COVID-19 ਦੇ ਟੀਕੇ: ਨਿਊ ਯਾਰਕ ਦੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕੀ ਜਾਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ

60 ਸਾਲ ਅਤੇ ਉਸਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕ COVID-19 ਦੇ ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਉਣ ਲਈ ਯੋਗ ਹਨ। ਤਿੰਨ ਟੀਕੇ ਉਪਲਬਧ ਹਨ: Pfizer-BioNTech, Moderna, ਅਤੇ Johnson & Johnson/Janssen.

ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਲਈ COVID-19 ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਕਿਉਂ ਹੈ?

ਜਦਕਿ ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ COVID-19 ਤੋਂ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਉਮਰ ਦੇ ਨਾਲ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋਣ ਦਾ ਜੋਖਮ ਵੱਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। COVID-19 ਤੋਂ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਕਰਕੇ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣ, ਇੰਟੇਂਸਿਵ ਕੇਅਰ, ਵੈਂਟੀਲੇਟਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਾਂ ਮੌਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਅੰਦਰੂਨੀ ਸਿਹਤ ਸਥਿਤੀਆਂ, ਜਿਵੇਂ ਕੈਂਸਰ, ਗੁਰਦੇ ਦੀ ਪੁਰਾਣੀ ਬਿਮਾਰੀ, ਡਾਇਬਿਟੀਜ਼ ਅਤੇ ਦਿਲ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ, ਵੀ COVID-19 ਦੀ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਵਧਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਕੀ COVID-19 ਦੇ ਟੀਕੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਕਾਰਗਰ ਹਨ?

ਹਾਂ। COVID-19 ਦੇ ਟੀਕੇ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਨੇ ਹੋਰ ਟੀਕਿਆਂ ਲਈ ਕਈ ਦਹਾਕਿਆਂ ਦੀ ਖੋਜ ਦੇ ਅਧਾਰ ’ਤੇ ਕੰਮ ਕੀਤਾ। ਇਹ ਟੀਕੇ ਅਜਿਹੇ ਵੱਡੇ ਕਲੀਨਿਕਲ ਅਧਿਐਨਾਂ ਤੋਂ ਗੁਜ਼ਰ ਚੁੱਕੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਵਿੱਚ ਵੱਖੋ-ਵੱਖ ਉਮਰਾਂ, ਨਸਲਾਂ ਅਤੇ ਜਾਤੀਆਂ ਦੇ ਲੋਕ ਸ਼ਾਮਲ ਸਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਟੀਕਿਆਂ ਤੋਂ COVID-19 ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ।

ਕਲੀਨਿਕਲ ਅਧਿਐਨਾਂ ਵਿੱਚ, ਸਾਰੇ ਤਿੰਨ ਟੀਕੇ COVID-19 ਦੀ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ, ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲੇ ਅਤੇ ਮੌਤ ਤੋਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਅਸਰਦਾਰ ਪਾਏ ਗਏ ਸਨ।

NYC VACCINE FOR ALL: SAFE, FREE, EASY

NYC Health

ਕੀ COVID-19 ਦੇ ਟੀਕਿਆਂ ਦੇ ਮਾੜੇ ਅਸਰ ਹਨ?

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕ ਹਲਕੇ ਤੋਂ ਮੱਧਮ ਮਾੜੇ ਅਸਰਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਬਾਂਹ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਸਿਰਦਰਦ, ਬਦਨ ਦਰਦ, ਥਕਾਨ ਅਤੇ ਬੁਖਾਰ ਹੋਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਆਮ ਤੌਰ ’ਤੇ ਦੋ ਜਾਂ ਤਿੰਨ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਮਾੜੇ ਅਸਰ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਘੱਟ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਅਜਿਹੇ ਮਾੜੇ ਅਸਰਾਂ ਦਾ ਸਾਮ੍ਹਣਾ ਕਰਦੇ ਹੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫ਼ਿਕਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਜੋ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਦੂਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ, ਜਾਂ ਜੇਕਰ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੀਕਾ ਲਗਾਉਣ ਦੀ ਥਾਂ ’ਤੇ ਲਾਲੀ ਜਾਂ ਦਰਦ ਵੱਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ।

ਜੇਕਰ ਮੈਂ ਫਲੂ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਇਆ ਸੀ ਤਾਂ ਕੀ ਮੈਨੂੰ COVID-19 ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

ਹਾਂ। ਫਲੂ ਦਾ ਟੀਕਾ ਤੁਹਾਨੂੰ COVID-19 ਤੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬਚਾਅ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਕਿਉਂਕਿ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਫਲੂ ਅਤੇ COVID-19, ਦੋਵਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਪੇਚੀਦਗੀਆਂ ਦਾ ਵਾਧੂ ਜੋਖਮ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂਨੂੰ ਦੋਵੇਂ ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਉਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 14 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਤਰਾਲ ’ਤੇ COVID-19 ਦਾ ਟੀਕਾ ਅਤੇ ਫਲੂ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਕੀ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਲਈ ਘਰੋਂ ਬਾਹਰ ਜਾਣਾ ਮੇਰੇ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ?

ਟੀਕਾਕਰਣ ਦੀ ਸਾਈਟ ’ਤੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਵਾਧੂ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਮੌਕੇ ’ਤੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟ ਲੈਣ ਨੂੰ ਜ਼ਰੂਰੀ ਬਣਾਉਣਾ। ਟੀਕਾਕਰਣ ਦੀ ਸਾਈਟ ’ਤੇ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਹਰ ਵੇਲੇ ਫੇਸ ਕਵਰਿੰਗ ਪਾਉਣੀ ਪਵੇਗੀ।

ਮੈਂ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣੀ ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟ ’ਤੇ ਕਿਵੇਂ ਪਹੁੰਚ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ।

65 ਸਾਲ ਜਾਂ ਉਸਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਵਾਜਾਈ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਟੀਕਾਕਰਣ ਦੀਆਂ ਸਾਈਟਾਂ ’ਤੇ ਆਉਣ-ਜਾਣ ਲਈ ਮੁਫ਼ਤ ਆਵਾਜਾਈ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟ ਲੈਣ ’ਤੇ ਆਵਾਜਾਈ ਦਾ ਇੰਤਜ਼ਾਮ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੁਹੱਈਆ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਜਨਤੱਕ ਆਵਾਜਾਈ ਰਾਹੀਂ ਆਉਂਦੇ-ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਸਫ਼ਰ ਕਰਨ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਸਿੱਧਾ ਅਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਘੱਟ ਭੀੜ ਵਾਲਾ ਤਰੀਕਾ ਲੱਭੋ। ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਜਿਸ ਵੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸਫ਼ਰ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਦੂਜਿਆਂ ਤੋਂ 6 ਫੁੱਟ ਦੀ ਦੂਰੀ ਬਣਾ ਕੇ ਰੱਖੋ, ਫੇਸ ਕਵਰਿੰਗ ਪਹਿਨੋ, ਵਾਰ-ਵਾਰ ਹੈਂਡ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਚਿਹਰੇ ਨੂੰ ਛੂਹਣ ਤੋਂ ਬਚੋ।

ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨਾ ਖਰਚਾ ਆਵੇਗਾ?

ਇਹ ਟੀਕਾ ਮੁਫ਼ਤ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਬੀਮਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸ ਕੰਪਨੀ ਨੂੰ ਬਿਲ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਸਹਿ-ਭੁਗਤਾਨ ਜਾਂ ਹੋਰ ਸ਼ੁਲਕ ਨਹੀਂ ਲਿਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਮੈਂ ਕਿੱਥੇ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਨਰਸਿੰਗ ਹੋਮ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਸਮੂਹਕ ਦੇਖਭਾਲ ਸਹੂਲਤ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਉੱਥੇ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਨਹੀਂ ਤਾਂ, ਤੁਸੀਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਰਾਹੀਂ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਲਈ ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਟੀਕਾਕਰਣ ਦੀ ਸਾਈਟ ਲੱਭਣ ਲਈ **nyc.gov/vaccinefinder** ’ਤੇ ਜਾ ਕੇ
- NYC ਵੱਲੋਂ ਚਲਾਈ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਕਿਸੇ ਸਾਈਟ ’ਤੇ ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟ ਲੈਣ ਲਈ 877-829-4692 ’ਤੇ ਕਾਲ ਕਰ ਕੇ
- ਇਹ ਵੇਖਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਪਰਦਾਤਾ ਜਾਂ ਫਾਰਮੇਸੀ ਵਿੱਚ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਕੇ ਕਿ ਉਹ ਟੀਕਾਕਰਣ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਜਾਂ ਨਹੀਂ

ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਲਈ ਯੋਗਤਾ ਦਾ ਸਬੂਤ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ?

ਹਾਂ। ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ **vaccineform.health.ny.gov** ’ਤੇ ਨਿਊ ਯਾਰਕ ਸਟੇਟ (NYS) COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਫ਼ਾਰਮ ਭਰਨਾ ਪਵੇਗਾ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਮਰ ਦਾ ਸਬੂਤ (ਜਿਵੇਂ ਪਾਸਪੋਰਟ ਜਾਂ ਜਨਮ ਦਾ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ) ਅਤੇ ਨਿਊ ਯਾਰਕ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਦਾ ਸਬੂਤ (ਜਿਵੇਂ ਕਿਸੇ ਸਹੂਲਤ ਸੇਵਾ ਦਾ ਬਿੱਲ, ਕੋਈ ਹੋਰ ਡਾਕ, ਜਾਂ ਕਿਰਾਏ ਜਾਂ ਮੌਰਗਿਜ ਦਾ ਬਿਓਰਾ) ਵੀ ਲਿਆਉਣਾ ਪਵੇਗਾ। NYS ਡ੍ਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਸੰਸ ਜਾਂ IDNYC ਦੋਵਾਂ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਮਨਜ਼ੂਰਸ਼ੁਦਾ ਸਬੂਤ ਦੀ ਪੂਰੀ ਸੂਚੀ ਲਈ, **nyc.gov/covidvaccine** ’ਤੇ ਜਾਓ।

ਕੀ ਮੇਰੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕਰਮਚਾਰੀ ਜਾਂ ਸਹਾਇਕ ਨੂੰ ਵੀ COVID-19 ਦਾ ਟੀਕਾ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਹਾਂ। ਘਰ ਵਿੱਚ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਨਿੱਜੀ ਦੇਖਭਾਲ ਸਹਾਇਕਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਲਈ ਪ੍ਰਾਥਮਿਕਤਾ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂਨੂੰ ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟ ਲੈਣੀ ਪਵੇਗੀ ਅਤੇ ਇਸਦਾ ਸਬੂਤ ਲਿਆਉਣਾ ਪਵੇਗਾ ਕਿ ਉਹ ਨਿਊ ਯਾਰਕ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਜਾਂ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਕੀ ਮੈਂ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਬਣਾ ਕੇ ਰੱਖਣਾ ਅਤੇ ਫੇਸ ਕਵਰਿੰਗ ਪਹਿਨਣਾ ਬੰਦ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

ਨਹੀਂ। ਜਦਕਿ ਅਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਇਹ ਟੀਕੇ COVID-19 ਦੀ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਅਸਰਦਾਰ ਹਨ, ਅਜੇ ਵੀ ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਟੀਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਮੌਜੂਦ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਿਵੇਂ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂਨੂੰ ਟੀਕਾ ਨਹੀਂ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਰੋਕਥਾਮ ਦੇ ਮੁੱਖ ਉਪਾਅ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣੇ ਪੈਣਗੇ: ਜੇਕਰ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਤਾਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਰਹੋ, ਦੂਜਿਆਂ ਤੋਂ 6 ਫੁੱਟ ਦੂਰ ਰਹੋ, ਫੇਸ ਕਵਰਿੰਗ ਪਹਿਨੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਰੱਖੋ।

COVID-19 ਦੇ ਟੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ, ਆਪਣੇ ਪਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ, **311** 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ **nyc.gov/covidvaccine** 'ਤੇ ਜਾਓ।

COVID-19 ਜਨਤੱਕ ਸਿਹਤ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਨਿਊ ਯਾਰਕ ਦੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਵਸਨੀਕਾਂ ਲਈ ਮੁਫ਼ਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਸੂਚੀ ਲਈ,
nyc.gov/aging/covid19 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਸਥਿਤੀ ਬਦਲਣ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ NYC ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਬਦਲ ਸਕਦਾ ਹੈ।
3.10.2021

Español | Русский | 繁體中文 | 简体中文 | Kreyòl ayisyen
한국어 | বাংলা | Italiano | Polski | العربية | Français | اردو | ייִדיש

nyc.gov/aging/covid19