COVID-19 টিকাসমূহ সম্পর্কে সত্যিগুলো

এই টিকা থেকে আপনার COVID-19 হওয়া অসম্ভব।

যে ভাইরাসটি COVID-19 এর কারণ তা যুক্তরাষ্ট্রে ব্যবহৃত টিকাগুলোর মধ্যে নেই। এর অর্থ হচ্ছে একটি COVID-19 টিকা আপনাকে COVID-19 এ আক্রান্ত করতে পারবে না।

COVID-19 টিকাসমূহ আপনার ডিএনএ পরিবর্তন করে না।

যুক্তরাষ্ট্রে ব্যবহৃত COVID-19 টিকাগুলোতে জেনেটিক উপাদান রয়েছে যা আপনার শরীরের কোষগুলোকে ভাইরাসটির বিরুদ্ধে সুরক্ষা গড়ে তোলার নির্দেশনা দেয়। তবে, এই উপাদানগুলো কখনই আপনার ডিএনএ-এর সাথে বিক্রিয়া করে না। এর অর্থ হচ্ছে টিকাতে থাকা জেনেটিক উপাদানগুলো আপনার ডিএনএ-এর উপর কোনোভাবেই প্রভাব ফেলতে পারবে না।

আপনার অ্যালার্জি বা অন্যান্য স্বাস্থ্যগত সমস্যা থাকলেও টিকা নেওয়া নিরাপদ।

ডায়াবেটিস, হাঁপানি বা হৃদরোগ আছে এমন ব্যক্তিরা টিকা নিতে পারবেন। স্বাস্থ্যগত সমস্যা আছে এমন অনেক মানুষ COVID-19 জনিত গুরুতর অসুস্থতার বর্ধিত ঝুঁকিতে আছেন, তাই টিকা নেওয়া গুরুত্বপূর্ণ।

একমাত্র যে কারণে কেউ COVID-19 টিকা নিতে অসমর্থ হতে পারে সেটি হচ্ছে যদি তাদের টিকার কোনো একটি উপাদানের প্রতি অ্যালার্জি থাকে অথবা অন্য কোনো টিকা বা ইনজেকশনের মাধ্যমে প্রদেয় ওষুধের প্রতি গুরুতর অ্যালার্জি হওয়ার ইতিহাস থাকে। এরপরেও তারা টিকা নিতে সক্ষম হতে পারেন কিন্তু সেটি করার আগে তাদের উচিৎ তাদের স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারীর সাথে কথা বলা।

আপনি COVID-19 এ আক্রান্ত হলে ও এর ফলে অ্যান্টিবডি থাকলেও আপনার উচিৎ টিকা নেওয়া।

রোগ নিয়ন্ত্রণ ও প্রতিরোধের কেন্দ্র (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) এবং অন্যান্য বিশেষজ্ঞরা বলেন যে ইতোমধ্যে আপনার COVID-19 হয়ে থাকলেও টিকা নেওয়া উচিৎ হবে যেহেতু আপনার আবারও COVID-19 হতে পারে। COVID-19 এ পুনরায় আক্রান্ত হওয়ার সম্ভাবনা কমানোর লক্ষ্যে আপনার রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা শক্তিশালী করে তোলার জন্য টিকা নেওয়া একটি নিরাপদ উপায়। ভাইরাসটির নতুন, আরো সংক্রামক ভ্যারিয়ান্টসমূহ, যেমন ডেল্টা ভ্যারিয়ান্টের বিরুদ্ধেও টিকাগুলো অপেক্ষাকৃত শক্তিশালী সুরক্ষা প্রদান করতে পারে।

আপনি তরুণ ও সুস্বাস্থ্যের অধিকারী হলেও আপনার টিকা নেওয়া উচিৎ।

তরুণ ও এমনিতে স্বাস্থ্যবান মানুষরাও COVID-19 এ অত্যন্ত অসুস্থ হয়ে পড়েছে ও মারা গেছে। COVID-19 এর অধিকতর সংক্রামক ভ্যারিয়ান্টগুলোর কারণে অল্পবয়স্ক ব্যক্তিরা অধিক পরিমাণে COVID-19 এ আক্রান্ত ও হাসপাতালে ভর্তি হচ্ছে। COVID-19 হওয়ার পর দীর্ঘ-মেয়াদী স্বাস্থ্য সমস্যাও দেখা দিতে পারে, যেমন শ্বাসকষ্ট, পেশি ও অস্থিসন্ধিতে ব্যথা, মাথাব্যথা এবং ক্লান্তি। তাছাড়া, টিকা নিলে তা আপনার পরিবার ও বন্ধুদের সুরক্ষিত রাখতে সহায়তা করে কারণ যারা টিকা নিয়েছেন তাদের কাছ থেকে ভাইরাসটি ছড়ানোর সম্ভাবনা কম।

আমরা সম্প্রদায়ব্যাপী অনাক্রম্যতা অর্জন করতে পারিনি।

যখন একটি জনগোষ্ঠীতে কোনো সংক্রামক রোগের বিপরীতে যথেষ্ট সংখ্যক মানুষ রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা অর্জন করার ফলে সেই রোগ আর ছড়িয়ে পড়তে পারে না তখন তাকে সম্প্রদায়ব্যাপী অনাক্রম্যতা বলে। নিউ ইয়র্ক সিটি ও অন্যান্য জায়গায় এখনও COVID-19 সংক্রমণ চলমান রয়েছে। বিশেষজ্ঞরা একমত হয়েছেন যে আমরা সম্প্রদায়ব্যাপী অনাক্রম্যতা অর্জন করতে পারিনি। টিকা নেওয়ার যোগ্য এমন সবার উচিৎ টিকা নিয়ে নিজেদের ও অন্যদের রক্ষা করা।

আপনি ভবিষ্যতে সন্তান নিতে চাইলে টিকা নেওয়া নিরাপদ।

COVID-19 এর সাথে উর্বরতার সমস্যার সম্পর্ক বিষয়ে দাবীগুলোর সপক্ষে কোনো বৈজ্ঞানিক প্রমাণ নেই। CDC এবং অন্যান্য বিশেষজ্ঞরা বলেন যে সন্তান নিতে চান এমন ব্যক্তিদের জন্য COVID-19 টিকা নেওয়া নিরাপদ। যারা বর্তমানে গর্ভধারণের চেষ্টা করছেন অথবা যারা ভবিষ্যতে করার পরিকল্পনা করছেন তাদের টিকা নেওয়া উচিত।

ভিটামিন বা প্রাকৃতিক চিকিৎসাসমূহ যে COVID-19 এর বিরুদ্ধে সুরক্ষা দেয় তার কোনো প্রমাণ নেই।

COVID-19 এ আক্রান্ত হওয়ার ঝুঁকি কমাতে ও আক্রান্ত হলে গুরুতর অসুস্থতা এবং মৃত্যু এড়াতে টিকাই হচ্ছে সর্বোত্তম উপায়। অন্যান্য প্রমাণিত সুরক্ষাগুলো হচ্ছে কেবল মুখের আবরণ, শারীরিক দূরত্ব, হাতের পরিচ্ছন্নতা এবং পরিবেশগত সাবধানতা, যেমন উন্নততর বায়ু চলাচল।

যথেষ্ঠ পরিমাণ সম্পদ, চেষ্টা ও পারস্পরিক সহায়তার মাধ্যমেই বিজ্ঞানীরা এত দ্রুত টিকা উৎপাদন করতে সক্ষম হয়েছেন।

কয়েক বিলিয়ন ডলার খরচ করা হয়েছে এবং সারা বিশ্ব জুড়ে শত শত বিজ্ঞানী টিকাসমূহ উৎপাদনে নিরলসভাবে কাজ করেছেন। এর ফলে টিকাগুলোর উৎপাদন ও পরীক্ষা আলাদা আলাদা পর্যায়ের বদলে একই সাথে করা সম্ভব হয়েছে। বৈজ্ঞানিকরা অন্যান্য করোনাভাইরাসের জন্য টিকার গবেষণা সমেত অন্যান্য টিকা সংক্রান্ত বহু বছরের গবেষণাকে ভিত্তি হিসাবে ব্যবহার করতে সক্ষম হয়েছেন।

আমরা ভাগ্যবান যে COVID-19 কে টিকার সাহায্যে প্রতিরোধ করা যায়। অন্যান্য স্বাস্থ্যগত সমস্যাগুলো, যেমন HIV এবং বেশিরভাগ ক্যান্সারের জন্য টিকা তৈরি করা অনেক বেশি কঠিন বলে প্রমাণিত হয়েছে। প্রতিটি সংক্রমণই আলাদা, তাই টিকা তৈরির সময়গুলোর মধ্যে তুলনা করা সম্ভব নয়।

খাদ্য ও ওষুধ প্রশাসন (Food and Drug Administration, FDA) টিকাগুলোকে নিরাপদ বলে রায় দিয়েছে।

COVID-19 টিকাসমূহ অন্যান্য সব টিকার মত একই ধাপগুলো অনুসরণ করে তৈরি করা হয়েছে। এগুলোকে ল্যাবরেটরিতে তৈরি করা হয়েছে এবং তারপর ক্লিনিক্যাল ট্রায়াল নামক গবেষণা চালানো হয়েছে। ক্লিনিক্যাল ট্রায়ালগুলোকে FDA, অন্যান্য সরকারী সংস্থা ও স্বাধীন বিশেষজ্ঞরা নিবিড়ভাবে পর্যবেক্ষণ ও পর্যালোচনা করেছেন। প্রতিটি COVID-19 টিকাকে বিভিন্ন লিঙ্গ, বয়স, জাতি ও গোষ্ঠীর হাজার হাজার স্বেচ্ছাসেবীর উপর পরীক্ষা করা হয়েছে। টিকা নেওয়ার সুবিধাগুলো যে কোনো ঝুঁকির চাইতে বেশি এটি প্রমাণসাপেক্ষে জোরালোভাবে নিশ্চিত করার পর FDA টিকাগুলোকে প্রাথমিকভাবে জরুরী ব্যবহার অনুমোদন (emergency use authorization, EUA) দিয়েছিল আগস্ট, 2021 এ FDA Pfizer/BioNTech টিকাকে সম্পূর্ণভাবে অনুমোদিত (লাইসেন্সপ্রাপ্ত) করে।

টিকাগুলোর গুরুতর পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া সমূহ অত্যন্ত বিরল।

কোটি কোটি ডোজ টিকা নিরাপদে প্রদান করা হয়েছে, এবং গুরুতর পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া সমূহ অত্যন্ত বিরল ক্ষেত্রে ঘটতে দেখা গেছে। স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারী ও সাধারণ মানুষরা টিকাদানের পর স্বাস্থ্যগত সমস্যার কথা টিকাজনিত প্রতিকূল পরিস্থিতি রিপোর্টিং সিস্টেম (Vaccine Adverse Event Reporting System, VAERS) এর মাধ্যমে রিপোর্ট করতে পারবেন। VAERS স্বাস্থ্যগত সমস্যাগুলোর ধরণ যাচাই করে, যাকে নিরাপত্তা সংকেতও বলা হয়। VAERS যদি কোনো নিরাপত্তা সংকেত পায়, তাহলে বিশেষজ্ঞরা তদন্ত করে দেখতে পারেন যে স্বাস্থ্যগত সমস্যাগুলোর সাথে একটি টিকার কোনো সংযোগ আছে কিনা। VAERS এ সকল জমাকৃত রিপোর্ট থাকে, ঘটনাগুলোর সাথে টিকার সম্পর্ক থাকার সম্ভাবনা যাই হোক না কেন। এই কারণে, শুধুমাত্র VAERS রিপোর্টগুলো ব্যবহার করে একটি টিকার নিরাপত্তা যাচাই করা হয় না।

COVID-19 টিকা সম্পর্কে আরো জানতে, আপনার স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারীর সাথে কথা বলুন,
311 নম্বরে ফোন করুন, অথবা **nyc.gov/covidvaccine** ভিজিট করুন।