

# COVID-19 தடுப்பு மருந்துகள் - வயது முதிர்ந்த கனேடியர்கள் தெரிந்து கொள்ள வேண்டியவை



ஏப்ரல் 2021

# National Institute on Ageing (முதுமையடைதல் தொடர்பான தேசிய நிறுவனம்)

பரிந்துரைக்கப்பட்ட மேற்கோள்கள்:

Sinha, S., Vohra-Miller, S., & Johnstone, J. (2021).

COVID-19 Vaccines (தடுப்புமருந்துகள்) –

What Older Canadians Need to Know

(வயதுமுதிர்ந்த கனேடியர்கள்

தெரிந்துகொள்ள வேண்டியவை).

National Institute on Ageing. Toronto, ON.

தபால் முகவரி:

National Institute on Ageing

Ted Rogers School of Management

350 Victoria St.

Toronto, Ontario

M5B 2K3

Canada

## National Institute on Ageing (முதுமையடைதல் தொடர்பான தேசிய நிறுவனம்)

The National Institute on Ageing (NIA) என்பது ரொறன்ரோவிலுள்ள Ryerson பல்கலைக்கழகத்தில் அமைந்துள்ள அரசாங்கக் கொள்கைகள் மற்றும் ஆய்வுகளுக்கான ஒரு மையமாகும். வெற்றிகரமான முதுமையடைதலை வாழ்க்கைப் பயணம் முழுவதற்கும் ஊடாக மேம்படுத்துவதற்கு NIA உறுதியுண்டுள்ளது. முதுமையடைதலுடன் தொடர்பான பிரச்சினைகளை, நிதிரீதியான, உடல்ரீதியான, உளவியல்ரீதியான மற்றும் சமூகரீதியான நல்வாழ்வை உள்ளடக்கிய பரந்ததொரு கண்ணோட்டத்தில் கருத்தில் கொள்கின்ற அதன் உறுதிப்பாட்டில் அது தனித்துவமானதாக இருக்கிறது.

முதுமையடையும் கனேடிய மக்களுக்கு இருக்கும் பல்வேறு விதமான சவால்கள் மற்றும் வாய்ப்புக்களைக் கையாள்வதற்குத் தேவையான சிறந்த அரசாங்கக் கொள்கைகள் மற்றும் நடைமுறைகளுக்கான வழிமுறை ஒன்றை வழங்குவதற்காக, ஒன்றுக்கு மேற்பட்ட விடயங்களில் கவனம் செலுத்தும், ஆதாரங்களின் அடிப்படையிலான மற்றும் செயல்படுத்தக்கூடிய முன்னணி ஆய்வுகளில் NIA கவனம் செலுத்துகிறது. அரசாங்கத்தின் அனைத்து மட்டங்களுக்கும், தனியார் மற்றும் அரசாங்கப் பிரிவுகளின் பங்காளர்களுக்கும், கல்வி நிறுவனங்களுக்கும், முதுமையடைதலுடன் தொடர்பான நிறுவனங்களுக்கும் கனேடியர்களுக்கும் வினைத்திறனான மற்றும் ஒத்துழைப்புடன் கூடிய தேசியளவிலான தலைமை மற்றும் இலவசக் கல்வியை வழங்குவதற்காகப் பணியாற்றுவதற்கு NIA உறுதியுண்டுள்ளது.

அத்துடன், கனடா முழுவதிலும் உள்ள முன்னணி ஆய்வாளர்கள், கொள்கை வல்லுநர்கள் மற்றும் பங்குதாரர் அமைப்பினரைக் கொண்ட ஒரு குழுவினர் இணைந்து 2014 ஆம் ஆண்டில் முதன்முதலில் வெளியிட்ட ஆதார அடிப்படையிலான கொள்கை ஆவணத்தை எழுதிய National Seniors Strategy (NSS) உடன் NIA இணைந்து செயல்படுகிறது. கனடாவில் முதுமையடைதல் தொடர்பான ஆதாரங்களை அடிப்படையாகக் கொண்ட ஆய்வுகள் மூலம் அறிவை மேம்படுத்துவதற்கும் கொள்கைகளை அறிவிப்பதற்கும் NIAஇன் பணிக்கு வழிகாட்டும் நான்கு அடிப்படைகளை

NSS கோடிட்டுக் காட்டுகிறது: சுயாதீனமான, வினைத்திறனான மற்றும் ஈடுபாடு கொண்ட குடிமக்கள்; ஆரோக்கியமான மற்றும் சுறுசுறுப்பான வாழ்க்கை; வீட்டிற்கு அருகில் பராமரிப்பு; மற்றும் பராமரிப்பாளர்களுக்கான ஆதரவு.

## UHN மற்றும் Sinai Healthஇன் Healthy Ageing and Geriatrics Program (ஆரோக்கியமான முதுமையடைதல் மற்றும் முதியோருக்கான மருத்துவப் பராமரிப்புத் திட்டம்) பற்றியது

Sinai Health மற்றும் University Health Networkஇன் Healthy Ageing and Geriatrics Program (ஆரோக்கியமான முதுமையடைதல் மற்றும் முதியோருக்கான மருத்துவப் பராமரிப்புத் திட்டம்) முதுமையடைந்த அனைவரையும், குறிப்பாக நீண்ட காலம் நிலைத்திருக்கும் பல்வேறு மருத்துவ நிலைமைகள் மற்றும் ஆரோக்கியம் பாதிக்கப்படுவதற்கான அபாயக் காரணிகள் உள்ளவர்களைக் கவனிப்பதற்காக அர்ப்பணிக்கப்பட்டிருக்கிறது. நாங்கள் ஒருவருக்கொருவர் இடையிலான நிபுணத்துவத்தை வழங்குகிறோம், ஆய்வுகளை நடத்துகிறோம், புதுமையான பராமரிப்பு மாதிரிகளைச் செயல்படுத்துகிறோம், எங்களுக்கும் மற்றவர்களுக்கும் அறிவுபடுகிறோம், அத்துடன் ஆரோக்கியமான முதுமையடைதலைச் செயல்படுத்துவதற்காக அனைத்துப் பங்காளர்களுடனும் ஒத்துழைக்கிறோம்.

## ஆக்கியோர்

இந்த வழிகாட்டல் ஆவணம் பின்வருவோரால் எழுதப்பட்டிருக்கிறது:

**Dr. Samir Sinha, MD, DPhil, FRCPC, AGSF**  
Geriatrics Sinai Health மற்றும் University Health Network பணிப்பாளர்; Health Policy Research பணிப்பாளர், National Institute on Ageing; இணைப் பேராசிரியர், Departments of Medicine, Family and Community Medicine, Health Policy, Management and Evaluation, University of Toronto (ரொறன்ரோப் பல்கலைக்கழகம்)

**Ms. Sabina Vohra-Miller, MSc**  
Unambiguous Science என்ற அமைப்பை உருவாக்கியவர்

**Dr. Jennie Johnstone, MD, PhD, FRCPC**  
Director, Infection Prevention and Control (பணிப்பாளர், தொற்றுதல் தடுப்பு மற்றும் கட்டுப்பாடு), Sinai Health; Associate Professor, Department of Laboratory Medicine and Pathobiology, University of Toronto (ரொறன்ரோப் பல்கலைக்கழகம்)

## உள்ளடக்கம்

நான் ஒரு முதியவர், COVID-19 தடுப்பூசியை நான் எடுக்கவேண்டுமா?	6
தடுப்பூசிகள் எப்படிச் செயற்படுகின்றன?	7
mRNA என்றால் என்ன, தடுப்பூசிகளை உருவாக்குவதற்கு அது எவ்வகையில் பயன்படுத்தப்படுகிறது?	7
Adenovirus என்றால் என்ன, தடுப்பூசிகளை தயாரிப்பதற்கு எவ்வாறு அது பயன்படுத்தப்படுகிறது?	8
COVID-19 தடுப்பூசிகள் மிக வேகமாக உருவாக்கப்பட்டிருக்கின்றன. அவற்றின் உருவாக்கத்தின்போது முக்கியமான படிமுறைகள் தவிர்க்கப்பட்டிருக்கின்றனவா, அவை பாதுகாப்பானவையா?	9
COVID-19 தடுப்பூசிகள் வயதுமுதிர்ந்தவர்களில் வினைத்திறனாகச் செயற்படுமா?	10
வயது முதிர்ந்தவர்களில் COVID-19 தடுப்பூசிகள் எவ்வகையான பக்கவிளைவுகளை உருவாக்குகின்றன?	11
தடுப்பூசியைப் பின்னரான நோய்க்குறிகளைத் தடுப்பதற்காக acetaminophen (Tylenol) என்றும் அழைக்கப்படும்) அல்லது அழற்சிக்கு எதிரான non-steroidal மருந்துகளை தடுப்பூசியைப் பெற்றுக்கொள்வதற்கு முன் எடுக்கவேண்டுமா?	11
நோயெதிர்ப்புச் சக்தி பாதிக்கப்பட்டிருக்கும் வயதுமுதிர்ந்தவர்கள் COVID-19 தடுப்பூசியைப் பெற்றுக்கொள்வது பாதுகாப்பானதா?	12
AstraZeneca COVID-19 தடுப்பூசியை எப்படிப்பட்டது? வயதுமுதிர்ந்த கனேடியர்களுக்கு இது ஒரு நல்ல தெரிவாக இருக்குமா?	12
AstraZeneca தடுப்பூசியைப் பெற்றுக்கொண்டவர்களில் இரத்த உறைவு ஏற்படுகின்றதென நான் கேள்விப்பட்டேன், அது உண்மையா?	12
தடுப்பூசியைப் பெற்றுக்கொண்ட பின்னர் வயதுமுதிர்ந்தவர்கள் இறந்துபோகின்றனர் என்று நான் கேள்விப்பட்டேன், அது உண்மையா?	13
மறதிநோயுடன் வாழும் வயதுமுதிர்ந்தவர்கள் COVID-19 தடுப்பூசியைப் பெற்றுக்கொள்வது பாதுகாப்பானதா மற்றும் அது பரிந்துரைக்கப்படுகின்றதா?	13
நான் ஒரு வயதுமுதிர்ந்தவர், ஏற்கனவே COVID-19 நோய் எனக்கு வந்திருக்கிறது, நான் தடுப்பூசியைப் பெற்றுக்கொள்ள வேண்டுமா?	14
தடுப்பூசியைப் பெற்றுக்கொள்வது என்பது COVID-19 நோய் எனக்கு வரும் எனப் பொருள்படுமா?	15
தடுப்பூசியில் உள்ள பொருட்கள் அபாயம் விளைவிப்பன என நான் கேள்விப்பட்டேன், அது உண்மையா?	15
புதியதாக உருவாக்கக் கொண்டிருக்கும் வைரஸ் திரிபுகளுக்கு எதிரான பாதுகாப்பையும் COVID-19 தடுப்பூசியை வழங்குமா?	16
நான் சமூகத்தில் வாழும் ஒரு வயதுமுதிர்ந்தவர், நான் எப்போது தடுப்பூசியைப் பெற்றுக்கொள்ளலாம்?	16
தடுப்பூசியைப் பெற்றுக்கொள்ள விரும்பாத வயதுமுதிர்ந்த ஒருவரை நான் பராமரிக்கிறேன், அது பாதுகாப்பானது என்று எவ்வாறு அவரை நான் நம்பவைக்கலாம்?	16
நான் இனமயமாக்கப்பட்ட சமூகத்தின் ஒரு உறுப்பினர், COVID-19 தடுப்பூசியைப் பெற்றுக்கொள்வதற்கு எனக்குத் தயக்கமாக உள்ளது, எனக்கு இது பாதுகாப்பானது என்பதை நான் எப்படி அறிந்துகொள்ளலாம்?	17
இப்போது தடுப்பூசிகள் கொடுக்கப்படுகின்றன, இயல்பான வாழ்க்கைக்கு எப்போது நாங்கள் திரும்பிச் செல்லமுடியும்?	17
நான் பெற்றுக்கொள்ள வேண்டிய வேறு ஏதாவது தடுப்பூசிகள் உள்ளனவா?	18

## அறிமுகம்

COVID-19 தொற்றுநோய் பரவலின் ஆரம்பத்தில் இருந்தே, “இயல்பான” வாழ்க்கைக்கு நாங்கள் திரும்புவதற்கான ஒரே ஒரு வழி பாதுகாப்பான மற்றும் பயனுள்ள தடுப்புமருந்துகளின் உருவாக்கம் மற்றும் விநியோகம் மட்டுமே என்ற நம்பிக்கை இருந்துவந்திருக்கிறது.

Pfizer-BioNTech, Moderna எனப்படும் இரண்டு தடுப்புமருந்துகள் 2020 இன் பிற்பகுதியில் உருவாக்கப்பட்டிருப்பதுடன், வளர்ந்தோரை COVID-19 ஆல் நோய்வாய்ப்படும் மற்றும் இறக்கும் சாத்தியத்திலிருந்து பாதுகாப்பதற்காக கனடா, ஐக்கிய அமெரிக்கா, மற்றும் ஐரோப்பாவினால் அங்கீகரிக்கப்பட்டிருக்கின்றன. 2021 இன் ஆரம்பத்தில், கனடாவில் பயன்படுத்துவதற்கென மேலும் இரண்டு தடுப்புமருந்துகள் அங்கீகரிக்கப்பட்டுள்ளன; முதலாவது Oxford பல்கலைக்கழகத்துடன் இணைந்து AstraZeneca உருவாக்கியது, மற்றது Johnson & Johnson உருவாக்கியது. இந்தத் தடுப்புமருந்துகள் ஒரு வருடத்திற்குள் உருவாக்கப்பட்டு அங்கீகரிக்கப்பட்டுள்ளன என்ற செய்தி உற்சாகத்தையும் நம்பிக்கையையும் தந்திருக்கின்ற அதேவேளையில், குறிப்பாக முதியோர்களிடையேயும் எங்களின் சமூகத்தில் உள்ள மிகவும் பாதிக்கப்பட்டக்கூடிய உறுப்பினர்கள் சிலரிடையேயும் அவநம்பிக்கையையும் உருவாக்கியிருக்கின்றது.

**இந்த COVID-19 தடுப்புமருந்துகள் எவ்வாறு உருவாக்கப்பட்டிருக்கின்றன, எங்களின் தனிப்பட்ட ஆரோக்கியத்தில் அவற்றின் பங்கென்ன என்பன தொடர்பாக பல நியாயமான கேள்விகளும் தவறான கருத்துக்களும் காணப்படுகின்றன.**

COVID-19 தடுப்புமருந்துகளைப் பற்றி வயதுமுதிர்ந்த கனேடியர்களிடையே எழும் சில பொதுவான கேள்விகளுக்கு, ஆதாரங்களின் அடிப்படையிலான-தகவலறிந்த பதில்கள் இற்றைப்படுத்தப்பட்ட தரவுகளை நீங்கள் அறிந்திருப்பதற்கு உதவும் முகமாக இங்கே வழங்கப்பட்டுள்ளன.

**வயதுமுதிர்ந்த கனேடியர்களுக்கென கனடாவில் அங்கீகரிக்கப்பட்டிருக்கும்**

**நான் ஒரு முதியவர், COVID-19 தடுப்புமருந்தை நான் எடுக்கவேண்டுமா?**

**COVID-19 தடுப்புமருந்துகள் மிகவும் பாதுகாப்பானவையாகவும் வினைத்திறனுள்ளவையாகவும் இருக்கின்றன என்பது கண்டறியப்பட்டுள்ளது.**

COVID-19 தடுப்புமருந்துகளைப் பெற்றுக்கொள்வதில் பல அனுகூலங்கள் இருக்கின்றன - மிகவும் முக்கியமானது என்னவெனில் உங்களுக்கு வைரஸ் தொற்றுதல் ஏற்பட்டால் நீங்கள் நோய்வாய்ப்படும் அபாயத்தை அவை குறைக்கும் அத்துடன் பாரதூரமாக நோய்வாய்ப்படும் அபாயம் இருக்கக்கூடிய உங்களைச் சுற்றியுள்ளவர்களையும் அவை பாதுகாக்கும்.

தடுப்புமருந்தைப் பெற்றுக்கொள்ளக்கூடியவர்களாக உள்ளபோது வயதுமுதிர்ந்த கனேடியர்கள் அனைவரும் அதைப் பெற்றுக்கொள்ள வேண்டுமென, கனடாவின் பொதுச் சுகாதார நிறுவனம், கனடாவின் மருத்துவ மற்றும் செவிலியர் சங்கங்கள் ஆகியவை பரிந்துரைக்கின்றன. உங்களின் உடலில் போதுமான நோயெதிர்ப்புச் சக்தி உருவாகுவதற்கு அல்லது அவற்றிலிருந்து பாதுகாப்பைப் பெறுவதற்கு அங்கீகரிக்கப்பட்டிருக்கும் Pfizer-BioNTech, Moderna மற்றும் AstraZeneca தடுப்புமருந்துகளில் ஒன்றினை இரண்டு தரம் பெற்றுக்கொள்ள வேண்டும். ஆனால், அங்கீகரிக்கப்பட்ட Johnson & Johnson தடுப்புமருந்தினை ஒரே ஒரு தடவை எடுத்துக்கொள்ளல், நோயெதிர்ப்பு சக்தியை அல்லது அதிலிருந்து பாதுகாப்பைப் பெற்றுக்கொள்வதற்குப் போதுமானதாக இருக்கின்றது.

**தடுப்புமருந்தை முழுமையாகப் பெற்றுக்கொண்ட சில வாரங்களுக்குப் பின்னர், நீங்கள் மருத்துவமனையில் அனுமதிக்கப்படுவதை அல்லது COVID-19 ஆல் இறப்பதைத் தடுப்பதில் இந்தத் தடுப்புமருந்துகள் யாவும் 100% வினைத்திறனுள்ளவையாக இருக்குமென்று எதிர்பார்க்கப்படுகிறது.**



## தடுப்பூசிகள் எப்படிச் செயற்படுகின்றன?

வைரஸ் அல்லது பற்றியா போன்ற உங்களின் உடலுக்கு அந்நியமானவற்றைத் தாக்கும்வகையில் உங்களின் நோயெதிர்ப்புத் தொகுதி வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது. COVID-19 வைரஸ் போன்ற ஏதாவது ஒரு புதிய பொருளை உடல் எதிர்கொள்ளும்போது, அதன் நோயெதிர்ப்புத் தொகுதியை அல்லது பாதுகாப்பு அமைப்பை அது தயார்படுத்துவதற்குச் சற்று நேரமெடுக்கும். அந்த வைரசை உடல் இதற்கு முன்னர் ஒருபோதும் பார்த்திருக்கவில்லை என்பதால், எதிர்த்துப் போராடுவதற்கு அது தயாராகும் நேரத்தில், அந்தத் தொற்று ஏற்கனவே நிறைய சேதங்களை ஏற்படுத்தியிருக்கக்கூடும், சிலவேளைகளில் பாரதூரமான நோய் மற்றும் மரணத்திற்குக்கூட அது வழிவகுக்கக்கூடும். ஆனால், அந்த வைரசை எதிர்த்து உடல் போராடும்போது, விசேடமான நோயெதிர்ப்புச் சக்தி நினைவகத்தை அல்லது நீண்டகாலம் நிலைத்திருக்கும் பாதுகாப்பு அமைப்பு ஒன்றை அதனால் உருவாக்கக்கூடியதாக உள்ளது. அது அந்த வைரசை எவ்வாறு உடல் எதிர்த்துப் போராடலாம் என்பதை உடல் நினைவில் வைத்திருப்பதற்கு உதவுகிறது. எனவே, அடுத்த முறை உங்களுக்கு அதே வைரசுத் தொற்று ஏற்படும்போது, உங்களின் உடலுக்கு அது நினைவிருக்குமாதலால், அதற்கு எதிரான அதன் பாதுகாப்பு அமைப்பை அதனால் விரைவாகச் செயல்படுத்தக்கூடியதாக இருக்கும்.

இதனால்தான் தடுப்பூசிகளைப் பெற்றுக்கொள்வது அனுகூலமானதாக இருக்கலாம். நோய்களை உருவாக்கும் பல்வேறு நுண்ணுயிர்களுக்கு எதிரான நோயெதிர்ப்புச் சக்தியை அதிகரிப்பதற்கு அவை உதவுகின்றன. நோயெதிர்ப்புச் சக்தியை நீங்கள் பெற்றுக்கொண்ட குறித்த அந்த நோயை உருவாக்கும் நுண்ணுயிரி ஒன்றை உங்களின் உடல் கண்டால், பாரதூரமான ஆரோக்கியப் பிரச்சினைகளை அது ஏற்படுத்த முன்பாக அதனை விரைவாக அடையாளம்கண்டு, உடனடியாக எதிர்வினையாற்றி அழிக்கமுடியும் என்பது இதன் கருத்தாகும்.

வழமையில் தடுப்பூசிகள், நோயை உருவாக்கும் நுண்ணுயிரின் சிறிய அல்லது செயலிழக்கப்பட்ட அளவுகளால், அல்லது அது உருவாக்கும் புரதங்களால் உருவாக்கப்படுகின்றன, நோயெதிர்ப்புத் தொகுதியின் எதிர்வினையை அதிகமாகத் தூண்டும் வகையில் அவை உடலுக்குள் அறிமுகப்படுகின்றன. வழமையான தடுப்பூசிகள் பலவீனப்படுத்தப்பட்ட சில adenovirus களைப் பயன்படுத்துகின்றன, அவை மனிதர்களில் தொற்றுநோயை ஏற்படுத்தமாட்டா, பதிலாக வைரஸ் புரதங்களை எவ்வாறு உருவாக்குவது என அறிவுறுத்தும் mRNA மூலக்கூறுகளை உருவாக்குவதற்கான

வழிமுறைகளை அவை காவிச்செல்கின்றன. தற்போது அங்கீகரிக்கப்பட்ட AstraZeneca மற்றும் Johnson & Johnson ஆகிய இரண்டு COVID-19 தடுப்பூசிகளும் adenovirusகளைக் கொண்ட தடுப்பூசிகள் ஆகும். இதற்கு மாறாக, mRNA தடுப்பூசிகள் mRNA மூலக்கூறினை மட்டும் வழங்குகிறது. அது சில வைரசுப் புரதங்களை உடல் உற்பத்தி செய்யத் தூண்டுகின்றது. Pfizer-BioNTech மற்றும் Moderna COVID-19 தடுப்பூசிகள் mRNA அடிப்படையிலானவை.

## mRNA என்றால் என்ன, தடுப்பூசிகளை உருவாக்குவதற்கு அது எவ்வகையில் பயன்படுத்தப்படுகின்றது?

mRNA அல்லது செய்திகாவும் RNA, என்பது எங்களின் உடலில் இயற்கையாகக் காணப்படும் ஒரு மூலக்கூறு ஆகும். செய்முறை அட்டை ஒன்றை ஒத்திருக்கும் இது பரம்பரையலகுகள் தொடர்பான அறிவுறுத்தல்களைச் செயல்படுத்துகிறது. தேவையான புரதங்களை உருவாக்குவதற்கான அறிவுறுத்தல்களை mRNA எங்களின் உடலுக்கு வழங்குகிறது.

## COVID-19 தொற்றுநோய் பரவலுக்கு முன்பே, mRNA அடிப்படையிலான சிகிச்சைகள் பற்றி ஆய்வாளர்கள் பல தசாப்தங்களாக ஆராய்ந்து கொண்டிருந்தனர்.

COVID-19 ஐ ஏற்படுத்தும் வைரஸ் பற்றிய தேவையான தகவல்கள் கிடைத்தவுடன், விஞ்ஞானிகள் முதல் முதலாக அங்கீகரிக்கப்பட்ட mRNA COVID-19 தடுப்பூசிகளை உருவாக்கத் தொடங்கிவிட்டனர். அசல் COVID-19 வைரசின் மேற்பரப்பில் காணப்படும் தீங்கற்ற 'spike protein' எனும் ஒரு பகுதியை உருவாக்கும்படி உடலுக்குக் கூறும் செயற்கை mRNA இந்தத் தடுப்பூசிகளில் பயன்படுத்தப்படுகிறது. இந்தத் தடுப்பூசிகள், mRNA அறிவுறுத்தல்கள் அல்லது spike protein இன் ஒரு சிறிய அளவை உற்பத்தி செய்யும்படி உடலைத் தூண்டும் 'செய்முறை அட்டை' ஒன்றை வழங்குகின்றன. அந்தப் புரதம் அங்கே இருப்பதற்கு உரியதல்ல என்பதை எங்களின் உடல் உணர்ந்து, COVID-19 வைரசின் 'spike புரதத்திற்கு' எதிரான பாதுகாப்புப்

பிறபொருளெதிரிகளை உருவாக்குவதன் மூலம் நோயெதிர்ப்பு சக்தியை அதிகரிக்கிறது, பின்னர் COVID-19 ஏற்படுத்தும் வைரசுடன் எங்களின் உடல் தொடர்புகொண்டால், அதை எவ்வாறு எதிர்த்துப் போராடுவது என்பதை அது உடனடியாக அறிந்துகொள்ளும். தடுப்புமருந்தில் உள்ள mRNA விரைவாக உடைந்து விடுமாதலால், நீண்ட நேரம் அது உடலில் நிலைத்திருக்க மாட்டாது. எனவே தடுப்புமருந்தில் இருந்து வரும் mRNA உங்களின் DNAக்குள் செல்லமாட்டாது.

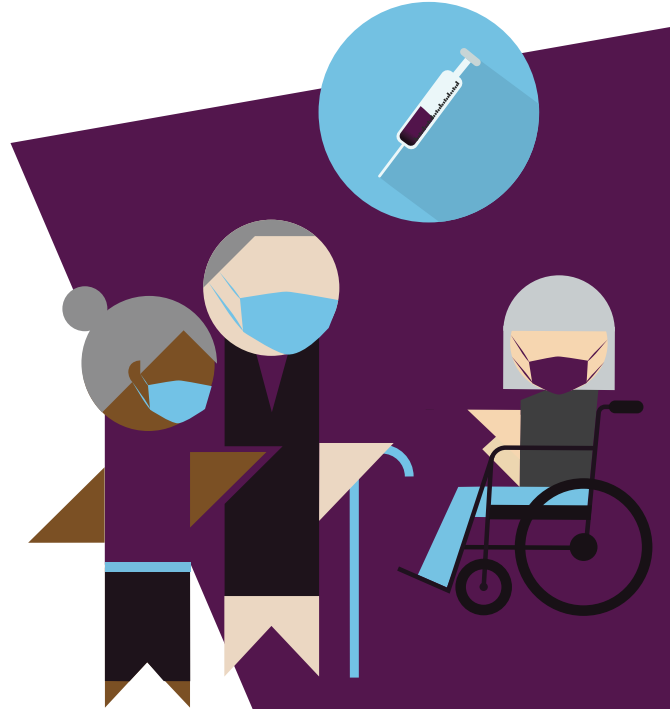
mRNA தடுப்புமருந்துகள் பரபரப்பூட்டும் விஞ்ஞான முன்னேற்றமாக இருப்பதுடன், சளிக்காய்ச்சல், Zika, rabies, cytomegalovirus (CMV) போன்ற நோய்களுக்குக் காரணமான பிற வைரசுக்களுக்கான தடுப்புமருந்துகளை உருவாக்கவும் எங்களுக்கு உதவிசெய்யும். புற்றுநோயை எதிர்த்துப் போராடுவதற்கான ஒரு புதிய வழியாகவும் mRNA தடுப்புமருந்துகள் ஆய்வு செய்யப்படுகின்றன.

## Adenovirus என்றால் என்ன, தடுப்புமருந்துகளை தயாரிப்பதற்கு எவ்வாறு அது பயன்படுத்தப்படுகிறது?

Adenovirus என்பது தடிமனை ஏற்படுத்தும் ஒரு வைரஸ் ஆகும். Adenovirus மரபணுக்கள் பற்றி நன்கு ஆய்வுசெய்யப்பட்டிருப்பதால், அவை எவ்வாறு இயங்குகின்றன மற்றும் தடுப்புமருந்துகளைத் தயாரிப்பதற்காக அவற்றைப் பயன்படும்போது அவை தம்மை நகலெடுக்காமல் அவற்றை எப்படி மாற்றியமைக்கலாம் மற்றும் பலவீனப்படுத்தலாம் என்பது விஞ்ஞானிகளுக்குத் தெரியும். பலவீனமான வைரசைக் கொண்டிருக்கும் தடுப்புமருந்துகளுக்கு உங்களை நோய்வாய்ப்படுத்தும் திறன் இருக்கமாட்டாது, இருப்பினும், வலுவான நோயெதிர்ப்பு எதிர்வினையை இந்தப் பலவீனமான adenoviruses தூண்டக்கூடும். இந்த adenoviruses தடுப்புமருந்துகளை உருவாக்குவது எளிதானது, அது மட்டுமன்றி, அவற்றை அதிகளவில் உற்பத்தி செய்வதும் இலகுவானதாக இருப்பதால், தொற்றுநோய்ப் பரவலின்போது இது மிகவும் பயனுள்ளதாக இருக்கிறது.

இந்தத் தடுப்புமருந்துகளில் உள்ள மாற்றியமைக்கப்பட்ட adenovirusகளுக்குள் COVID-19 வைரசில் உள்ள 'spike protein'ஐ உருவாக்குவதற்கான அறிவுறுத்தல் உட்புகுத்தப்படுகின்றது. AstraZeneca உம் Johnson & Johnsonஉம், அவர்களின் COVID-19 தடுப்புமருந்துகளை உருவாக்குவதற்கு வித்தியாசமான adenovirusகளைப் பயன்படுத்துகின்றனர். ஒருவருக்குள் இது உட்செலுத்தப்படும்போது, அந்த அறிவுறுத்தல்கள்

mRNA ஆக மாற்றப்படுகின்றன, பின்னர் அது COVID-19 வைரசின் 'spike protein'ஐ எவ்வாறு உருவாக்குவது என்பது பற்றி எங்களின் உடலுக்கு அறிவுறுத்துகிறது. அதன் பின்னர் அதற்கு எதிரான நோயெதிர்ப்பு எதிர்வினையை எங்களின் உடலால் உருவாக்க முடிகிறது. உங்களின் DNAஇல் இந்தத் தடுப்புமருந்துகள் எந்த மாற்றத்தையும் ஏற்படுத்தாது என்பதையும், உண்மையில், உங்களின் உடலுக்குள் மிக விரைவாக அவை உடைக்கப்பட்டுவிடும் என்பதையும் நினைவில் வைத்திருப்பது முக்கியமாகும்.





## COVID-19 தடுப்புமருந்துகள் மிக வேகமாக உருவாக்கப்பட்டிருக்கின்றன. அவற்றின் உருவாக்கத்தின்போது முக்கியமான படிமுறைகள் தவிர்க்கப்பட்டிருக்கின்றனவா, அவை பாதுகாப்பானவையா?

### Public Health Agency of Canada

(கனடாவின் பொதுச் சுகாதார நிறுவனம்) இன் வலைத்தளத்தின்படி, கனடாவில் அங்கீகரிக்கப்பட்ட COVID-19 தடுப்புமருந்துகள் அனைத்தும்:

- விரிவான மருத்துவப் பரிசோதனைகள் மூலம் வயதுமுதிர்ந்தவர்கள் உள்ளடங்கலான நூறாயிரக்கணக்கான பங்கேற்பாளர்களில் பரிசோதிக்கப்பட்டிருக்கின்றன
- பொதுவான பாதுகாப்புத் தேவைகள் உள்ளடங்கலாக தடுப்புமருந்துகளை அங்கீகரிப்பதற்குத் தேவையான அனைத்து நிபந்தனைகளையும் பூர்த்திசெய்திருக்கின்றன, அத்துடன் இந்தத் தடுப்புமருந்துகளை அங்கீகரிப்பதற்காக நிபந்தனைகள் எதுவும் புறக்கணிக்கப்படவில்லை.
- மேலும், தடுப்புமருந்தைப் பெற்றுக்கொண்ட பின்னர் ஏற்படக்கூடிய பாதகமான எதிர்வினைகள் கண்காணிக்கப்படுகின்றன.

இந்தத் தடுப்புமருந்துகளை உருவாக்குவதற்காக, கடந்த காலங்களில் நாங்கள் ஒருபோதும் பார்த்திராத அளவுக்கு உலகெங்கிலும் உள்ள நாடுகளும் நிறுவனங்களும் ஒன்றிணைந்து ஒத்துழைத்திருக்கின்றனர். பெரும் தொகைப் பணத்தை முதலீடு செய்தல், பணியாளர்களின் பணிகளை மாற்றியமைத்தல் மற்றும் COVID-19 தடுப்புமருந்து தொடர்பான முயற்சிகளில் செயல்படுவதற்குப் பல்வேறு கூட்டிணைப்புக்களை உருவாக்கல் என்பவற்றின் மூலம் சுகாதார முகவர் நிலையங்கள், தடுப்புமருந்து ஆய்வாளர்கள், உற்பத்தியாளர்கள் என யாவரும் COVID-19 தடுப்புமருந்துகளின் உருவாக்கத்துக்கு முன்னுரிமை அளித்திருக்கின்றனர். இவை எதுவும் பாதுகாப்பைச் சமரசம் செய்யவில்லை, அத்துடன் மருத்துவப் பரிசோதனைகளில் அவற்றின் பாதுகாப்பு மற்றும் செயல்திறன் இரண்டையும் அவை நிரூபிக்க வேண்டுமென்ற நியாயமான எதிர்பார்ப்புகள் முழுமையாகப் பின்பற்றப்பட்டன.

அங்கீகரிக்கப்பட்ட COVID-19 தடுப்புமருந்துகளின் உருவாக்கத்தை துரிதப்படுத்திய பிற காரணிகள் பின்வருவனவற்றையும் உள்ளடக்குகின்றன:

- எங்களின் ஆரம்ப COVID-19 தடுப்புமருந்துகளின் உருவாக்கம், Middle East Respiratory Syndrome (MERS), SARS-CoV (SARS) போன்ற நோய்களுக்குக் காரணமான கொரோனா வைரசின் பிற திரிபுகள் தொடர்பாகப் பல தசாப்த காலமாக நிகழ்ந்த ஆய்வுகளை அடிப்படையாகக் கொண்டிருந்தன.
- புதிய தடுப்புமருந்துகளின் உருவாக்கத்தை இலகுவாக்கும் வகையில் விஞ்ஞானம் மற்றும் தொழில்நுட்பத்தில் ஏற்பட்ட மேம்பட்ட முன்னேற்றம்; COVID-19 வைரஸ் கண்டறியப்பட்டவுடன் வைரஸ் பரம்பரையலகுகளின் ஒழுங்கமைப்பும் கண்டறியப்பட்டதால், விஞ்ஞானிகளால் வெவ்வேறு வகையான தடுப்புமருந்து மாதிரிகளை விரைவாக உருவாக்கவும் மருத்துவரீதியான பரிசோதனைகளை ஆரம்பிக்கவும் கூடியதாக இருந்தது.
- தாராளமான நிதியுதவி, உருவாக்கப்படும் தடுப்புமருந்துகளை மிக விரைவாகப் பரிசோதிப்பதற்கும், அவற்றின் பாதுகாப்பையும் செயல்திறனையும் நிரூபிப்பதற்கும் தேவையான பெருமளவிலான மருத்துவப் பரிசோதனைகளுடன் விஞ்ஞானிகள், ஆரோக்கிய நிபுணர்கள், ஆய்வாளர்கள், தொழில்நிறுவனங்கள் மற்றும் அரசாங்கங்கள் இடையேயான வலுவான சர்வதேசக் கூட்டிணைப்பு

**COVID-19 தடுப்புமருந்துகள் வயதுமுதிர்ந்தவர்களில் வினைத்திறனாகச் செயற்படுமா?**

Pfizer-BioNTech, Moderna மற்றும் Johnson & Johnson தடுப்புமருந்துகள் தொடர்பான பரிசோதனைகள், அந்த COVID-19 தடுப்புமருந்துகள் வயது முதிர்ந்தவர்களுக்குப் பாதுகாப்பானவை மற்றும் பயனுள்ளவை என்பதை உறுதிப்படுத்துவதற்காக அவற்றின் ஆரம்பகாலத் தடுப்புமருந்துப் பரிசோதனைகளின்போது போதுமான வயதுமுதிர்ந்தவர்களைச் சேர்த்திருந்தன.

AstraZeneca தடுப்புமருந்து தொடர்பான ஆரம்பப் பரிசோதனைகள், வயதுவந்தவர்களில் அவற்றின் செயல்திறனை தெளிவாக நிலைநாட்டுவதற்குத் தேவையான அளவு வயதுவந்தவர்களை ஆரம்பத்தில் சேர்த்திருந்திருக்கவில்லை என்றாலும்கூட, ஐக்கிய அமெரிக்காவைத் தளமாகக் கொண்ட பரிசோதனைகளுக்குப் பின்பான தரவுகளும், ஐக்கிய ராச்சியத்தில் உள்ள மில்லியன் கணக்கான வயதானவர்களில் அதன் பயன்பாட்டிலிருந்து கிடைத்த நிஜச் சான்றுகளும் இந்த COVID-19 தடுப்புமருந்து வயதுமுதிர்ந்தவர்களுக்கும் பாதுகாப்பானது மற்றும் வினைத்திறனானது என்பதை உறுதிப்படுத்துவதற்கு உதவியிருக்கின்றன.

COVID-19 நோயை மக்களில் தடுக்கும், Pfizer-BioNTech, Moderna, AstraZeneca மற்றும் Johnson & Johnson தடுப்புமருந்துகளின் ஆய்வகத்தில் உறுதிப்படுத்தப்பட்ட, ஒட்டுமொத்தச் செயல்திறன்கள் வித்தியாசமானதாக இருந்தபோதிலும், இந்தத் தடுப்புமருந்துகளின் செயல்திறனை மதிப்பிடும் மருத்துவப் பரிசோதனைகளின்போது, முழுமையாகத் தடுப்புமருந்தைப் பெற்றுக்கொண்டவர்கள் மருத்துவமனையில் அனுமதிக்கப்படுவதையும் இறப்பதையும் தடுக்கும் அவற்றின் செயல்திறன் 100% வினைத்திறனாக இருந்தமை கண்டறியப்பட்டுள்ளது

**தடுப்புமருந்துகளுக்கு இடையிலுள்ள வித்தியாசமான செயல்திறன் வீதங்களை ஒப்பிடுவது பரிந்து-**

ரைக்கப்படவில்லை, ஏனென்றால் ஒவ்வொரு பரிசோதனையிலும் செயல்திறன் முனைப்புள்ளிகள் சற்று வித்தியாசமானவையாக இருந்தன - எனவே அவற்றை ஒன்றுடன் ஒன்று ஒப்பிட முடியாது. அத்துடன், வெவ்வேறு வகையான COVID-19 தடுப்புமருந்துகள் தொடர்பான மருத்துவப் பரிசோதனைகள் வெவ்வேறு நாடுகளில் தொற்றுநோய்ப் பரவலின் அளவு வித்தியாசமாக இருந்த நேரங்களில் நிகழ்ந்திருக்கின்றன. அத்துடன், இந்தப் பரிசோதனைகளின்போது COVID-19 பரவும் அளவு மற்றும் திரிபுகளின் அளவு, வகை என்பனவும் செயல்திறனில் தாக்கத்தை ஏற்படுத்தியிருக்கக்கூடும். தடுப்புமருந்துகள் யாவும் COVID-19 தொடர்பான பாரதூரமான நோய், மருத்துவமனை அனுமதி மற்றும் இறப்புகளைத் தடுப்பதில் மிகவும் வினைத்திறனானவை என்பதே நினைவில் வைத்திருக்க வேண்டிய முக்கியமான விடயமாகும்.

இந்தத் தடுப்புமருந்துகளைப் பெற்றுக்கொள்பவர்கள், தொற்றுநோயை மற்றவர்களுக்குப் பரப்பும் வாய்ப்பு குறிப்பிடத்தக்களவில் மிகவும் குறைவாக இருக்குமென்று புதிய சான்றுகள் தற்போது வலுவாகக் கூறினாலும்கூட, தடுப்புமருந்தைப் பெற்றுக்கொள்வது, தொற்றைக் கடத்தும் ஆபத்தைக் குறைப்பதில் அல்லது வைரசை இன்னொருவருக்குக் கடத்துவதில் எவ்வளவு தூரம் வினைத்திறனானதாக இருக்கும் என்பது எங்களுக்கு இன்னும் தெரியவில்லை. தடுப்புமருந்துகள் தொற்றைக் கடத்தும் அபாயத்தை குறைக்கின்றன எனினும், அவற்றை அவை நீக்குகின்றது என்று எங்களால் இன்னும் சொல்லமுடியவில்லை. எனவே, COVID-19 தொற்றுக்கள் குறையும் வரைக்கும் மற்றும் பெரும்பாலான கனேடியர்கள் தடுப்புமருந்துகளைப் பெற்றுக்கொள்ளும் வரைக்கும், COVID-19 பரவலைத் தடுப்பதற்கான ஏனைய முக்கிய பொதுச் சுகாதார நடவடிக்கைகளை நாங்கள் நிறுத்தக்கூடாது. பொதுவிடங்களில் முகக்கவசம் அணிந்துகொள்ளல், உடல்ரீதியாக விலகியிருத்தல், அடிக்கடி கைகளைக் கழுவுதல், சன நெரிசல்களைத் தவிர்த்துக் கொள்ளல் போன்றவை இப்போதும் முக்கியமான உத்திகளாக இருக்கின்றன.

**வயது முதிர்ந்தவர்களில் COVID-19 தடுப்புமருந்துகள் எவ்வகையான பக்கவிளைவுகளை உருவாக்குகின்றன?**

உடலின் நோயெதிர்ப்புத் தொகுதி வேலைசெய்ய ஆரம்பித்திருக்கிறது, அத்துடன் எதிர்காலத்தில் எப்போதாவது அந்த வைரசை எதிர்கொள்ள வேண்டியிருந்தால் அதை அடையாளம்காண்பதற்கும் போராடுவதற்கும் அது தயாராகிறது என்பதே தடுப்புமருந்துக்குப் பக்க விளைவுகள் ஏற்படுவதன் காரணமாகும்.

**COVID-19 தடுப்புமருந்துகளுடன் தொடர்புடைய பக்க விளைவுகள் பொதுவாகப் பாரதூரமற்றவை, அத்துடன் அவை வயதுமுதிர்ந்தவர்களில் வித்தியாசமானவையாக இருக்கமாட்டாது.**

ஏற்கனவே தடுப்புமருந்தைப் பெற்றுக்கொண்ட மில்லியன்கணக்கான வயதுமுதிர்ந்தவர்களிடையே தெளிவான ஒரு முறைமையைக் காட்டும் பாரதூரமான அல்லது எதிர்பாராத பாதகமான பக்கவிளைவுகள் எதுவும் ஏற்படவில்லை என்பது மிகவும் உறுதியளிப்பதாக இருக்கின்றது.

தடுப்புமருந்து செலுத்தப்பட்ட இடத்தில் வலி, தலையிடி, தசை உளைவு, சோர்வு, காய்ச்சல் அல்லது வயிற்றுப்போக்கு ஆகியவற்றைத் தடுப்புமருந்துகளின் பக்கவிளைவுகள் உள்ளடக்கலாம். இவை ஒன்று அல்லது இரண்டு நாட்களுக்கு அல்லது அரிதாக ஒரு சில நாட்களுக்கு மேல் நீடிக்கலாம். பக்க விளைவுகள் இரண்டு நாட்களுக்கு மேல் நீடித்தால், உங்களின் மருத்துவரைத் தொடர்புகொள்ளுங்கள்.

தடுப்புமருந்தின் பக்க விளைவுகள் பொதுவாக உங்களின் நோயெதிர்ப்புத் தொகுதி என்ன செய்யவேண்டுமோ அதைச் செய்கிறது என்பதைக் காட்டும் ஒரு அறிகுறியாகும்: எதற்கு எதற்கு எதிரான தடுப்புமருந்து உங்களுக்கு வழங்கப்பட்டதோ அதிலிருந்து உங்களைப் பாதுகாப்பதற்கான நோயெதிர்ப்புச் சக்தியை உருவாக்குவதுடன் உங்களின் உடல் அதைக் கட்டியெழுப்புகிறது.

**உண்மையில், வயதுமுதிர்ந்தவர்களின் நோயெதிர்ப்புத் தொகுதி இளையவர்களினதை விடப்**

பலவீனமானதாக இருப்பதால், மேற்கூறிய பக்க விளைவுகள் வயதுமுதிர்ந்தவர்களில் குறைந்த அளவிலேயே ஏற்படுவதாகத் தெரிகிறது, இருப்பினும் இந்த தடுப்புமருந்துகளால் இளையவர்களுக்குக் கிடைக்கும் அதேயளவு நோயெதிர்ப்புச் சக்தியையும் பாதுகாப்பையும் அவர்களும் பெற்றுக்கொள்கிறார்கள்.

மருந்தோ அல்லது உணவோ எதுவானாலும் உங்களுக்கு ஒவ்வாமை எதிர்த்தாக்கம் ஒன்று ஏற்படலாம். COVID-19 தடுப்புமருந்துகளில் உள்ள ஒரு பொருளுக்கு சிலருக்கு ஒவ்வாமை ஏற்படக்கூடிய வாய்ப்புள்ளது; ஆனால், இந்த ஒவ்வாமை எதிர்வினைகள் ஒப்பீட்டளவில் அரிதானவை என்பதை நினைவில் கொள்வது முக்கியமானது. EpiPen ஒன்றைக் காவவேண்டிய ஒவ்வாமை உள்ளடங்கலான பாரதூரமான ஒவ்வாமைகள் உங்களுக்கு இருந்தால், உங்களுக்கான ஆபத்தை மதிப்பிடுவதோடு தடுப்புமருந்தை எப்படிப் பாதுகாப்பாகப் பெற்றுக்கொள்ளலாம் என்பது பற்றிய மேலதிக தகவல்களை வழங்கக்கூடிய உங்களின் மருத்துவருடன் கலந்துரையாடுவது பரிந்துரைக்கப்படுகிறது.

**தடுப்புமருந்துக்குப் பின்னரான நோய்க்குறிகளைத் தடுப்பதற்காக acetaminophen (Tylenol என்றும் அழைக்கப்படும்) அல்லது அழற்சிக்கு எதிரான non-steroidal மருந்துகளை தடுப்புமருந்து பெற்றுக்கொள்வதற்கு முன் எடுக்கவேண்டுமா?**

தடுப்புமருந்தைப் பெற்றுக்கொள்வதற்கு முன் இந்த மருந்துகள் எடுக்கப்படும்போது, கோட்பாட்டளவில், அவை ஒரு நபரின் நோயெதிர்ப்பு எதிர்வினையைப் பலவீனப்படுத்தி தடுப்புமருந்துகளின் செயல்திறனைக் குறைக்கக்கூடும் குறைக்கக்கூடும் - அதனால் தடுப்புமருந்தைப் பெற்றுக்கொள்வதற்கு முன்பாக அவற்றை எடுப்பது பரிந்துரைக்கப்படவில்லை. இருப்பினும், தடுப்புமருந்தைப் பெற்றுக்கொண்ட பின்னர் பொதுவில் ஏற்படும் பக்கவிளைவுகளைக்



குறைப்பதில் அவை பயனுடையவையாக இருக்கும். வயதுமுதிர்ந்தவர்கள் acetaminophen (Tylenol) என்றும் அழைக்கப்படுகிறது) எடுத்துக்கொள்வது விரும்பத்தக்கது.

தொடர்பான பாதுகாப்பு மற்றும் அவற்றின் செயல்திறனைப் பற்றிய சமீபத்திய தகவல்கள் மற்றும் ஆலோசனைகள் பற்றிப் பேசுவது எப்போதும் சிறப்பானது.

**நோயெதிர்ப்புச் சக்தி பாதிக்கப்பட்டிருக்கும் வயதுமுதிர்ந்தவர்கள் COVID-19 தடுப்பும்ருந்து பெற்றுக்கொள்வது பாதுகாப்பானதா?**

**நோயெதிர்ப்புச் சக்தி பாதிக்கப்பட்டிருக்கும் நோயாளர்களுக்கு, அல்லது நோயெதிர்ப்புத் தொகுதி பலவீனப்பட்டிருப்பவர்களுக்கு, COVID-19 ஆல் பாரதூரமாக நோய்வாய்ப்படும் மற்றும் இறக்கும் ஆபத்துக்கள் அதிகமாக இருக்கின்றன.**

புற்றுநோய், HIV என்பவற்றுடன் வாழும் மற்றும், அவயவ மாற்றுச்சிகிச்சை பெற்ற அல்லது சில மருத்துவ நிலைமைகளுக்கான சிகிச்சையாக சில நோய்த்தொற்றுகளுக்கு எதிராகப் போராடும் உடல்திறனைக் குறைக்கின்ற immunosuppressants ஆன steroids அல்லது வேறுவகையான மருந்துகளை எடுத்துக்கொள்கின்ற வயதுமுதிர்ந்தவர்களை இது உள்ளடக்கலாம். COVID-19 ஆல் பாரதூரமாக நோய்வாய்ப்படும் அல்லது இறக்கும் ஆபத்து இவர்களுக்கு அதிகமாக இருப்பதால், உயிருக்கெதிரான நிலை எதுவுமே இல்லையென்றால் மட்டுமே, COVID-19 தடுப்பும்ருந்துகளை நோயெதிர்ப்புச் சக்தி பாதிக்கப்பட்டிருப்பவர்கள் பெற்றுக்கொள்ள வேண்டும். தற்போது அங்கீகரிக்கப்பட்டிருக்கும் தடுப்பும்ருந்துகள் எதிலும் உயிருள்ள வைரஸ் இல்லை என்பதால், தடுப்பும்ருந்தைப் பெற்றுக்கொள்ளும்போது வைரசு தொற்றும் ஆபத்து எதிலும் இருக்கமாட்டாது.

ஒட்டுமொத்தமாகப் பார்த்தால், நன்கு கட்டுப்படுத்தப்பட்ட நோயெதிர்ப்பு ஒழுங்கீனங்கள் உள்ள வயதுமுதிர்ந்த கனேடியர்களில், எப்போதுமே COVID-19 தடுப்பும்ருந்துகளின் நேர்மறையான நன்மைகள் ஆபத்துகளையும் விட அதிகமாக இருக்கின்றன என்பதை மருத்துவ நிபுணர்கள் வலியுறுத்துகின்றனர், அத்துடன் நோய்த்தடுப்புப் பரிந்துரைக்கப்படுகிறது. மேலும், உங்களின் ஒட்டுமொத்த மருத்துவ நிலைமையை நன்கறிந்த உங்களின் மருத்துவரிடம் இந்த தடுப்பும்ருந்துகள்

**AstraZeneca COVID-19 தடுப்பும்ருந்து எப்படிப்பட்டது? வயதுமுதிர்ந்த கனேடியர்களுக்கு இது ஒரு நல்ல தெரிவாக இருக்குமா?**

Oxford University உடன் இணைந்து AstraZeneca உருவாக்கிய COVID-19 தடுப்பும்ருந்தினைக் கனடாவில் பயன்படுத்தல் 2021 ஆம் ஆண்டின் தொடக்கத்தில் அங்கீகரிக்கப்பட்டிருந்தது. வயதுமுதிர்ந்தவர்களில் இது வினைத்திறனானதா என்பதைத் தீர்மானிப்பதற்குப் போதுமான சான்றுகள் அந்த நேரத்தில் இல்லாமலிருந்தமையால் வயதுமுதிர்ந்தவர்களில் இந்தத் தடுப்பும்ருந்தினைப் பயன்படுத்துவதை Canada's National Advisory Committee on Immunization (நோய்த்தடுப்புத் தொடர்பான கனடாவின் தேசிய ஆலோசனைக் குழு - NACI) ஆரம்பத்தில் பரிந்துரைத்திருக்கவில்லை. ஐக்கிய அமெரிக்காவிலிருந்து வெளிவரும் மருத்துவப் பரிசோதனைத் தரவுகள் மற்றும் வயதானவர்களில் அதன் செயல்திறனை ஆதரிக்கும் வலுவான நிஜச் சான்றுகள், இந்த வயதினரிடையே மேலதிக பாதுகாப்புக் கரிசனைகள் எதுவும் இருக்காமை என்பன, வயதுமுதிர்ந்த கனேடியர்களில் அதன் பயன்பாட்டை மார்ச் 15, 2021 அன்று NACI பரிந்துரைப்பதற்குக் காரணமாக இருந்தன. ஐரோப்பாவில் உள்ள ஏனைய பல நாடுகளும் இதேபோல் அவர்களின் அறிவுறுத்தல்களை மாற்றியிருக்கின்றன.

**AstraZeneca தடுப்பும்ருந்தைப் பெற்றுக்கொண்டவர்களில் இரத்த உறைவு ஏற்படுகின்றதென நான் கேள்விப்பட்டேன், அது உண்மையா?**

AstraZeneca தடுப்பும்ருந்து இரத்த உறைவுக்கு வழிவகுக்கும் என்று சில கரிசனைகள் ஆரம்பத்தில் இருந்தபோது, அது சரியானவென தீர்மானிப்பதற்காகப் பல ஐரோப்பிய நாடுகள் இந்தத் தடுப்பும்ருந்தின் பயன்பாட்டை இடைநிறுத்தி வைத்திருந்தன. AstraZeneca தடுப்பும்ருந்துக்கும் இரத்த உறைவு ஒழுங்கீனத்தின் ஒட்டுமொத்த அதிகரிப்புக்கும் தொடர்பெதுவும் இல்லையென European

Medicines Agency (EMA) மார்ச் 18, 2021

அன்று தீர்மானித்தது. ஐக்கிய ராச்சியம் மற்றும் ஐரோப்பா முழுவதும் AstraZeneca தடுப்பூசியைப் பெற்றுக்கொண்ட கிட்டத்தட்ட 20 மில்லியன்கணக்கான மக்களில், மிகக் குறைவானவர்களிலேயே இந்த அசாதாரணமான இரத்த உறைவு ஏற்பட்டிருந்ததை EMA கவனித்தது. அந்த இரத்த உறைவுக்கும் குறைந்தளவிலான குருதிச்சிறுதட்டுக்களுக்கும் (இரத்தம் உறைவதற்கு உதவும் கூறுகள்) தொடர்பிருந்தது, அத்துடன் இது பொதுவாக 55 வயதிற்குட்பட்ட பெண்களிலேயே ஏற்பட்டிருந்தது. ஒட்டுமொத்தமாகப் பார்க்கும்போது, COVID-19 மிகவும் பாரதூரமானதாகவும், அதிகம் பரவலானதாகவும் இருப்பதால், அதைத் தடுப்பதில் AstraZeneca இன் பயன்கள் அதன் பக்கவிளைவுகளால் ஏற்படக்கூடிய அபாயங்களைவிட, குறிப்பாக வயதுமுதிர்ந்தவர்களிடையே மிகவும் அதிகமானதென EMA முடிவெடுத்தது.

மிக அரிதாக ஏற்படக்கூடிய பாரதூரமான பாதக விளைவுகள் ஏதாவது உள்ளனவா என்பதை அங்கீகரிப்புக்குப் பின்னர் தொடர்ந்து கண்காணிக்க வேண்டியதன் அவசியத்தை இந்த நிலைமை எடுத்துக்காட்டுகிறது. மிகவும் அரிதான பக்க விளைவுகளைக்கூட முழுமையாக ஆராய்வதை உறுதிசெய்யும் வலுவான வழிமுறைகள் எங்களிடம் உள்ளன என்பதை இந்தச் சம்பவம் எங்களுக்குக் கூறுகிறது.

**தடுப்பூசியைப் பெற்றுக்கொண்ட பின்னர் வயதுமுதிர்ந்தவர்கள் இறந்துபோகின்றனர் என்று நான் கேள்விப்பட்டேன், அது உண்மையா?**

தடுப்பூசியைப் பெற்றுக்கொண்ட பின்னர் 23 வயதுமுதிர்ந்தவர்கள் நோர்வேயில் இறந்துபோனதாக வெளியான தகவல்கள் அந்த இறப்பு தடுப்பூசியினால் ஏற்பட்டதென நிரூபிக்கவில்லை. “பலவீனமான, முதிய நபர்களின் இறப்புகளில் எதிர்பாராத அதிகரிப்போ அல்லது அசாதாரணமான பாதக விளைவுகளோ தடுப்பூசியைப் பெற்றுக்கொண்டதைத் தொடர்ந்து” ஏற்படவில்லை என்பதை உலக சுகாதார நிறுவனம் கண்டறிந்துள்ளது.

COVID-19 தடுப்பூசியைப் பெற்றபின்னர் (அல்லது அதனால் ஏற்பட்ட) எதிர்பாராத மரணங்கள் அல்லது வழமைக்கு மாறான பாதகமான நிகழ்வுகள் ஏற்பட்டன என்பதை உறுதிசெய்யும் அறிக்கைகள் எதுவுமே இல்லாமல், ஐக்கிய அமெரிக்க நாடுகள், ஐக்கிய ராச்சியம், இஸ்ரேல் ஆகிய நாடுகளில் உள்ள பெரும்பான்மையான முதியோர்கள் தற்போது தடுப்பூசியைப் பெற்றிருக்கின்றனர்.

**நீண்டகாலப் பராமரிப்பு இல்லங்களில் அல்லது சமூகங்களில் வசிக்கும் வயதுமுதிர்ந்த கனேடியர்களுக்கு, எப்போதுமே, COVID-19 தடுப்பூசியை நேர்மறையான நன்மைகள் ஆபத்துகளையும் விட அதிகமாக இருப்பதை மருத்துவ வல்லுநர்கள் தொடர்ந்து வலியுறுத்துகின்றனர், அத்துடன் நோய்த்தடுப்பு பரிந்துரைக்கப்படுகிறது.**

**மறதிநோயுடன் வாழும் வயதுமுதிர்ந்தவர்கள் COVID-19 தடுப்பூசியைப் பெற்றுக்கொள்வது பாதுகாப்பானதா மற்றும் அது பரிந்துரைக்கப்படுகின்றதா?**

வயதுதான், மறதிநோய் இருப்பதற்கான மிகப்பெரிய ஆபத்துக் காரணியாக இருக்கிறது. அத்துடன், கனடாவின் புள்ளிவிபரத் திணைக்களத்தின் கூற்றுப்படி, COVID-19 ஆல் இறந்த கனேடியர்களில் கிட்டத்தட்ட மூன்றில் ஒரு பகுதியினர் Alzheimer's நோய் அல்லது வேறுவகையான மறதிநோயுடன் வாழ்ந்திருக்கின்றனர்.



மறதிநோயுடன் வாழ்பவர்களில் பெரும்பாலானோர் குறைந்தது நீண்டகாலம் நிலைத்திருக்கும் நிலைமைகளில் ஒன்றையாவது நிலைமையாவது கொண்டிருக்கின்றனர், அத்துடன் மறதிநோய் இல்லாதவர்களுடன் ஒப்பிடுகையில், குறிப்பாக வெள்ளையர் அல்லாதவர்களில், COVID-19 தொற்றுக்குட்படும், பாரதூரமாக நோய்வாய்ப்படும் மற்றும் இறக்கும் ஆபத்துகள் அதிகம் இருப்பதாகக் காட்டப்பட்டிருக்கிறது.

உடல்ரீதியாக விலகியிருத்தல் மற்றும் ஏனையோரின் முன்னிலையில் முகக்கவசம் அணிதல் போன்ற பரிந்துரைக்கப்பட்டிருக்கும் பொதுச் சுகாதார நடவடிக்கைகளை நினைவில் வைத்துக்கொள்வதில் மற்றும் விளங்கிக்கொள்வதில் சிக்கல் இருப்பதற்கான வாய்ப்புக்கள் மறதிநோயுடன் வாழ்பவர்களுக்கு அதிகமாக இருப்பதால், அது அவர்களில் COVID-19 நோய்த்தொற்று ஏற்படுவதற்கான அபாயத்தைக் கணிசமாக அளவில் அதிகரிக்கின்றது. இதனால்தான் கனடாவின் பொதுச் சுகாதார நிறுவனம், கனடாவின் மருத்துவ மற்றும் செவிலியர் சங்கங்கள் மற்றும் [Alzheimer Society of Canada](#) ஆகியவை, தடுப்புமருந்தைப் பெற்றுக்கொள்ளக்கூடிய, மறதிநோயுடன் வாழ்பவர்கள் உள்ளடங்கலான வயதுமுதிர்ந்த கனேடியர்கள் அனைவரையும் தடுப்புமருந்தைப் பெற்றுக்கொள்ளும்படி பரிந்துரைக்கின்றன.

கையில் வலி, தலையிடி, தசை உளைவு, சோர்வு, காய்ச்சல் அல்லது வயிற்றுப்போக்கு போன்ற COVID-19 தடுப்புமருந்துகளுடன் தொடர்புடைய சில வரையறுக்கப்பட்ட பக்க விளைவுகள் தொடர்பாக சில கரிசனைகள் காணப்படுகின்றன. ஒரு நாள் அல்லது இரண்டு நாட்கள் நீடித்திருக்கக்கூடிய இந்தப் பக்க விளைவுகள் அதிகரித்த குழப்பங்களை மறதிநோயுடன் வாழ்பவர்களில் ஏற்படுத்தக்கூடும், எனினும் தடுப்புமருந்துக்குப் பின்பான இந்தப் பக்க விளைவுகளைப் பொதுவாக acetaminophen அல்லது பிற சிகிச்சைகள் மூலம் நன்கு கையாள முடியும். மறதிநோயுடன் வாழும் உலகெங்கிலும் உள்ள மில்லியன்கணக்கான வயதுமுதிர்ந்தவர்கள் தற்போது தங்களின் COVID-19 தடுப்புமருந்துகளைப் பாதுகாப்பாகப் பெற்றுள்ளனர், அத்துடன், எப்போதுமே COVID-19 தடுப்புமருந்துகளின் நேர்மறையான நன்மைகள் ஆபத்துகளையும் விட அதிகமாக இருக்கின்றன என்பதை மருத்துவ நிபுணர்கள் தொடர்ந்து வலியுறுத்துகின்றனர், அத்துடன் முக்கியமாக மறதிநோயுடன் வாழ்பவர்களுக்கு நோய்த்தடுப்புப் பரிந்துரைக்கப்படுகிறது.

நான் ஒரு வயதுமுதிர்ந்தவர், ஏற்கனவே COVID-19 நோய் எனக்கு வந்திருக்கிறது, நான் தடுப்புமருந்தைப் பெற்றுக்கொள்ள வேண்டுமா?

COVID-19 தொற்று உங்களுக்கு ஏற்கனவே ஏற்பட்டிருந்தாலும்கூட, மீண்டும் தொற்று ஏற்படுவதற்கான வாய்ப்பிருப்பதால் தடுப்புமருந்தைப் பெற்றுக்கொள்வது உங்களுக்குப் பயனளிக்கும்.

நோய்த்தொற்று ஏற்பட்ட ஒருவர் மீளவும் COVID-19 தொற்றுக்குட்படாமல் எவ்வளவு காலம் பாதுகாக்கப்படுவார் என்பதை கூறுவதற்குப் போதுமான தகவல்கள் தற்போது இல்லை, ஆனால், சில மாதங்களுக்குப் பின்னர் இயற்கையான நோயெதிர்ப்புச் சக்தி நீடிக்காது என ஆரம்பகாலச் சான்றுகள் கூறுகின்றன. COVID-19 இலிருந்து மீண்டவர்களுக்கு மீளவும் தொற்று ஏற்படுவது முதல் 90 நாட்களுக்குள் அரிதாகவே இருப்பது கண்டறியப்பட்டிருப்பதால், அவ்வளவு காலத்துக்குத் தடுப்புமருந்து பெற்றுக்கொள்வதைத் தள்ளிப்போடுவதற்குச் சிலர் விரும்பக்கூடும் - எதுவாயினும், நோய்த்தடுப்பை விரைவில் பெற்றுக்கொள்ள அவர்கள் விரும்பினால், அப்படிப் பெற்றுக்கொள்வதால் எந்தவிதமான உயிர் ஆபத்துக்களும் ஏற்படமாட்டாது.

COVID-19 தடுப்புமருந்துகள் உத்தரவாதம் உள்ள, நீண்ட காலம் நிலைத்திருக்கும் நோய்த்தடுப்பை வழங்குகின்றன என்று விஞ்ஞானிகள் நம்புகின்றனர், எனவே தடுப்புமருந்துகள் மூலமான நோயெதிர்ப்புச் சக்தி இயற்கையாக நிகழும் தொற்றிலிருந்து கிடைக்கும் நோயெதிர்ப்புச் சக்தியை விடச் சிறந்த பாதுகாப்பை COVID-19 க்கு எதிராக வழங்குகின்றது எனலாம்.

## தடுப்பும்ருந்தைப் பெற்றுக்கொள்வது என்பது COVID-19 நோய் எனக்கு வரும் எனப் பொருள்படுமா?

தற்போது கனேடியர்களுக்குக் கிடைக்கின்ற COVID-19 தடுப்பும்ருந்துகளால் உங்களில் COVID-19 நோயை ஏற்படுத்த முடியாது, அத்துடன் அவை ஏற்படுத்தவும் மாட்டாது. COVID-19 வைரசில் காணப்படும் புரதத்தை ஒத்திருக்கும் தீங்கற்ற spike protein எனும் புரதத்தின் ஒரு பகுதியை உங்களின் உடல் உருவாக்குவதற்கு உதவும் செய்முறை அட்டை ஒன்றை தடுப்பும்ருந்துகள் யாவும் கொண்டிருக்கின்றன. இந்தப் புரதம் உங்களின் உடல் வைரசை அடையாளம் கண்டுகொள்ளவும் அதனை எதிர்த்துப் போராடவும் உதவுகின்றது.

**COVID-19 தடுப்பும்ருந்து**  
**COVID-19 வைரசைக்**  
கொண்டிருக்கவில்லை, எனவே  
இந்தத் தடுப்பும்ருந்திலிருந்து  
**COVID-19 ஐ நீங்கள்**  
பெற்றுக்கொள்ள முடியாது.  
**COVID-19 தடுப்பும்ருந்துகளின்**  
முக்கிய பகுதியாக உள்ள  
செயற்கையான DNA மற்றும் mRNA  
என்பன உங்களின் உடலை  
அடைந்ததும் விரைவாக  
உடைந்துவிடும்.

மூக்குக்குழிக்குள் (நாசி) செய்யும் PCR பரிசோதனை ஒன்றை COVID-19 தடுப்பும்ருந்து நேர்மறையானதாக மாற்றாது. மூக்குக்குழி (நாசி) PCR பரிசோதனையில் உங்களுக்கு COVID-19 க்கு நேர்மறைப் பெறுபேறு கிடைத்திருந்தால், உங்களுக்கு COVID-19 தொற்று இருக்கின்றது, ஆனால் அது தடுப்பும்ருந்துடன் தொடர்பற்றது என்பது அதன் பொருளாகும்.

## தடுப்பும்ருந்தில் உள்ள பொருட்கள் அபாயம் விளைவிப்பன என நான் கேள்விப்பட்டேன், அது உண்மையா?

Pfizer-BioNTech, Moderna ஆகிய இரண்டு தடுப்பும்ருந்துகளும் mRNA உடன் கொழுப்பு (mRNAஐப் பாதுகாப்பது), உப்புக்கள்.

சிறிதளவு வெல்லம் போன்ற பொதுவான தடுப்பும்ருந்துகளில் உள்ள பொருள்களைக் கொண்டுள்ளன. AstraZeneca மற்றும் Johnson & Johnson தடுப்பும்ருந்துகள் DNA உடன் mRNA தடுப்பும்ருந்துகளில் இருப்பதைப் போன்ற பொதுவான தடுப்பும்ருந்துகளிலுள்ள அதே பொருள்களைக் கொண்டுள்ளன.

அங்கீகரிக்கப்பட்ட இந்த COVID-19 தடுப்பும்ருந்துகள் எதுவும் மாடு அல்லது பன்றி இறைச்சித் தயாரிப்புக்களைப் பயன்படுத்தி உருவாக்கப்படவில்லை. Pfizer-BioNTech மற்றும் Moderna தடுப்பும்ருந்துகள் முளையக்கல மேலணியைப் பயன்படுத்தி உருவாக்கப்படவில்லை, ஆனால், ஏனைய தடுப்பும்ருந்துகளைப் போலவே AstraZeneca மற்றும் Johnson & Johnson தடுப்பும்ருந்துகளுக்கு அவை பயன்படுத்தப்பட்டிருக்கின்றன. தடுப்பும்ருந்துகள் எதுவும் முளைய இழையங்களையோ அல்லது கலங்களையோ கொண்டிருக்கவில்லை என்பதைக் கவனித்தல் முக்கியமாகும். தற்போது அங்கீகரிக்கப்பட்டிருக்கும் தடுப்பும்ருந்துகள், latex, பால், லற்றோசு, gluten, முட்டை, maize/ சோளம் அல்லது peanuts (நிலக்கடலை) போன்ற பொதுவான ஒவ்வாமைப் பொருள்களைக் கொண்டிருக்கவில்லை, அத்துடன் உள்வைப்புகள், microchips அல்லது கண்காணிப்புச் சாதனங்கள் போன்ற எந்தவொரு பொருளையும் அவை கொண்டிருக்கவில்லை

**புதியதாக உருவாகிக் கொண்டிருக்கும் வைரஸ் திரிபுகளுக்கு எதிரான பாதுகாப்பையும் COVID-19 தடுப்புமருந்து வழங்குமா?**

இரண்டு வகையான COVID-19 வைரஸ் திரிபுகள் UK மற்றும் தென்னாபிரிக்காவில் கண்டறியப்பட்டிருந்தன. முதலில் UK இல் கண்டுபிடிக்கப்பட்டிருந்த திரிபு வைரசின் spike protein எங்களின் கலங்களின் ஏற்பிகளுடன் சிறப்பாக இணையக்கூடிய தன்மையில் மேம்பட்டதாக இருந்தது, அதன் ஓட்டும் தன்மை அதிகரித்ததால், 50% அதிகமாக அது பரவக்கூடியதாக இருந்தது. தென்னாபிரிக்காவில் கண்டறியப்பட்ட திரிபு ஓட்டும் தன்மையுடையதாக மட்டுமன்றி அதன் தோற்றத்தை மறைக்கும் விகாரமொன்றையும் கொண்டிருந்தது, அதனால் நோயெதிர்ப்பு எதிர்வினையைக் கடந்துசெல்லக்கூடியதாக அது இருந்தது.

**Pfizer-BioNTech, Moderna, AstraZeneca மற்றும் Johnson & Johnson உருவாக்கிய COVID-19 தடுப்புமருந்துகள் முதலில் ஐக்கிய ராச்சியத்தில் கண்டறியப்பட்டிருந்த திரிபுக்கு எதிரான செயல்திறன் உள்ளனவாக இருந்தன, அத்துடன் முதலில் தென்னாபிரிக்காவில் கண்டறியப்பட்டிருந்த திரிபுக்கு எதிரான செயல்திறனின் மிதமான குறைவு மட்டுமே Pfizer-BioNTech, Moderna, மற்றும் Johnson & Johnson தடுப்புமருந்துகளில் காணப்பட்டது.**

Pfizer-BioNTech மற்றும் Moderna தடுப்புமருந்து வழங்கலில் மேலதிகமான அளவைச் சேர்ப்பது குறித்து ஆலோசித்து வருவதாக அவை அறிவித்திருக்கின்றன. இருப்பினும், COVID-19 தடுப்புமருந்தை உங்களால் பெறமுடியுமாக உள்ளபோது நீங்கள் அவ்வாறு செய்வதே பரிந்துரைக்கப்படுகிறது.

**நான் சமூகத்தில் வாழும் ஒரு வயதுமுதிர்ந்தவர், நான் எப்போது தடுப்புமருந்தைப் பெற்றுக்கொள்ளலாம்?**

கனடா அரசு மற்றும் அதன் மாகாணங்கள் மற்றும் பிரதேசங்களின் அறிக்கைப்படி, வயதுமுதிர்ந்த கனேடியர்கள் மார்ச் அளவில் தடுப்புமருந்தைப் பெறத்தொடங்குவார்கள், ஏனைய வளர்ந்தோர் யாவரும் ஜூன் 2021 அளவில் அவர்கள் பெற்றுக்கொள்ளவேண்டிய தடுப்புமருந்தின் முதல் அளவைப் (dose) பெற்றுக்கொள்வார்கள் என எதிர்பார்க்கப்படுகின்றது. உங்களின் பகுதியில் தடுப்புமருந்துகள் எப்போது கிடைக்கும் என்பது பற்றிய இற்றைப்படுத்தப்பட்ட தகவல்களை அறிவதற்கு அரசாங்க வலைத்தளங்களைத் தொடர்ந்து பார்வையிடுங்கள் அத்துடன் செய்திகளைக் கேளுங்கள்.

**தடுப்புமருந்து பெற்றுக்கொள்ள விரும்பாத வயதுமுதிர்ந்த ஒருவரை நான் பராமரிக்கிறேன், அது பாதுகாப்பானது என்று எவ்வாறு அவரை நான் நம்பவைக்கலாம்?**

வயதுமுதிர்ந்தவர்களுக்கான COVID-19 Q & A போன்ற ஒன்றை அல்லது குறிப்பாக வயதுமுதிர்ந்தவர்களுடன் தொடர்பான கேள்விகளுக்குப் பதிலளிக்கும் கீழேயுள்ள இணைப்புகள் எதையாவது நீங்கள் காண்பிக்கலாம்.

**COVID-19 ஒரு பாரதூரமான நோய் என்பதையும், கனடாவில் 95% க்கும் மேற்பட்ட COVID-19 இறப்புகள் 60 வயதான மற்றும் அதற்கு மேற்பட்ட வயதான கனேடியர்களிடையே இருந்தன என்பதையும் உங்களுடன் தொடர்பான வயதுமுதிர்ந்தவர்களுக்கு வலியுறுத்துங்கள். வயதுமுதிர்ந்தவர்கள் COVID-19 தடுப்புமருந்தைப்**

பற்றி எச்சரிக்கையாக இருக்கக்கூடும் என்பது விளங்கிக்கொள்ளத்தக்கது, ஆனால், COVID-19 ஆல் இறக்கும் அபாயத்தை விட தடுப்புமருந்தைப் பெற்றுக்கொள்வதுடன் தொடர்பான பக்கவிளைவுகளால் உருவாகும் சாத்தியமான ஆபத்துகள் எவ்வளவோ பரவாயில்லை என்ற உண்மைகளை அறிந்துகொள்வது, அதுவும் குறிப்பாக உலகெங்கிலும் உள்ள மில்லியன்கணக்கான வயதுமுதிர்ந்தவர்கள் இதுவரை COVID-19 தடுப்புசியைப் பாதுகாப்பாகப் பெற்றிருக்கிறார்கள் என்பது நம்பிக்கையை அளிக்கவேண்டும்.

**நான் இனமயமாக்கப்பட்ட சமூகத்தின் ஒரு உறுப்பினர், COVID-19 தடுப்புமருந்தைப் பெற்றுக்கொள்வதற்கு எனக்குத் தயக்கமாக உள்ளது, எனக்கு இது பாதுகாப்பானது என்பதை நான் எப்படி அறிந்துகொள்ளலாம்?**

கனேடிய ஆரோக்கியப் பராமரிப்பு அமைப்பின் அமைப்புமுறையான இனத்துவம் மற்றும் அதன் மீதான வரலாற்றுரீதியான அவநம்பிக்கை காரணமாக இனமயமாக்கப்பட்ட தனிநபர்கள், குறிப்பாக கறுப்பின மற்றும் ஆதிக்குடிக் கனேடியர்கள் தடுப்புமருந்தைப் பெற்றுக்கொள்ளத் தயங்குவது விளங்கிக்கொள்ளத்தக்கது. இருப்பினும், சமூக, பொருளாதார மற்றும் சுகாதார ஏற்றத்தாழ்வுகள் காரணமாக வெள்ளையர் அல்லாத கனேடியர்கள் COVID-19 ஆல் விகிதாசாரத்துக்கு முரணான வகையில் பாதிக்கப்பட்டிருப்பதால், தடுப்புமருந்தைப் பெற்றுக்கொள்ளல், இந்த வைரசிலிருந்து மிகப் பெரிய அளவிலான பாதுகாப்பை அவர்களுக்கு வழங்கமுடியும்.

அத்துடன், வயது, குலம், இனம் மற்றும் பாலினரீதியான சனத்தொகைப்பரம்பல் ஆகியவற்றில் அவர்களின் தடுப்புமருந்துகளின் செயல்திறன் மாறிலியாக இருக்கின்றதென Pfizer-BioNTech, Moderna, AstraZeneca மற்றும் Johnson & Johnson அறிவித்துள்ளனர்.

**இப்போது தடுப்புமருந்துகள் கொடுக்கப்படுகின்றன, இயல்பான வாழ்க்கைக்கு எப்போது நாங்கள் திரும்பிச் செல்லமுடியும்?**

எதிர்வுகூறக்கூடிய எதிர்காலத்திலும் நாங்கள் அனைவரும் தொடர்ந்தும் பொதுவிடங்களில் முகக்கவசங்களை அணியவேண்டும், மற்றவர்களிடமிருந்து உடலரீதியாக விலகியிருக்க வேண்டும் அத்துடன் முடிந்தவரையில் வீட்டில் இருக்க வேண்டும். கனடாவில் COVID-19 ஐக் கட்டுப்பாட்டுக்குள் கொண்டுவருவதற்குக் காலம் எடுக்கும். COVID-19 தடுப்புமருந்தைப் பெற்றுக்கொள்ள விரும்பும் கனேடியர்கள் அனைவரும் செப்டம்பர் 2021க்குள் ஒன்றைப் பெற்றுக்கொள்வர் என்று கனேடிய அரசாங்கம் தற்போது எதிர்பார்க்கிறது.

அந்த நேரத்தில், 80% க்கும் அதிகமான கனேடியர்கள் தடுப்புமருந்தைப் பெற்றிருந்தால் - ஒரு 'herd immunity' பெரும்பாலான மக்கள் நோய்தடுப்புப் பெற்ற நிலையை அல்லது சமூகப் பாதுகாப்பை நாங்கள் அடைந்திருப்போம், அவை நாங்கள் இயல்பு நிலைக்குத் திரும்புவதற்கு உதவும்.



**நான் பெற்றுக்கொள்ள வேண்டிய வேறு ஏதாவது தடுப்புமருந்துகள் உள்ளனவா?**

நிச்சயமாக! கனடாவின் பொதுச் சுகாதார நிறுவனம், வயதுமுதிர்ந்த அனைவரும் தங்களுக்குப் பரிந்துரைக்கப்பட்டிருக்கும் தடுப்புமருந்துகள் அனைத்தையும் பற்றிய இற்றைப்படுத்தப்பட்ட தகவல்களை அறிந்திருக்கும்படி பரிந்துரைக்கிறது.

உதாரணத்துக்கு, வயதுமுதிர்ந்த அனைவரும் வருடாந்த சளிக்காய்ச்சல் (காய்ச்சல்) தடுப்புமருந்தை ஒவ்வொரு வருடத்தினதும் இலையுதிர்காலத்தில் பெற்றுக்கொள்ள வேண்டுமென்ப பரிந்துரைக்கப்படுகிறது. அத்துடன், pneumococcal நோய் (வயது முதிர்ந்தவர்களில் நிமோனியாவுக்கான பொதுவான காரணம்), herpes zoster (Shingles) ஏற்புவி, pertussis மற்றும் hepatitis A மற்றும் Bக்கு எதிரான தடுப்புமருந்துகளையும் அனைவரும் பெற்றுக்கொள்ள வேண்டும். நீங்கள் எந்தத் தடுப்புமருந்துக்கு தகுதியுடையவர் என்பதை உங்களின் முதன்மை ஆரோக்கியப் பராமரிப்பு வழங்குநர் அல்லது மருந்தாளரிடம் அறிதல் சிறப்பானது.



## மேலதிகமான பயனுள்ள ஆதாரவளங்கள்

- [World Health Organization - COVID-19 vaccines \(COVID-19 தடுப்புமருந்துகள்\)](#)
- [Public Health Agency of Canada – COVID-19 information and resources: reducing your risk for infection and spreading the virus \(COVID-19 தொடர்பான தகவல்கள் மற்றும் ஆதாரவளங்கள்: வைரசுத் தொற்றுதல் மற்றும் பரவல் தொடர்பான உங்களின் ஆபத்தைக் குறைத்தல்\)](#)
- [Public Health Agency of Canada - Canada's COVID-19 Immunization Plan: Saving Lives and Livelihoods \(கனடாவின் COVID-19 தடுப்புமருந்துத் திட்டம்: உயிர்களைக் காப்பாற்றல்\)](#)
- [Alzheimer Society of Canada – COVID-19 Vaccination Rollout \(COVID-19 தடுப்புமருந்து அறிமுகம்\)](#)
- [Thrombosis Canada Updated Statement on Astrazeneca Blood Clots \(தடுப்புமருந்து மற்றும் இரத்த உறைவு குறித்த இற்றைப்படுத்தப்பட்ட அறிக்கை\)](#)
- [Thrombosis Canada Guidance on Covid-19 Vaccines and Anticoagulation \(COVID-19 தடுப்புமருந்து மற்றும் இரத்த உறைவைத் தடுத்தல் வழிகாட்டி\)](#)
- [Government of Ontario - COVID-19 Vaccine Safety \(COVID-19 தடுப்புமருந்துப் பாதுகாப்பு\)](#)
- [Unambiguous Science](#)
- [Sinai Health – Ask an expert: Get to know the COVID-19 vaccines \(நிபுணரைக் கேளுங்கள்: COVID-19 தடுப்புமருந்து பற்றி அறியுங்கள்\)](#)
- [Johns Hopkins Medicine - COVID-19 Vaccines: Myth Versus Fact \(கட்டுக்கதைகளும் உண்மைகளும்\)](#)
- [CBC News - Physicians say COVID-19 vaccines both safe, protective for elderly Canadians. Here's what seniors need to know \(COVID-19 தடுப்புமருந்துகள் வயது முதிர்ந்த கனேடியர்களுக்கு பத்திரமானவை, பாதுகாப்பானவை என்று மருத்துவர்கள் கூறுகின்றனர். முதியவர்கள் தெரிந்து கொள்ள வேண்டியவை இதோ\)](#)
- [The Globe and Mail - Vaccine myths running rampant online among all age groups, Ontario doctors say \(இணையத்தில் பரவலாக எல்லா வயதினரிடமும் சேர்கின்ற தடுப்புமருந்து தொடர்பான கட்டுக்கதைகள், ஒன்ராறியோ மருத்துவர்கள் கூறுவது\)](#)

NIA பற்றி மேலும் அறிவதற்கு எங்களின்  
வலைத்தளத்தை

<https://www.nia-ryerson.ca/> இல்

பார்வையிடுங்கள், அத்துடன்

twitter இல் எங்களை @RyersonNIA

இல் பின்தொடருங்கள்

இந்த ஆவணத்தின் மொழிபெயர்ப்பு MCIS Language Solutions இன் பெருந்தன்மைமிக்க  
ஆதரவின் மூலம் சாத்தியமானது