

COVID-19 के टीके के बारे में न्यूयॉर्क वासियों को क्या जानने की ज़रूरत है

टीके ज़िंदगियाँ बचाते हैं। जब आप टीका लगाते हैं, तब आप COVID-19 से स्वयं अपना बचाव करने और अपने समुदाय को ज़्यादा सुरक्षित करने में मदद करते हैं। न्यूयॉर्क सिटी (NYC) हर किसी को सुरक्षित और स्वस्थ रखने के लिए प्रतिबद्ध है। इसमें लोगों को टीकाकरण के बारे में सूचित निर्णय लेने के लिए ज़रूरी जानकारी प्रदान करना और यह सुनिश्चित करना शामिल है कि टीके तक पहुँच निष्पक्षता और बराबरी के साथ होती है।

क्या टीके कारगर हैं?

- COVID-19 के उपलब्ध टीके गंभीर COVID-19 बीमारी, अस्पताल में भर्ती होने और मृत्यु होने से लोगों को बचाने में बहुत प्रभावी पाए गए हैं। लाखों- करोड़ों लोगों को टीके लगाए गए हैं क्योंकि वे अधिकृत थे, और डेटा से पता चलता है कि टीके कारगर हैं।

क्या टीके सुरक्षित हैं?

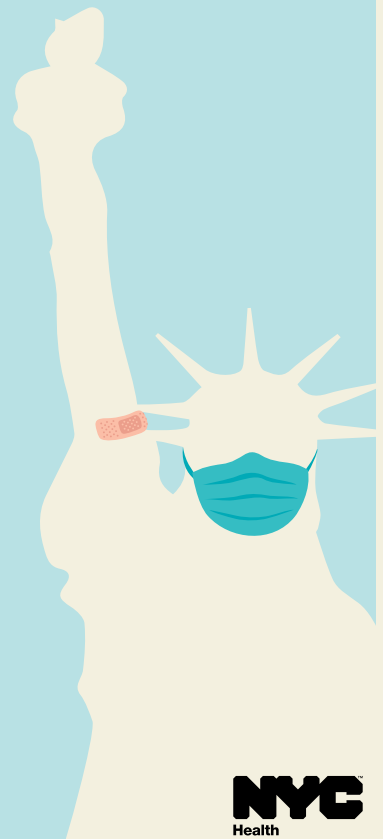
- हाँ। आपको इन टीकों से COVID-19 नहीं हो सकता। इन टीकों में वह वायरस नहीं है जिसकी वजह से COVID-19 होता है। ये टीके आपके शरीर की प्रतिरक्षा प्रणाली को वायरस का मुकाबला करने के लिए तैयार करते हैं, इसलिए ये जानते हैं कि यदि आप COVID-19 के संपर्क में आए हैं तो क्या करना है।
- ये टीके बड़े नैदानिक अध्ययनों से गुज़रे हैं जिनमें हज़ारों की संख्या में अलग-अलग उम्र, नस्लों और जातीयताओं वाले लोग शामिल थे। FDA और स्वतंत्र संगठनों द्वारा उन अध्ययनों से प्राप्त हुए प्रमाण की बारीकी से समीक्षा की गई थी।
- जैसे-जैसे टीकों का उपयोग किया जा रहा है, कई संघीय एजेंसियों और संगठनों ने उनकी सुरक्षा की निगरानी करना जारी रखा है। अमेरिकी इतिहास में अन्य किसी भी टीके की तुलना में इन टीकों की अधिक बारीकी से निगरानी की जा रही है।

टीके इतनी जल्दी कैसे विकसित किए गए?

- COVID-19 के टीके को विकसित करने में बेजोड़ संसाधन शामिल थे। कई बिलियन डॉलर खर्च किए गए थे, और दुनियाभर के वैज्ञानिक लगातार काम करते रहे हैं।
- वैज्ञानिकों ने अन्य टीकों से प्राप्त कई दशकों के शोध के आधार पर काम किया, जिसमें अन्य कोरोनावायरसों के लिए टीकों पर शोध शामिल है।

क्या इन टीकों से दुष्प्रभाव होते हैं?

- हाँ, ज़्यादातर लोगों को कुछ दुष्प्रभाव होते हैं। सामान्य दुष्प्रभावों में टीका लगाने की जगह पर बाँह में दर्द, सिरदर्द, बदन दर्द, थकान और बुखार होना शामिल हैं।
- अगर आपका कोई प्रश्न या चिंता है, तो 311 पर कॉल करें या अपने स्वास्थ्य सेवा प्रदाता से बात करें।
- दुष्प्रभाव अप्रिय हो सकते हैं, लेकिन आम तौर पर वे कोई स्वास्थ्य-संबंधी समस्या नहीं होते और 24 से 48 घंटों के भीतर ठीक हो जाते हैं। इसके विपरीत, COVID-19 एक बड़ी स्वास्थ्य-संबंधी समस्या है और इसकी वजह से दीर्घकालिक स्वास्थ्य जटिलताएं, अस्पताल में दाखिला और मृत्यु हो सकती है।



टीका कौन लगवा सकता है और इसकी कीमत कितनी होगी?

- 12 वर्ष और उससे अधिक उम्र के लोग टीके लगवाने के लिए योग्य हैं।
- ये टीके आपको मुफ्त प्रदान किए जाते हैं। अगर आपके पास बीमा है, तो उस कंपनी को बिल किया जा सकता है, लेकिन आपसे सह-भुगतान या अन्य शुल्क नहीं लिया जाएगा।

क्या मेरी गोपनीयता सुरक्षित है?

- जब आपको टीका लगाया जाएगा, तब आपकी गोपनीयता सुरक्षित रखी जाएगी। आपकी व्यक्तिगत जानकारी की गोपनीयता सुनिश्चित करने के लिए सख्त कानून मौजूद हैं।
- आपको टीका लगवाने के लिए अपनी आप्रवासन स्थिति या सामाजिक सुरक्षा नंबर बताने की ज़रूरत नहीं है।

मैं टीका कहाँ से लगवा सकता/सकती हूँ?

- कोई साइट ढूँढने के लिए nyc.gov/vaccinefinder पर जाएं या 877-829-4692 पर कॉल करें। कई साइट्स पर किसी अपॉइंटमेंट की ज़रूरत नहीं है।
- यह देखने के लिए अपने स्वास्थ्य सेवा प्रदाता या स्थानीय फार्मसी से पता करें कि क्या वे टीके लगा रहे हैं।
- 65 वर्ष और उससे अधिक उम्र वाले और असमर्थताओं वाले न्यूयॉर्क वासी 877-829-4692 पर कॉल करके टीकाकरण की साइट्स पर आने-जाने के लिए मुफ्त परिवहन के लिए अनुरोध कर सकते हैं।
- जो न्यूयॉर्क वासी अपने घर से बाहर नहीं जा सकते, वे nyc.gov/homebound पर साइन अप करके या 877-829-4692 पर कॉल करके अपने घर पर टीका लगवा सकते हैं।

व्यवस्थाओं (जैसे साइट पर व्हीलचेयर उपलब्ध करना या व्यक्तिगत रूप से ASL अनुवाद) के लिए, समय से पहले 877-829-4692 पर कॉल करें या vax4nyc.nyc.gov पर जाएं। फीडबैक देने या सुलभता से संबंधित शिकायत दर्ज करने के लिए, 311 पर कॉल करें, 311692 पर टेक्स्ट करें या hubaccess@health.nyc.gov पर ईमेल करें।

यदि मुझे पहले ही COVID-19 हो चुका है तो क्या मुझे टीका लगवाना चाहिए?

- हाँ, क्योंकि फिर से COVID-19 होना संभव है, इसलिए आपको टीका लगवाना चाहिए। टीके सुरक्षित हैं और आपके शरीर द्वारा पहले से विकसित की गई सुरक्षा को बढ़ा सकते हैं।

टीका लगवाने के बाद, क्या मैं शारीरिक दूरी रखना और फेस कवरिंग पहनना बंद कर सकता/सकती हूँ?

- **पूर्ण टीकाकरण** के बाद, अब आप फेस कवरिंग पहने बिना या शारीरिक दूरी रखे बिना ज़्यादातर गतिविधियाँ कर सकते हैं! बाहरी गतिविधियाँ विशेष रूप से सुरक्षित हैं। हमारी सलाह है कि जब तक और ज़्यादा लोगों को टीका नहीं लगाया जाता तब तक आप घर के अंदर फेस कवरिंग पहनकर रखें। साथ ही, आप जहाँ भी जाते हैं आपको वहाँ की फेस कवरिंग संबंधी आवश्यकताओं का पालन करना होगा, जैसे कोई व्यवसाय, स्कूल, सार्वजनिक परिवहन या आपका कार्यस्थल। पूर्ण टीकाकरण के बाद, आपको संक्रमण के संपर्क में आने के बाद तब तक क्वारंटीन होने या टेस्ट करवाने की ज़रूरत भी नहीं है, जब तक आपमें COVID-19 के लक्षण न हों।
- जिन लोगों का **पूर्ण टीकाकरण नहीं हुआ है** उन्हें सभी सावधानियों को बरतना जारी रखना होगा, जिनमें कभी भी लोगों के बीच रहने पर फेस कवरिंग पहनना और शारीरिक दूरी बनाए रखना शामिल हैं।

यह समझने योग्य है कि शायद कुछ लोग टीका लगवाने के बारे में अनिश्चित हों या उनके अतिरिक्त प्रश्न हों। और जानने के लिए, अपने स्वास्थ्य सेवा प्रदाता से बात करें, **311** पर कॉल करें, या nyc.gov/covidvaccine पर जाएं।

