COVID-19 ਦੇ ਟੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਨਿਊ ਯਾਰਕ ਦੇ ਵਸਨੀਕਾਂ ਨੂੰ ਕੀ ਜਾਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ

ਟੀਕੇ ਜਾਨਾਂ ਬਚਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਂਦੇ ਹੋ, ਓਦੋਂ ਤੁਸੀਂ COVID-19 ਤੋਂ ਆਪਣਾ ਬਚਾਅ ਕਰਨ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਨਿਊ ਯਾਰਕ ਸਿਟੀ (NYC) ਹਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰੱਖਣ ਲਈ ਵਚਨਬੱਧ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਟੀਕਾਕਰਣ ਬਾਰੇ ਸੂਚਿਤ ਫੈਸਲੇ ਲੈਣ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ ਕਿ ਟੀਕੇ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਨਿਰਪੱਖਤਾ ਅਤੇ ਬਰਾਬਰੀ ਨਾਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਕੀ ਟੀਕੇ ਕਾਰਗਰ ਹਨ?

- COVID-19 ਦੇ ਉਪਲਬਧ ਟੀਕੇ COVID-19 ਦੀ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ, ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲੇ ਅਤੇ ਮੌਤ ਤੋਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਅਸਰਦਾਰ ਪਾਏ ਗਏ ਹਨ। ਲੱਖਾਂ-ਕਰੋੜਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਟੀਕੇ ਲਗਾਏ ਗਏ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਅਧਿਕਾਰਤ ਸਨ, ਅਤੇ ਡੇਟਾ ਤੋਂ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਟੀਕੇ ਕਾਰਗਰ ਹਨ!

ਕੀ ਟੀਕੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ?

- **ਹਾਂ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਟੀਕਿਆਂ ਤੋਂ COVID-19 ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ।**
  ਇਨ੍ਹਾਂ ਟੀਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਉਹ ਵਾਇਰਸ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜਿਸ ਕਰਕੇ COVID-19 ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਟੀਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਨੂੰ ਵਾਇਰਸ ਦਾ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਜਾਣਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ COVID-19 ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਏ ਹੋ ਤਾਂ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ।
- 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। FDA ਅਤੇ ਸੁਤੰਤਰ ਸੰਗਠਨਾਂ ਦੁਆਰਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਅਧਿਐਨਾਂ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਏ ਸਬੂਤ ਦੀ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਸਮੀਖਿਆ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ।
- ਜਿਵੇਂ-ਜਿਵੇਂ ਟੀਕੇ ਵਰਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ ਕਈ ਸੰਘੀ ਏਜੰਸੀਆਂ ਅਤੇ ਸੰਗਠਨਾਂ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖਿਆ ਹੈ। ਯੂ.ਐੱਸ. ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਟੀਕੇ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਵਧੇਰੇ ਨੇੜਿਓਂ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ।

ਟੀਕੇ ਇੰਨੀ ਛੇਤੀ ਕਿਵੇਂ ਵਿਕਸਤ ਕੀਤੇ ਗਏ?

- COVID-19 ਦੇ ਟੀਕੇ ਨੂੰ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਬੇਮਿਸਾਲ ਵਸੀਲੇ ਸ਼ਾਮਲ ਸਨ। ਕਈ ਬਿਲੀਅਨ ਡਾਲਰ ਖ਼ਰਚ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਨ ਅਤੇ ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਦੇ ਵਿਗਿਆਨੀ ਲਗਾਤਾਰ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਰਹੇ ਹਨ।
- ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਨੇ ਹੋਰ ਟੀਕਿਆਂ ਤੋਂ ਹਾਸਲ ਕਈ ਦਹਾਕਿਆਂ ਦੀ ਖੋਜ ਦੇ ਅਧਾਰ ’ਤੇ ਕੰਮ ਕੀਤਾ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸਾਂ ਲਈ ਟੀਕਿਆਂ ’ਤੇ ਖੋਜ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

ਕੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਟੀਕਿਆਂ ਤੋਂ ਮਾੜੇ ਅਸਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ?

- ਹਾਂ, ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕੁਝ ਮਾੜੇ ਅਸਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸਧਾਰਨ ਮਾੜੇ ਅਸਰਾਂ ਵਿੱਚ ਟੀਕਾ ਲਗਾਉਣ ਦੀ ਥਾਂ ’ਤੇ ਬਾਂਹ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਸਿਰਦਰਦ, ਬਦਨ ਦਰਦ, ਥਕਾਨ ਅਤੇ ਬੁਖ਼ਾਰ ਹੋਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਫ਼ਿਕਰ ਹੈ, ਤਾਂ **311** 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।
- ਮਾੜੇ ਅਸਰ ਨਾਗਵਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਆਮ ਤੌਰ ’ਤੇ ਉਹ ਕੋਈ ਸਿਹਤ-ਸੰਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਅਤੇ 24 ਤੋਂ 48 ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਦੇ ਉਲਟ, COVID-19 ਇੱਕ ਵੱਡੀ ਸਿਹਤ-ਸੰਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਕਰਕੇ ਲੰਬੇ-ਸਮੇਂ ਦੀਆਂ ਸਿਹਤ-ਸੰਬੰਧੀ ਪੇਚੀਦਗੀਆਂ, ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲਾ ਅਤੇ ਮੌਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

NYC Health

ਟੀਕਾ ਕੌਣ ਲਗਵਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਦੀ ਕੀਮਤ ਕਿੰਨੀ ਹੋਵੇਗੀ?

- 12 ਸਾਲ ਅਤੇ ਉਸਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕ ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਉਣ ਲਈ ਯੋਗ ਹਨ।
- ਇਹ ਟੀਕੇ ਮੁਫ਼ਤ ਲਗਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। 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।

ਕੀ ਮੇਰੀ ਗੁਪਤਤਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ?

- ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੀਕਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ, ਓਦੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਗੁਪਤਤਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਤੁਹਾਡੀ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਗੁਪਤਤਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਸਖ਼ਤ ਕਨੂੰਨ ਮੌਜੂਦ ਹਨ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣੀ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਜਾਂ ਸਮਾਜਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੰਬਰ ਦੱਸਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਮੈਂ ਟੀਕਾ ਕਿੱਥੋਂ ਲਗਵਾ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

- ਕੋਈ ਸਾਈਟ ਲੱਭਣ ਲਈ nyc.gov/vaccinefinder ’ਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ 877-829-4692 ’ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।
  ਕਈ ਸਾਈਟਾਂ ’ਤੇ ਕਿਸੇ ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਹੈ।
- ਇਹ ਵੇਖਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪਰਦਾਤਾ ਜਾਂ ਸਥਾਨਕ ਫਾਰਮੇਸੀ ਤੋਂ ਪਤਾ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਉਹ ਟੀਕੇ ਲਗਾ ਰਹੇ ਹਨ।
- 65 ਸਾਲ ਜਾਂ ਉਸਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਅਸਮਰੱਥਾਵਾਂ ਵਾਲੇ ਨਿਊ ਯਾਰਕ ਦੇ ਵਸਨੀਕ 877-829-4692 ’ਤੇ ਕਾਲ ਕਰ ਕੇ ਟੀਕਾਕਰਣ ਦੀਆਂ ਸਾਈਟਾਂ ’ਤੇ ਆਉਣ-ਜਾਣ ਲਈ ਮੁਫ਼ਤ ਆਵਾਜਾਈ ਲਈ ਬੇਨਤੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਨਿਊ ਯਾਰਕ ਦੇ ਉਹ ਵਸਨੀਕ ਜੋ ਆਪਣੇ ਘਰੋਂ ਬਾਹਰ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦੇ, ਉਹ nyc.gov/homebound 'ਤੇ ਸਾਈਨ ਅੱਪ ਕਰ ਕੇ ਜਾਂ 877-829-4692 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰ ਕੇ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

  ਇੰਤਜ਼ਾਮਾਂ (ਜਿਵੇਂ ਸਾਈਟ ’ਤੇ ਵੀਲਚੇਅਰ ਉਪਲਬਧ ਕਰਾਉਣਾ ਜਾਂ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਤੌਰ ’ਤੇ ASL ਅਨੁਵਾਦ), ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ 877-829-4692 ’ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ vax4nyc.nyc.gov ’ਤੇ ਜਾਓ। ਫੀਡਬੈਕ ਦੇਣ ਜਾਂ ਪਹੁੰਚਯੋਗਤਾ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦਰਜ ਕਰਨ ਲਈ, 311 ’ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ, 311692 ’ਤੇ ਟੈਕਸਟ ਕਰੋ ਜਾਂ hubaccess@health.nyc.gov ’ਤੇ ਈਮੇਲ ਕਰੋ।

ਜੇਕਰ ਮੈਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ COVID-19 ਹੋ ਚੁੱਕਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

- ਹਾਂ, ਕਿਉਂਕਿ ਦੁਬਾਰਾ COVID-19 ਹੋਣਾ ਮੁਮਕਿਨ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਟੀਕੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੁਆਰਾ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਵਿਕਸਿਤ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਵਧਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜਦੋਂ ਮੈਨੂੰ ਟੀਕਾ ਲੱਗ ਜਾਵੇਗਾ, ਤਾਂ ਕੀ ਮੈਂ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਬਣਾ ਕੇ ਰੱਖਣਾ ਅਤੇ ਫੇਸ ਕਵਰਿੰਗ ਪਹਿਨਣਾ ਬੰਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

- **ਸੰਪੂਰਨ ਟੀਕਾਕਰਣ** ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਹੁਣ ਤੁਸੀਂ ਫੇਸ ਕਵਰਿੰਗ ਪਾਏ ਬਿਨਾਂ ਜਾਂ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਬਣਾ ਕੇ ਰੱਖੇ ਬਿਨਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ! ਬਾਹਰਲੀਆਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਖ਼ਾਸ ਤੌਰ ’ਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ। ਸਾਡੀ ਸਲਾਹ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਟੀਕਾ ਨਹੀਂ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਓਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਆਪਣੀ ਫੇਸ ਕਵਰਿੰਗ ਪਹਿਨ ਕੇ ਰੱਖੋ। ਅਤੇ, ਤੁਸੀਂ ਜਿੱਥੇ ਵੀ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉੱਥੋਂ ਦੀਆਂ ਫੇਸ ਕਵਰਿੰਗ ਸੰਬੰਧੀ ਸ਼ਰਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਪਵੇਗੀ, ਜਿਵੇਂ ਇੱਕ ਕਾਰੋਬਾਰ, ਸਕੂਲ, ਪਬਲਿਕ ਟ੍ਰਾਂਸਪੋਰਟੇਸ਼ਨ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੰਮ ਦੀ ਥਾਂ। ਸੰਪੂਰਨ ਟੀਕਾਕਰਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਾਗ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਓਦੋਂ ਤੱਕ ਕੁਆਰੰਟੀਨ ਹੋਣ ਜਾਂ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗੀ, ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਹਾਡੇ ਅੰਦਰ COVID-19 ਦੇ ਲੱਛਣ ਨਾ ਹੋਣ।
- ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦਾ **ਸੰਪੂਰਨ ਟੀਕਾਕਰਣ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ ਹੈ** ਉਨ੍ਹਾਂਨੂੰ ਸਾਰੀਆਂ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਵਰਤਣੀਆਂ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣੀਆਂ ਪੈਣਗੀਆਂ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਕਦੇ ਵੀ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਰਹਿਣ ਵੇਲੇ ਫੇਸ ਕਵਰਿੰਗ ਪਹਿਨਣਾ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਬਣਾ ਕੇ ਰੱਖਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਇਹ ਸਮਝਣ ਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਸ਼ਾਇਦ ਕੁਝ ਲੋਕ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਬਾਰੇ ਯਕੀਨੀ ਨਾ ਹੋਣ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਵਾਧੂ ਸਵਾਲ ਹੋਣ। ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ, ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ, **311** ’ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ, ਜਾਂ nyc.gov/covidvaccine ’ਤੇ ਜਾਓ।