

**EM CAVAN XWE
PIPÂRÊZIN.**



VAKSÎNLÊDANA KOVÎD-19

Zanyariyên giştî ser vaksînlêdana Kovîd-19 bi vaksîneke mRNA (Pfizer/BioNTech, Moderna)

Gelo vaksînlêdan bibandor û ewle ye?

Bikaranîna her vaksînê li Swîsê pêdivî bi destûr heye. Bo vê armancê, divê ew xwedana mercên bilind ên ewlebûn, bibandorbûn û kalîteyê be.

Dezgeha Swîsê bo Berhemên Dermanî, Swissmedic, vaskînên mRNA dijî Kovîd-19 bi başî test û erê kirine. Ew ewle û bibandor in. Çend deh hezar kesan di ceribandinan de vaksîn li xwe dane. Ew bo kesên temenmezî û bi nexweşiyên demdirêj jî ewle û bibandir in.

Ji wexta ku ev vaksîn erê bûne ve, sedan mîlyon kes bi van vaskînan derzî li xwe dane. Pispore hîn jî ser ewlebûn û bibandorbûna vaksînan çavdêriyê dikin. Divê bi zelalî sûdên vaksînê ji metirsiyên wê pirtir bin. Tenê wê demê ye ku ev vaksîn li Swîsê tewsiye dibe.

Li çawan dikarin derziyê li xwe bidim?

Hikûmeta federal stratejiyê derzîlêdanê û tewsiyeyên derzîlêdanê çêkiriye. Ji bo ku hûn bizanibin hûn li ku derê dikarin vaksîn lêden serdana malpera an infoline ya kantona xwe (www.bag-coronavirus.ch/kantone) bikin. Yan jî ji bijîşk, dermansaz yan dermanfiroşê xwe xwe bipirsîn.

Vaksînlêdan ji kê re tê pêşniyar kirin?

Em vaksînlêdana li dijî Covid 19 bi vaksîneke mRNA ji hemî kesên 12 salî û mezintir re pêşniyar dikin.

Ev pêşniyar bi taybetî ji bo mirovên jêrîn e:

- Kesên ku bi taybetî di xetera koronavîrûs de ne (kesên bi nexweşiyek kronîk¹, mirovên 65 salî û mezintir, û jinên ducan);
- Kesên ku di hawirdora taybet û pîşeyî de bi wan re di têkiliyek nêzik de ne.

Divê kî derziyê li xwe nedin?

Em li kesên jêrê tewsiye nakin vaksîna mRNA ya Kovîd-19 li xwe bidin:

- Kesên ku alerjiya wan a giran li her cure pêkhateya vaksînan, bi taybet polyethylene glycol (PEG), erê bûye.
- Zarok û nûciwanên jêrî 12 saletiyê. Heya vê gavê, ser derzîlêdana vî emr û temenî agahiyên têr û bes tunene.

Ji kerema xwe bizanin:

Gelo taya we zêde ye? Gelo hûn nexweş in û xwe nerihet hîs dikin? Eger wisan bin, wextê derzîlêdana xwe bi paş ve biavêjin. Gelo hûn li benda encama testa Kovîd-19 ne? Yan gelo hûn li rewşa cudabûnê yan kerentîneyê de ne? Eger wisan in, niha derziyê li xwe nedin. Di zûtirîn wextê de xwe vaksîn bikin.

Eger ez ducan bim an bixwazim ducan bibim, divê çi bikim?

Ma tu plan dikî ku ducan bibî? Eger wisa ye, di zûtirîn dem de vaksînê lêde. Ma tu niha ducan î û berî ku tu ducan bibi vaksînê lê nedaye? Eger wisa ye, em vaksînlêdanê piştî 12 hefteyên ducaniyê pêşniyar dikin (ku tê wateya ji meha sêyemîn a ducaniyê û pê de). Lê, vaksînlêdan di dema ducaniyê de zûtir jî gengaz e.

Eger tu ducan î an plan dikî ku ducan bibî û di derbarê vaksînlêdanê de pirsên te hene, bi pêşkêşvanê lênihêrîna tenduristiya xwe an mamananê xwe re bipeyive.

Vaksînlêdan çawan tê kirin?

Ew dê li fêza milê we derziyê lêdin.

Çend wext carekê pêwîst e derziyê li xwe bidim?

Bi gelemperî du caran derziyê li xwe didin. Hûn dikarin çar hefteyan piştî vaksîna yekem, derziyacaran duyem li xwe bidin.

Girîng e vêya bizanin:

Her du caran derziyê li xwe bidin. Tenê wê demê ye ku hûn dê heya ku mimkin, baş parastî bin.

Eger hûn berê bi awayê erêbûyî tûşî koronavayrusê bûbin, tenê pêwîst e bi vaksîna mRNA carekê derziyê li xwe bidin.

Vaksînlêdan çawan min diparêze?

Bedena xwe parastina dijî Kovîd-19 çêdike.

Ev piştî derzîlêdana cara duyem heya hefteyekî yan du hefteyan dikişîne. Xetereya ku hûn Covid-19 bigirin pir kêmtir dibe. Lê, piştî vaksînlêdanê hûn pir baş jî tûşbûna giran tene parastin. Metirsiya tûşbûna Kovîd-19 gelekî kêmtir dibe. Li gor zanebûna niha, vaksîna mRNA dijî cureyên vayrusên berê yê naskirî jî diparêze.

¹ Hûn dikarin lîsteya berfireh a nexweşiyên li vî beşê bibînin: *Categories of persons at high risk* (PDF, 205 kB).

EM CAVAN XWE PIPĂRÊZIN.



Girîng e em vêya bizanin: Tiştêkî bi navê parastina temam tune. Hin kes rege bi Kovîd-19 bikevin. Lê, bi lédana derziyê, şansê wan gelek e ku bi giranî nexweş nekevin.

Ji ber vê yekê, heke nîşanên we yê Kovîd-19 hene tavilê test bidin.

Hûn dikarin zanyariyên berfireh ser çawan bandordanîna vaksînê li vê malperê bibînin www.bag-coronavirus.ch/mrna

Vaksîn dê heya kingê min biparêze?

Pipsor niha lêkolînê dikin vaksîn dê heya kingê biparêze. Li gor encamên lêkolînên heyî, parastina li hember şeklê giranê nexweşiyê dibe ku herî kêr diwanzdeh mehan bidome. Niha tu nîşane tune ku piştî wê parastin ji qonaxên giran ên nexweşiyê kêr bibe. Lê, rege piştê derzîlêdanê din jî pêwîst be.

Gelo dibe ji ber vaksînê bi Kovîd-19 bikevim?

Na. Hûn dê ji ber vaksînê bi Kovîd-19 nekevin.

Di vaksînê de koronavayrus tune.

Eger ez berê bi koronavayrusê ketibim, gelo divê derziyê li xwe bidim?

Eger hûn berê tûşî koronavayrusê bûne, xwe vaksînkirin fikereke gelekî baş jî ye. Piştî tûşbûnê, hûn bi gelemperî ji bo demekê ji tûşbûna dubare tene parastin. Heya kengî, nayê zanîn. Lê, hin nîşan hene ku kesên vaksînekirî ji kesên saxbûyî çêtir li hember tûşbûnê tene parastin. Ji ber vê yekê em vaksînlêdanê pêşniyar dikin da ku hûn çêtir û ji bo demekê dirêjtir werin parastin. Cara duyem a derzîlêdanê dikare neyê kirin.

Rege bo kesên di ber metirsiya taybet de awarte hebin; ji bijîşkê xwe bipirsin.

Gelo tu dûhatên wê hene?

Her vaksînek dikare dûhatên xwe hebe. Ew bi gelemperî kêr heya mamawend in û zû diqedin. Gelekî kêr caran dûhatên wan giran in. Wek mînak, hema piştî lédana vaksîna mRNA dijî Kovîd-19 bertekeke giran a alerjîk di kesên de çêdibe. Di kesên pir kêr de, iltîhaba masûlka dil an perîkardiyumê di nav 14 rojan piştî vaksînlêdanê de hatiye dîtin, ku bi gelemperî sivik bûye û dikare baş were dermankirin. Niha, tê gotin ku dibe ku ew bi vaksînlêdanê ve girêdayî be. Lê, iltîhabên wusa di dema tûşbûnê bi koronavîrûs pir zêdetir ji piştî vaksînlêdanê çêdibin. Mirov dikare li bendê be di nava çend mehan de piştî derzîlêdanê dûhat hebin. Pispore jî nêzîk ve ser nîşaneyên ihtimalî çavdêriyê dikin.

Dûhatên ihtimalî çi ne?

- Dewsa derziyê ser milê we sor dibe, diêşe yan diwerime.
- Headache
- Zêde westîbûn

² *Ketina nava Swîsê (admin.ch)*

- Masûlke û êşa kirrîrokan
- Nîşaneyên giştî wekî sarbûn, hîs hebûna tayê yan hebûna taya sivik

Piştî lédana derziyê ev dûhat bi gelemperî rûdidin. Ew nîşan didin ku beden dijî nexweşiyê parastinê çêdike. Loma, ew di formeke nerm de, nîşaneyên baş jî ne.

Eger bertekeke alerjîk hebe, wek mînak zêde xwêdan, sorbûn, xurîn yan kêmbûna nefesê hema piştî lédana derziyê rûdidin. Nîşaneyên tîpîk ên myokardiyal êşa sîngê, bêhnçikîn û dilpepîn in. Eger ev nîşane di we de hebin, demildest bi bijîşkê xwe re pêwendiyê çêbikin.

Dûhat heya kingê dikişînin?

Dûhat bi gelemperî piştî çend rojan temam dibin. Gelo piştî hefteyekê hîn jî dûhatên we hene? Gelo ew xirabtir dibin? Yan gelo hûn negîran in?

Ege wisan bin, bi bijîşkê xwe yan pispore muqatebûna tenduristiyê re biaxivin.

Min derzî li xwe daye. Gelo ez dikarim kesên din bi koronavayrusê bixim?

Piştî vaksînlêdana temam, ihtîmala ku hûn ê tûşî koronavîrûs bibin gelekî kêr dibe, û her weha xetera veguheztinê jî kêr dibe. Lê, vaksînlêdan 100% parastinê çênake.

Ji kerema xwe bizanin: Şopandina rêzikên paqijî û reftarê û mercên lédana devpêçê li her dera pêwîst bidomînin.

Lê: Eger hûn bi temamî vaksîn bûne, rege hûn di hevdişînê taybet bi kesên din ên ku bi temamî vaksîn bûne de pêwîst neke dîr bin. Hûn dikarin piştî pêwendiya nêzîk digel kesê ku testa wî erê bûye jî kerentîne nebin. Herwiha hûn neçar nînin gelek karên paqijiyê yê têkildarî sînor bikin².

Kî diravê lédana vaksînê dide?

Vaksînlêdan bo we belaş e. Şirketa tenduristiyê beşek ji diravê vaksînê dide. Hikûmeta federal û kanton bermaya diravê din didin.

Gelo lédana vaksînê bi dilxwazî ye?

Erê. Lédana vaksînê li Swîsê bi dilxwazî ye.

Lédana vaksînê bi neçarî nîne.

Li ku dikarim zanyariyên pirtir peyda bikim?

Hûn dikarin bo zanyariyên pirtir ser vaksînlêdana Kovîd-19 serdana malpera BAG bikin:

www.bag-coronavirus.ch/impfung

www.bag-coronavirus.ch/zertifikat

Yan ji bijîşkê xwe bipirsin.

Yan ji dermanfiroşiya xwe.

