਟਨਾਵਾਂ ਦੀਆਂ ਕੋਈ ਵੀ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਰਿਪੋਰਟਾਂ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਦਾ ਟੀਕਾਕਰਣ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਲੌਂਗ-ਟਰਮ ਕੇਅਰ ਹੋਮਾਂ ਜਾਂ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਕਨੇਡੀਅਨਾਂ ਵਾਸਤੇ, ਮੈਡੀਕਲ ਮਾਹਰਾਂ ਦਾ ਇਸ ਗੱਲ ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦੇਣਾ ਜਾਰੀ ਹੈ ਕਿ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਲਾਭ ਲਗਭਗ ਹਮੇਸ਼ਾ ਹੀ ਕੋਈ ਵੀ ਜੋਖਮਾਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਟੀਕਾਕਰਣ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਕੀ ਡਿਮੇਨਸ਼ੀਆ ਦੇ ਨਾਲ ਜੀ ਰਹੇ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਵਾਸਤੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ?

ਉਮਰ ਡਿਮੇਨਸ਼ੀਆ ਹੋਣ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਜੋਖਮ ਕਾਰਕ ਹੈ। ਅਤੇ ਸਟੈਟਿਸਟਿਕਸ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, ਕੋਵਿਡ-19 ਕਰਕੇ ਮੌਤ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਕਨੇਡੀਅਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਇੱਕ-ਤਿਹਾਈ ਅਲਜ਼ਾਇਮਰ ਬਿਮਾਰੀ ਜਾਂ ਦੂਸਰੇ ਡਿਮੇਨਸ਼ੀਆ ਨਾਲ ਵੀ ਜੀ ਰਹੇ ਸੀ।

ਡਿਮੇਨਸ਼ੀਆ ਨਾਲ ਜੀਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਅਕਸਰ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਇੱਕ ਹੋਰ ਚਿਰਕਾਲੀ ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਨਾਲ ਜੀਂਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਡਿਮੇਨਸ਼ੀਆ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 ਨਾਲ ਵਿਗਾੜਗ੍ਰਸਤ, ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਨਾਲ ਬਿਮਾਰ ਅਤੇ ਉਸ ਕਰਕੇ ਮੌਤ ਹੋ ਜਾਣ ਦਾ ਕਿਧਰੇ ਵੱਧ ਜੋਖਮ ਦਰਸਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਜੇ ਉਹ ਰੰਗ ਦੇ ਲੋਕ ਹਨ।

ਡਿਮੇਨਸ਼ੀਆ ਨਾਲ ਜੀਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੇ ਗਏ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਉਪਾਅ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਰੱਖਣਾ ਅਤੇ ਦੂਸਰਿਆਂ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਵਿੱਚ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣਾ ਯਾਦ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹੋਣ ਦੀ ਵੱਧ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ ਜੋ ਕੋਵਿਡ-19 ਨਾਲ ਵਿਗਾੜਗ੍ਰਸਤ ਹੋਣ ਦੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਢੰਗ ਨਾਲ ਵਧਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਕਰਕੇ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਏਜੰਸੀ ਔਫ ਕੈਨੇਡਾ, ਕੈਨੈਡਾ ਦੀਆਂ ਮੈਡੀਕਲ ਅਤੇ ਨਰਸਿੰਗ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨਾਂ ਅਤੇ ਅਲਜ਼ਾਇਮਰ ਸੁਸਾਇਟੀ ਔਫ ਕੈਨੇਡਾ ਸਾਰੇ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਡਿਮੇਨਸ਼ੀਆ ਨਾਲ ਜੀਣ ਵਾਲਿਆਂ ਸਮੇਤ, ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਕਨੇਡੀਅਨ, ਟੀਕਾਕਰਣ ਕਰਵਾਉਣ ਜਦੋਂ ਉਹ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਦੇ ਕਾਬਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਕੁਝ ਚਿੰਤਾ ਹੈ ਕਿ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਸੀਮਿਤ ਗੌਣ-ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦੁਖਦੀ ਬਾਂਹ, ਸਿਰਦਰਦ, ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਥਕੇਵਾਂ, ਬੁਖਾਰ ਜਾਂ ਦਸਤ ਜੋ ਇੱਕ ਜਾਂ ਦੋ ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਰਹਿ ਸਕਦੀ ਹੈ ਡਿਮੇਨਸ਼ੀਆ ਨਾਲ ਜੀ ਰਹੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਵੱਧੀ ਹੋਈ ਉਲਝਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਆਮਤੌਰ ਤੇ ਟੀਕਾਕਰਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੇ ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਗੌਣ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਅਸੀਟਾਮਿਨੋਫ਼ਿਨ ਜਾਂ ਦੂਸਰੇ ਇਲਾਜਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ ਵਿੱਚ ਡਿਮੇਨਸ਼ੀਆ ਨਾਲ ਜੀ ਰਹੇ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਲੱਖਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਹੁਣ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਲਈਆਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਮੈਡੀਕਲ ਮਾਹਰਾਂ ਦਾ ਇਸ ਗੱਲ ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦੇਣਾ ਜਾਰੀ ਹੈ ਕਿ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਲਾਭ ਲਗਭਗ ਹਮੇਸ਼ਾ ਹੀ ਕੋਈ ਵੀ ਜੋਖਮਾਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਡਿਮੇਨਸ਼ੀਆ ਨਾਲ ਜੀਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਖ਼ਾਸਕਰ ਟੀਕਾਕਰਣ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਮੈਂ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦਾ ਬਾਲਗ ਹਾਂ ਜਿਸ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਕੋਵਿਡ-19 ਹੋ ਚੁੱਕਿਆ ਹੈ, ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਕੋਵਿਡ-19 ਹੋ ਚੁੱਕਿਆ ਹੈ ਤੁਸੀਂ ਅਜੇ ਵੀ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣ ਤੋਂ ਲਾਭ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋਗੇ ਕਿਉਂਕਿ ਦੁਬਾਰਾ ਵਿਗਾੜਗ੍ਰਸਤ ਹੋਣਾ ਸੰਭਵ ਹੈ।

ਮੌਜੂਦਾ ਸਮੇਂ ਤੇ, ਇਹ ਕਹਿਣ ਲਈ ਕਾਫੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਵਿਗਾੜ ਹੋ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਕਿੰਨੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਕੋਵਿਡ-19 ਹੋਣ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ ਪਰ ਮੁਢਲੇ ਪ੍ਰਮਾਣ ਸੁਝਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੁਦਰਤੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਈ ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨਾ ਰਹੇ। ਕਿਉਂਕਿ ਕੋਵਿਡ-19 ਤੋਂ ਠੀਕ ਹੋ ਗਏ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲੇ 90 ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਮੁੜ ਕੇ ਵਿਗਾੜ ਹੋਣਾ ਵਿਰਲਾ ਪਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਕਈ ਲੋਕ ਇੰਨੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਟੀਕਾਕਰਣ ਨੂੰ ਟਾਲਣਾ ਚਾਹ ਸਕਦੇ ਹਨ - ਪਰੰਤੂ, ਜੇ ਉਹ ਉਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਟੀਕਾਕਰਣ ਕਰਵਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਅਜਿਹੇ ਕਰਨ ਲਈ ਕੋਈ ਅੰਤਰਵਿਰੋਧ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਵਿਗਿਆਨੀ ਮੰਨਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਕੁਦਰਤੀ ਵਿਗਾੜ ਹੋਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਟੀਕਾਕਰਣ ਰਾਹੀਂ ਕੋਵਿਡ-19 ਵਿਰੁੱਧ ਵੱਧ ਗਾਰੰਟੀਸ਼ੁਦਾ, ਲਮੇਰਾ ਅਤੇ ਇਸ ਕਰਕੇ ਰੱਖਿਆ ਦਾ ਬਿਹਤਰ ਪੱਧਰ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਕੀ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 ਹੋਵੇਗਾ?

ਕਨੇਡੀਅਨਾਂ ਲਈ ਮੌਜੂਦਾ ਸਮੇਂ ਤੇ ਉਪਲਬਧ ਚਾਰ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 ਨਹੀਂ ਦੇ ਸਕਦੀਆਂ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਦੇਣਗੀਆਂ। ਬੁਨਿਆਦੀ ਤੌਰ ਤੇ, ਸਾਰੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਵਿੱਚ ਉਹ ਰੈਸਿਪੀ ਕਾਰਡ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸਦੀ ਵਰਤੋਂ ਫਿਰ ਤੁਹਾਡਾ ਸਰੀਰ ਉਸ ਹਾਨੀਰਹਿਤ ਸਪਾਇਕ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਦਾ ਸਿਰਫ ਛੋਟਾ ਜਿਹਾ ਟੁਕੜਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਰੇਗਾ ਜਿਹੜਾ ਉਸ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਦੇ ਨਾਲ ਮਿਲਦਾ ਜੁਲਦਾ ਹੈ ਜੋ ਅਸਲ ਕੋਵਿਡ-19 ਵਾਇਰਸ ਤੇ ਮੌਜੂਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੀ ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨ ਅਤੇ ਉਸ ਨਾਲ ਲੜਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ ਵਿੱਚ ਵਾਸਤਵ ਵਿੱਚ ਕੋਵਿਡ-19 ਵਾਇਰਸ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਤੋਂ ਕੋਵਿਡ-19 ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ। ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਵਿੱਚ ਕੇਂਦਰੀ ਸਿੰਥੈਟਿਕ DNA ਅਤੇ mRNA ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਲਦੀ ਬ੍ਰੇਕ ਡਾਉਨ ਵੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ ਨੇਜ਼ੋਫੈਰੇਂਜੀਅਲ (nasopharyngeal) (ਨੱਕ ਵਿੱਚੋਂ) PCR ਟੈਸਟ ਨੂੰ ਪਾਜ਼ਿਟਿਵ ਨਹੀਂ ਬਣਾਏਗੀ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਨੇਜ਼ੋਫੈਰੇਂਜੀਅਲ (nasopharyngeal)(ਨੱਕ ਵਿੱਚੋਂ) PCR ਟੈਸਟ ਤੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਲਈ ਪਾਜ਼ਿਟਿਵ ਟੈਸਟ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 ਵਿਗਾੜ ਹੈ, ਅਤੇ ਉਹ ਵੈਕਸੀਨ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਮੈਂ ਸੁਣਿਆ ਹੈ ਕਿ ਵੈਕਸੀਨ ਵਿਚਲੀਆਂ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਹਨ, ਕੀ ਇਹ ਸੱਚ ਹੈ?

ਫਾਈਜ਼ਰ-ਬਿਓਨਟੈਕ ਅਤੇ ਮੋਡਰਨਾ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੋਵਾਂ ਵਿੱਚ mRNA ਅਤੇ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀਆਂ ਦੂਸਰੀਆਂ ਆਮ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਚਰਬੀ (ਜੋ mRNA ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦੀ ਹੈ), ਨਮਕ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਚੀਨੀ ਦੀ ਥੋੜ੍ਹੀ ਜਿਹੀ ਮਾਤਰਾ ਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਐਸਟ੍ਰਾਜ਼ੈਨੇਕਾ ਅਤੇ ਜੌਨਸਨ ਐਂਡ ਜੌਨਸਨ ਵਿੱਚ mRNA ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੇ ਸਮਾਨ DNA ਅਤੇ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਸਧਾਰਨ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਗਾਂ ਜਾਂ ਸੂਰ ਦੇ ਕੋਈ ਵੀ ਉਪ-ਉਤਪਾਦਾਂ ਜਾਂ ਭਰੂਣ ਦੇ ਟਿਸ਼ੂਆਂ ਨੂੰ ਵਰਤ ਕੇ ਵਿਕਸਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਸਨ। ਫਾਈਜ਼ਰ-ਬਿਓਨਟੈਕ ਅਤੇ ਮੋਡਰਨਾ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਨੂੰ ਭਰੂਣ ਦੀਆਂ ਸੈੱਲ ਲਾਈਨਾਂ ਨੂੰ ਵਰਤ ਕੇ ਵਿਕਸਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ, ਪਰ ਕਈ ਹੋਰ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੇ ਸਮਾਨ, ਐਸਟ੍ਰਾਜ਼ੈਨੇਕਾ ਅਤੇ ਜੌਨਸਨ ਐਂਡ ਜੌਨਸਨ ਨੂੰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਇਹ ਨੋਟ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਵੀ ਭਰੂਣ ਟਿਸ਼ੂ ਜਾਂ ਸੈੱਲ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਮੌਜੂਦਾ ਸਮੇਂ ਤੇ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਵਿੱਚ ਐਲਰਜੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨ ਵਾਲੇ ਆਮ ਪਦਾਰਥ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਲੇਟੈਕਸ, ਦੁੱਧ, ਲੈਕਟੋਜ਼, ਗਲੂਟਨ, ਅੰਡਾ, ਮੱਕੀ/ਕੌਰਨ ਜਾਂ ਮੂੰਗਫਲ਼ੀਆਂ ਨਹੀਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਇੰਮਪਲਾਂਟਾਂ, ਮਾਈਕ੍ਰੋਚਿਪਾਂ ਜਾਂ ਟ੍ਰੈਕਿੰਗ ਡਿਵਾਇਸਾਂ ਵਰਗੀ ਕੋਈ ਵੀ ਸਮੱਗਰੀ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਕੀ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਨਵੇਂ ਉੱਭਰ ਰਹੇ ਰੂਪਾਂ (variants) ਵਿਰੁੱਧ ਰੱਖਿਆ ਕਰੇਗੀ?

ਚਿੰਤਾ ਵਾਲੇ ਦੋ ਕੋਵਿਡ-19 ਵਾਇਰਸ ਰੂਪ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਯੂਕੇ ਅਤੇ ਸਾਉਥ ਅਫਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਦੇਖੇ ਗਏ ਹਨ। ਪਹਿਲੀ ਵਾਰੀ ਯੂਕੇ ਵਿੱਚ ਮਿਲਣ ਵਾਲਾ ਰੂਪ ਸੁਧਾਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਵਾਇਰਸ ਦਾ ਸਪਾਇਕ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਕਿੰਨੇ ਚੰਗੇ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸਾਡੇ ਸੈੱਲਾਂ ਦੇ ਰਿਸੈਪਟਰਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਜੁੜ ਸਕਦਾ ਹੈ ਸੋ ਉਹ ਉਸ ਨੂੰ ਵੱਧ ਚਿਪਚਿਪਾ ਬਣਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਕਰਕੇ ਉਹ 50% ਵੱਧ ਸੰਚਾਰਣਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਾਉਥ ਅਫਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਮਿਲਣ ਵਾਲਾ ਰੂਪ ਵੀ ਵੱਧ ਚਿਪਚਿਪਾ ਹੈ ਪਰ ਇਸ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹਾ ਪਰਿਵਰਤਨ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਉਸਦੇ ਖਾਸ ਸਰੂਪ ਦੇ ਕੁਝ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਛੁਪਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਉਸ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਤੋਂ ਬੱਚ ਕੇ ਨਿਕਲਣ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਫਾਈਜ਼ਰ-ਬਿਓਨਟੈਕ, ਮੋਡਰਨਾ, ਐਸਟ੍ਰਾਜ਼ੈਨੇਕਾ ਅਤੇ ਜੌਨਸਨ ਐਂਡ ਜੌਨਸਨ ਨੇ ਪਾਇਆ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰੀ ਯੂਨਾਇਟਿਡ ਕਿੰਗਡਮ ਵਿੱਚ ਮਿਲਣ ਵਾਲੇ ਰੂਪ ਵਿਰੁੱਧ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਹਨ, ਜਦਕਿ ਫਾਈਜ਼ਰ-ਬਿਓਨਟੈਕ, ਮੋਡਰਨਾ, ਐਸਟ੍ਰਾਜ਼ੈਨੇਕਾ ਅਤੇ ਜੌਨਸਨ ਐਂਡ ਜੌਨਸਨ ਨੇ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰੀ ਸਾਉਥ ਅਫਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਮਿਲਣ ਵਾਲੇ ਰੂਪ ਵਿਰੱਧ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਾਰਗਰੀ ਵਿੱਚ ਕੇਵਲ ਮਾਮੂਲੀ ਜਿਹੀ ਕਮੀ ਦੇਖੀ ਹੈ।

ਫਾਈਜ਼ਰ-ਬਿਓਨਟੈਕ ਅਤੇ ਮੋਡਰਨਾ ਨੇ ਸੰਕੇਤ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਇਲਾਜ ਯੋਜਨਾ (regimen) ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਬੂਸਟਰ ਸ਼ੌਟ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਹਲੇ ਵੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਤੁਸੀਂ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਦੇ ਕਾਬਲ ਹੋਵੋ।

ਮੈਂ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦਾ ਬਾਲਗ ਹਾਂ, ਮੈਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਕਦੋਂ ਲਗੇਗੀ?

ਕੈਨੇਡਾ ਸਰਕਾਰ ਅਤੇ ਉਸਦੇ ਸੂਬਿਆਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, 80 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਬਿਰਧ ਕਨੇਡੀਅਨਾਂ ਦਾ ਮਾਰਚ ਤੱਕ ਟੀਕਾਕਰਣ ਕੀਤੇ ਜਾਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਦਕਿ ਸਾਰੇ ਬਾਲਗਾਂ ਨੂੰ ਜੂਨ 2021 ਤੱਕ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਲਏ ਹੋਣ ਦੀ ਉਮੀਦ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਸਰਕਾਰੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ ਨੂੰ ਜਾਂਚਣਾ ਅਤੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਅਪਡੇਟਾਂ ਵਾਸਤੇ ਖ਼ਬਰਾਂ ਸੁਣਨਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖੋ ਕਿ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਕਦੋਂ ਉਪਲਬਧ ਹੋਣਗੀਆਂ।

ਮੈਂ ਇੱਕ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹਾਂ ਜੋ ਵੈਕਸੀਨ ਨਹੀਂ ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ, ਮੈਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਸਮਝਾ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਵੈਕਸੀਨ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ?

ਤੁਸੀਂ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਸਵਾਲ-ਜਵਾਬ ਜਾਂ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਲਿੰਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਦਿਖਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਹੜੇ ਖਾਸ ਤੌਰ ਤੇ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

ਨਾਲ ਹੀ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚਲੇ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਨੂੰ ਜ਼ੋਰ ਦੇਕੇ ਕਹੋ ਕਿ ਕੋਵਿਡ-19 ਇੱਕ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਕੈਨੇਡਾ ਦੀਆਂ ਕੋਵਿਡ-19 ਮੌਤਾਂ ਵਿੱਚੋਂ 95% ਤੋਂ ਵੱਧ 60 ਸਾਲ ਜਾਂ ਉਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਬਿਰਧ ਕਨੇਡੀਅਨਾਂ ਵਿੱਚ ਹੋਈਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਸਮਝਣਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਬਿਰਧ ਕਨੇਡੀਅਨ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ ਬਾਰੇ ਸਾਵਧਾਨ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਇਹ ਤੱਥ ਜਾਣਨਾ ਕਿ ਸੰਭਵ ਹੈ ਕਿ ਵੈਕਸੀਨ

ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਕੋਈ ਵੀ ਸੰਭਾਵੀ ਗੌਣ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੇ ਜੋਖਮ ਕੋਵਿਡ-19 ਕਰਕੇ ਮੌਤ ਹੋ ਜਾਣ ਨਾਲੋਂ ਕਿਧਰੇ ਬਿਹਤਰ ਹਨ, ਹੌਸਲਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਖਾਸ ਤੌਰ ਤੇ ਜਦੋਂ ਹੁਣ ਤੱਕ ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ ਵਿੱਚ ਲੱਖਾਂ ਬਿਰਧ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਹੈ।

ਮੈਂ ਇੱਕ ਨਸਲੀ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦਾ ਸਦੱਸ ਹਾਂ ਅਤੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਝਿਜਕ ਰਿਹਾ ਹਾਂ, ਮੈਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪਤਾ ਲਗੇਗਾ ਕਿ ਇਹ ਮੇਰੇ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ?

ਨਸਲੀ ਵਿਅਕਤੀਆਂ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਬਲੈਕ ਅਤੇ ਇੰਡਿਜਿਨਸ ਕਨੇਡੀਅਨਾਂ, ਲਈ ਸੰਸਥਾਤਮਕ ਜਾਤੀਵਾਦ ਅਤੇ ਕਨੇਡੀਅਨ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਪ੍ਰਤੀ ਇਤਿਹਾਸਿਕ ਅਵਿਸ਼ਵਾਸ ਕਰਕੇ ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਝਿਜਕਣਾ ਸਮਝਣਯੋਗ ਹੈ। ਪਰੰਤੂ, ਰੰਗ ਵਾਲੇ ਕਨੇਡੀਅਨ ਸਮਾਜਿਕ, ਆਰਥਿਕ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਅਸਮਾਨਤਾਵਾਂ ਕਰਕੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੁਆਰਾ ਅਸਮਾਨ ਰੂਪ ਨਾਲ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋਏ ਹਨ ਅਤੇ ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਵਾਇਰਸ ਕੋਲੋਂ ਸਭ ਤੋਂ ਉੱਚ ਸਤਰ ਤੇ ਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਫਾਈਜ਼ਰ-ਬਿਓਨਟੈਕ, ਮੋਡਰਨਾ, ਐਸਟ੍ਰਾਜ਼ੈਨੇਕਾ ਅਤੇ ਜੌਨਸਨ ਐਂਡ ਜੌਨਸਨ ਨੇ ਕਿਹਾ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੀ ਕਾਰਗਰੀ ਉਮਰ, ਜਾਤੀ, ਨਸਲ ਅਤੇ ਲਿੰਗ ਸੰਬੰਧੀ ਜਨਅੰਕੜਿਆਂ ਦੇ ਪਾਰ ਸਮਾਨ ਰਹੀ ਹੈ।

ਹੁਣ ਜਦੋਂ ਟੀਕਾਕਰਣ ਚਲ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਅਸੀਂ ਕਦੋਂ ਆਪਣੇ ਨਿਯਮਿਤ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਵਾਪਸ ਜਾ ਸਕਾਂਗੇ?

ਸਾਨੂੰ ਨੇੜੇ ਦੇ ਭਵਿੱਖ ਲਈ ਜਨਤਕ ਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣਾ ਹੋਵੇਗਾ, ਦੂਸਰਿਆਂ ਤੋਂ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣਾ ਅਤੇ ਜਿੰਨਾ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਘਰ ਰਹਿਣਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਕੋਵਿਡ-19 ਨੂੰ ਨਿਯੰਤ੍ਰਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਮਾਂ ਲਗੇਗਾ। ਇਸ ਵੇਲੇ ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਸਰਕਾਰ ਉਮੀਦ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ ਕਿ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ ਚਾਹੁਣ ਵਾਲੇ ਹਰੇਕ ਕਨੇਡੀਅਨ ਨੂੰ ਸਤੰਬਰ 2021 ਤੱਕ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗ ਜਾਵੇਗੀ।

ਜੇ ਉਸ ਵੇਲੇ ਤੱਕ 80% ਤੋਂ ਵੱਧ ਕਨੇਡੀਅਨਾਂ ਦਾ ਟੀਕਾਕਰਣ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ - ਤਾਂ ਸੰਭਵ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ‘ਹਰਡ ਇਮਿਊਨਿਟੀ’ (herd immunity) ਜਾਂ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦਾ ਉਹ ਪੱਧਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਲਿਆ ਹੋਵੇਗਾ ਜੋ ਸਾਨੂੰ ਆਮ ਸਥਿਤੀ ਦੇ ਕਿਸੇ ਸਤਰ ਤੱਕ ਪਰਤਣ ਦੇਵੇਗਾ।

ਕੀ ਅਜਿਹੀਆਂ ਦੂਸਰੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਹਨ ਜੋ ਮੈਨੂੰ ਲਗਵਾਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ?

ਬਿਲਕੁਲ! ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਏਜੰਸੀ ਔਫ ਕੈਨੇਡਾ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਕਨੇਡੀਅਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਾਰੇ ਟੀਕਾਕਰਣਾਂ ਬਾਰੇ ਅਪ ਟੂ ਡੇਟ ਰਹਿਣ।

ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਇਹ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਬਾਲਗ ਹਰ ਸਾਲ ਫੌਲ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਾਲਾਨਾ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ (ਫਲੂ) ਟੀਕਾਕਰਣ ਕਰਵਾਉਣ, ਅਤੇ ਇਹ ਕਿ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਨਿਉਮੋਕੋਕਲ ਬਿਮਾਰੀ (ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਨਮੂਨੀਆ ਦਾ ਆਮ ਕਾਰਨ), ਹਰਪੀਜ਼ ਜ਼ੋਸਟਰ (ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼), ਟੈਟਨਸ, ਪਰਟੂਸਿਸ (pertussis), ਅਤੇ ਹੈਪੇਟਾਈਟਿਸ ਏ ਅਤੇ ਬੀ ਵਿਰੁੱਧ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਲਈ ਟੀਕਾਕਰਣ ਕਰਵਾਉਣ। ਅਪਣੇ ਮੁਢਲੇ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਜਾਂ ਫਾਰਮੇਸਿਸਟ ਦੇ ਨਾਲ ਹਮੇਸ਼ਾ ਇਹ ਜਾਂਚਣਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਵਾਧੂ ਉਪਯੋਗੀ ਸਾਧਨ

- ਵਰਲਡ ਹੈਲਥ ਔਰਗੇਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ - ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ
- ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਏਜੰਸੀ ਔਫ ਕੈਨੇਡਾ – ਕੋਵਿਡ-19 ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਾਧਨ: ਵਿਗਾੜ ਅਤੇ ਵਾਇਰਸ ਫੈਲਾਉਣ ਦੇ ਤੁਹਾਡੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣਾ
- ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਏਜੰਸੀ ਔਫ ਕੈਨੇਡਾ - ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਕੋਵਿਡ-19 ਟੀਕਾਕਰਣ ਯੋਜਨਾ: ਜੀਵਨਾਂ ਅਤੇ ਰੋਜ਼ੀ-ਰੋਟੀਆਂ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣਾ
- ਅਲਜ਼ਾਇਮਰ ਸੁਸਾਇਟੀ ਔਫ ਕੈਨੇਡਾ – ਕੋਵਿਡ-19 ਟੀਕਾਕਰਣ ਰੋਲਆਉਟ
- ਐਸਟ੍ਰਾਜ਼ੈਨੇਕਾ ਵੈਕਸੀਨ ਅਤੇ ਖੂਨ ਦੇ ਗਤਲਿਆਂ (Blood Clots) ਬਾਰੇ ਥਰੌਮਬੋਸਿਸ ਕੈਨੇਡਾ ਦਾ ਅਪਡੇਟ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਬਿਆਨ
- ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਅਤੇ ਐਂਟੀਕੋਐਗੁਲੇਸ਼ਨ (Anticoagulation) ਬਾਰੇ ਥਰੌਮਬੋਸਿਸ ਕੈਨੇਡਾ ਦਾ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ
- ਓਨਟੈਰਿਓ ਸਰਕਾਰ - ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ ਸੁਰੱਖਿਆ
- ਅਨਐਮਬਿਗੁਅਸ ਸਾਇੰਸ (Unambiguous Science)
- ਸਾਏਨਾਏ ਹੈਲਥ – ਇੱਕ ਮਾਹਰ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ: ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ
- ਜੌਨ ਹੌਪਕਿੰਨਜ਼ ਮੈਡਿਸਨ - ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ: ਮਿੱਥ ਬਨਾਮ ਤੱਥ
- ਸੀਬੀਸੀ ਨਿਊਜ਼ - ਡਾਕਟਰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਬਿਰਧ ਕਨੇਡੀਅਨਾਂ ਵਾਸਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ, ਰੱਖਿਅਕ ਦੋਵੇਂ ਹਨ। ਇਹ ਉਹ ਹੈ ਜੋ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ
- ਗਲੋਬ ਐਂਡ ਮੇਲ - ਓਨਟੈਰਿਓ ਡਾਕਟਰਾਂ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ, ਵੈਕਸੀਨ ਬਾਰੇ ਮਿੱਥਾਂ ਉਮਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਸਮੂਹਾਂ ਵਿੱਚ ਵਿਆਪਕ ਤੌਰ ਤੇ ਔਨਲਾਈਨ ਫੈਲ ਰਹੀਆਂ ਹਨ

NIA ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ
https://www.nia-ryerson.ca/ ‘ਤੇ ਸਾਡੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ‘ਤੇ ਜਾਓ
ਅਤੇ **@RyersonNIA** ‘ਤੇ ਟਵਿਟਰ ‘ਤੇ ਸਾਨੂੰ ਫਾਲੋ ਕਰੋ

ਇਸ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਦਾ ਅਨੁਵਾਦ MCIS ਲੈਂਗੁਏਜ ਸੌਲਿਊਸ਼ਨਜ਼ ਦੇ ਦਰਿਆ-ਦਿਲ ਸਮਰਥਨ ਦੁਆਰਾ ਸੰਭਵ ਹੋਇਆ ਹੈ।

NATIONAL INSTITUTE ON AGEING