NYC Health

COVID-19 টিকাসমূহ: দুর্বল রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতার অধিকারী ব্যক্তিদের জন্য তৃতীয় ডোজ

যাদের রোগের বিরুদ্ধে লড়াইয়ের ক্ষমতা মাঝারি থেকে গুরুতর রকমের ক্ষতিগ্রস্থ (অর্থাৎ তাদের রোগ প্রতিরোধ ব্যবস্থা দুর্বল) তাদের উচিৎ সাধারণভাবে দুই-ডোজের টিকা নেওয়ার চাইতে Pfizer বা Moderna COVID-19 টিকার তিনটি ডোজ নেওয়া। অন্য কারও জন্য এই মুহূর্তে বাড়তি টিকা ডোজের সুপারিশ করা হচ্ছে না।

কারা তৃতীয় একটি ডোজ পাওয়ার উপযুক্ত?

যাদের বয়স 12 বছর বা তার বেশি, এমন কোনো সমস্যা আছে বা ওষুধ অথবা চিকিৎসা নিচ্ছেন যা তাদের রোগ প্রতিরোধ ব্যবস্থাকে মাঝারি থেকে গুরুতর রকমের দুর্বল করে দেয়, এবং Pfizer বা Moderna টিকা পেয়েছেন, তারা তৃতীয় একটি ডোজের জন্য উপযুক্ত।

অবস্থা ও চিকিৎসাসমূহের মধ্যে থাকতে পারে:

- ক্যান্সারের চলমান চিকিৎসা
- কোনো অঙ্গ প্রতিস্থাপিত হওয়া এবং প্রতিরোধ ক্ষমতা দুর্বলকারী চিকিৎসা নেওয়া
- বিগত দুই বছরের মধ্যে স্টেম সেল প্রতিস্থাপন হওয়া
- রোগ প্রতিরোধ ব্যবস্থার মাঝারি থেকে গুরুতর পর্যায়ের অনুপস্থিতি
- চূড়ান্ত বা চিকিতসাবিহীন পর্যায়ের এইচআইভি (HIV)
- কর্টিকোস্টেরয়েড বা অন্যান্য ওষুধ যেগুলো রোগ প্রতিরোধ ব্যবস্থাকে মাঝারি থেকে গুরুতর রকমের দুর্বল করে দেয় সেগুলোর মাধ্যমে চিকিৎসা চলমান থাকা

এটি একটি সম্পূর্ণ তালিকা নয়। তৃতীয় একটি ডোজ শুধু তাদেরকে নিতে বলা হচ্ছে যাদের উপরে উল্লিখিত সমস্যাগুলো আছে এবং অন্যান্য স্বাস্থ্যগত সমস্যা যেমন ডায়াবেটিস বা হৃদরোগ বা ফুসফুসের রোগ আছে এমন বেশিরভাগ মানুষকে নয়। আপনার যদি রোগ প্রতিরোধ ব্যবস্থা দুর্বলকারী কোনো অসুস্থতা থাকে বা এমন কোনো ওষুধ নেন যা আপনার রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতাকে দুর্বল করে দেয়, তাহলে তৃতীয় একটি ডোজ নিতে হবে কিনা সে ব্যাপারে আপনার ডাক্তারের সাথে কথা বলুন।

তৃতীয় একটি ডোজের কেন প্রয়োজন?

এই সুপারিশ করা হয়েছে কিছু গবেষণার উপর ভিত্তি করে যেখানে দেখা গেছে যে রোগ প্রতিরোধ ব্যবস্থা স্বাভাবিক এমন ব্যক্তিদের ক্ষেত্রে টিকা যতটা ভালভাবে কাজ করে, দুর্বল রোগ প্রতিরোধ ব্যবস্থার অধিকারী ব্যক্তিদের ক্ষেত্রে ততটা করে না।

আমি কীভাবে জানব যে আমার তৃতীয় একটি ডোজ প্রয়োজন?

তৃতীয় একটি ডোজ নেওয়ার ব্যাপারে আপনার উচিৎ আপনার ডাক্তারের সাথে কথা বলা। আপনার ডাক্তার আপনার স্বাস্থ্যগত অবস্থা, চলমান চিকিৎসাসমূহ, সংক্রমণের ঝুঁকি, ও অন্যান্য ব্যাপারগুলো বিবেচনা করে দেখবেন। বর্তমানে, আপনার COVID-19 এর বিরুদ্ধে ইমিউনিটি (সুরক্ষা) আছে কিনা তা দেখার জন্য

অ্যান্টিবডি পরীক্ষাসমূহ না করার পরামর্শ দেওয়া হচ্ছে।

তৃতীয় একটি ডোজ নেওয়া কি নিরাপদ?

খাদ্য ও ওষুধ প্রশাসন (Food and Drug Administration, FDA), রোগ নিয়ন্ত্রণ ও প্রতিরোধ কেন্দ্র (Centers for Disease Control and Prevention, CDC), এবং স্বাধীন বিশেষজ্ঞরা সিদ্ধান্ত নিয়েছেন যে তৃতীয় একটি ডোজ নেওয়ার সুবিধাগুলো যে কোনো জানা বা সম্ভাব্য ঝুঁকির তুলনায় বেশি।

যারা Johnson & Johnson/Janssen টিকা নিয়েছেন তাদের ক্ষেত্রে কী হবে?

এই মুহূর্তে, যারা দুর্বল রোগ প্রতিরোধ ব্যবস্থার অধিকারী ও Johnson & Johnson COVID-19 টিকা নিয়েছেন তারা আরেকটি ডোজ পাওয়ার জন্য উপযুক্ত নন। আমরা আশা করছি যে শীঘ্রই বাড়তি তথ্য পাওয়া যাবে।

আমার কখন তৃতীয় ডোজটি নেওয়া উচিৎ?

আপনার দ্বিতীয় ডোজের কমপক্ষে চার সপ্তাহ পর আপনার তৃতীয় ডোজটি নেওয়া উচিৎ। আপনার দ্বিতীয় ডোজের পর যত সময়ই পার হোক না কেন তৃতীয় ডোজটি নিতে পারবেন।

তৃতীয় ডোজটি কি প্রথম দুই ডোজ যে টিকার ছিল সেই একই টিকার হতে হবে?

যদি সম্ভব হয়, তাহলে আপনার তৃতীয় ডোজটি প্রথম দুই ডোজ টিকার মত একই ব্র্যান্ডের হতে হবে। যদি আপনি একই ব্র্যান্ডের (Pfizer বা Moderna) না পান, তাহলে আপনি অপর ব্র্যান্ডের (Pfizer বা Moderna) টিকাটি নিতে পারেন।

তৃতীয় ডোজটি আমি কোথায় পাবো?

টিকার অন্য ডোজগুলো যেখানে নিয়েছিলেন সেই একই জায়গায় আপনি তৃতীয় ডোজটি পেতে পারেন, যেমন শহর পরিচালিত টিকাদান কেন্দ্রসমূহ, ফার্মেসি, হাসপাতাল, কম্যুনিটি স্বাস্থ্য কেন্দ্র, এবং ডাক্তারের অফিস। আপনার প্রথম দুই ডোজ যেখানে নিয়েছিলেন সেই একই জায়গা থেকে তৃতীয় ডোজটি নেওয়া বাধ্যতামূলক নয়। একটি টিকাদান কেন্দ্র খুঁজে পেতে, nyc.gov/vaccinefinder এ যান বা 877-829-4692 নম্বরে কল করুন। এমন একটি কেন্দ্র খুঁজুন যেখানে আপনার প্রথম দুই ডোজ টিকার ব্র্যান্ডের টিকা (Pfizer বা Moderna) প্রদান করা হয়। তাছাড়া আপনি উপরের নম্বরে ফোন করে বা nyc.gov/homevaccine ভিজিট করে বাড়িতে বসে টিকা নেওয়ার জন্যও ব্যবস্থা করতে পারেন।

তৃতীয় ডোজটি কি বিনামূল্যের?

হ্যা, উপযুক্ত ব্যক্তিদের জন্য তৃতীয় একটি ডোজ বিনামূল্যের। আপনার যদি বীমা থাকে, তাহলে সেখানে খরচ ধরা হতে পারে কিন্তু আপনাকে কোনো কো-পে বা অন্য ফি দিতে হবে না।

তৃতীয় একটি ডোজ নেওয়ার জন্য আমার কী কাগজপত্র প্রয়োজন?

আপনাকে সত্যায়িত করতে হবে যে আপনার কমপক্ষে একটি স্বাস্থ্যগত সমস্যা আছে যা আপনাকে উপযুক্ত করে। অন্য কোনো কাগজপত্রের প্রয়োজন নেই।

দুর্বল রোগ প্রতিরোধ ব্যবস্থার অধিকারী ব্যক্তিরা কি তৃতীয় একটি ডোজ নেওয়ার পর অন্যান্য পূর্বসতর্কতাসমূহ বন্ধ করতে পারেন?

না। দুর্বল রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতার অধিকারী ব্যক্তিরা গুরুতর COVID-19 জনিত অসুস্থতার বর্ধিত ঝুঁকিতে আছেন এবং টিকাগুলো দুর্বল রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতার অধিকারী এমন সবার ক্ষেত্রে সমানভাবে কাজ নাও করতে পারে। এই কারণে, আপনার টিকাকরণ অবস্থা যাই হোক না কেন, আপনার উচিৎ জনসমাগম এড়িয়ে চলা (বিশেষ করে অভ্যন্তরীণ স্থানসমূহে) এবং মাস্ক পরা এবং যখনই বাড়ির বাইরে থাকবেন তখন শারীরিক দূরত্ব বজায় রাখা সহ সকল পূর্বসাবধানতা জারী রাখা। তাছাড়া, দুর্বল রোগ প্রতিরোধ ব্যবস্থার অধিকারী এমন কারো সাথে যারা বাস করেন, বা নিয়মিত তার সংস্পর্শে আসেন এমন ব্যক্তিদের জন্যও টিকা নেওয়া বেশি গুরুত্বপূর্ণ।

দুর্বল রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতার অধিকারী ব্যক্তিদের যদি COVID-19 এর উপসর্গ দেখা দেয় বা COVID-19 এ আক্রান্ত কারো সংস্পর্শে আসেন তাহলে তারা কী করবেন?

টিকাকরণের অবস্থা যাই হোক না কেন, দুর্বল রোগ প্রতিরোধ ব্যবস্থার অধিকারী ব্যক্তিদের যদি COVID-19 এর উপসর্গ দেখা দেয় বা COVID-19 এ আক্রান্ত কারো সংস্পর্শে আসেন তাহলে তাদের উচিৎ পরীক্ষা করানো এবং মনোক্লোনাল অ্যান্টিবডি চিকিৎসা ও প্রতিরোধের উপায়সমূহ সম্পর্কে আলোচনার জন্য তৎক্ষণাৎ তাদের স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারীর সাথে যোগাযোগ করা। যত দ্রুত প্রদান করা হয়, মনোক্লোনাল অ্যান্টিবডি তত বেশি কার্যকর হয়। তবে, এই চিকিৎসা টিকাকরণের বিকল্প নয়। আরো তথ্যের জন্য, COVID-19 এর জন্য মনোক্লোনাল অ্যান্টিবডি চিকিৎসা দেখুন।

পরিস্থিতি যেমন হবে সেই অনুযায়ী NYC স্বাস্থ্য দপ্তর তার সুপারিশগুলি পরিবর্তন করতে পারে। 8.13.21