



Public Health
England

NHS

Pagpapabakuna laban sa COVID-19

Isang gabay para sa mga mas matatanda

Ipinaliliwanag ng polyetong ito ang tungkol sa pagpapabakuna laban sa COVID-19, kung sino ang karapat-dapat at sino ang kailangang magpabakuna para maprotektahan sila mula sa Coronavirus.



Pagpapabakuna laban sa COVID-19
Protektahan ang sarili.

Mga Nilalaman

Ano ang COVID-19 o Coronavirus?

Tungkol sa mga uri ng bakuna

Sino ang dapat magpabakuna laban sa COVID-19?

Mas mataas ba ang panganib ko na mahawa ng COVID-19?

Sino ang hindi maaaring magpabakuna?

Mapoprotektahan ba ako ng bakuna?

May mga magiging side effect ba ang bakuna?

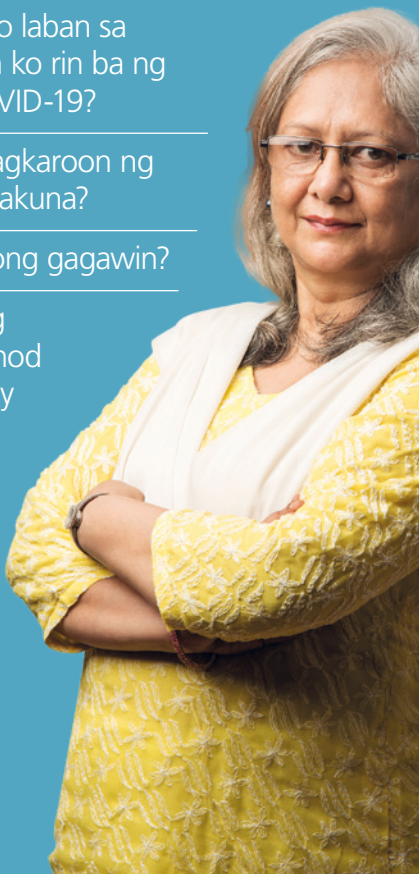
Nagpabakuna na ako laban sa trangkaso, kailangan ko rin ba ng bakuna laban sa COVID-19?

Maaari ba akong magkaroon ng COVID-19 mula sa bakuna?

Ano ang susunod kong gagawin?

Ano ang dapat kong gawin kung sa susunod kong appointment ay masama ang aking pakiramdam?

Maaari ba akong makapanghawa ng COVID-19 sa sinuman, pagkatapos kong magpabakuna?



Ano ang COVID-19 o Coronavirus?

Ang COVID-19 ay dulot ng isang bagong coronavirus, na kilala bilang SARS-CoV-2. Una itong natukoy noong huling bahagi ng taong 2019. Lubha itong nakakahawa at maaaring magdulot ng matinding sakit sa respiratoryo.

Marami sa mga taong nahawahan nito ay maaaring walang anumang sintomas o mayroon lamang mga banayad na sintomas. Karaniwang nagsisimula ito sa ubo, lagnat, sakit sa ulo at kawalan ng panlasa o pang-amoy.

Ang ilang tao ay makakaramdam ng sobrang kapaguran, masasakit na kalamnan, pagtatae at pagsusuka, lagnat at pagkalito. Isang maliit na bilang ng tao ang tuluyang magkakaroon ng matinding sakit na maaaring kailanganing maospital o ipasok sa ICU.

Sa pangkalahatan, mas kaunti sa 1 sa bawat 100 kataong nahawahan ang mamamatay dahil sa COVID-19, pero sa mga taong lampas sa 75 taong gulang, tumataas ito sa 1 sa bawat 10.

Walang gamot para sa COVID-19 bagaman nakakatulong ang ilang bagong sinubukang paraan ng paggamot para mabawasan ang panganib ng mga kumplikasyon.

Tungkol sa mga uri ng bakuna

Sa UK, mayroong dalawang uri ng bakuna laban sa COVID-19 na gagamitin sa sandaling maaprubahan ang mga ito. Pareho itong nangangailangan ng dalawang dosis para magkapagbigay ng pinakamahusay na proteksyon.

Sino ang dapat na bigyan ng mga bakuna laban sa COVID-19?

Inirekumenda ng Joint Committee on Vaccination and Immunisation (JCVI), isang independiyenteng grupo ng mga dalubhasa, na i-alok muna ng NHS ang mga bakunang ito sa mga taong may pinakamataas na panganib na mahawahan at magkaroon ng matinding kumplikasyon kung mahawa sila.

Kabilang dito ang mga mas nakatatanda, mga frontline na manggagawa sa pangangalagang pangkalusugan at panlipunan, mga residente at kawani ng mga bahay-kalinga (care home), at iyong may mga partikular na kondisyong medikal. Kapag nagkaroon na ng mas marami pang bakuna, i-aalok ang mga bakuna sa iba pang mga taong nasa panganib sa lalong madaling panahon.

Mas mataas ba ang panganib kong mahawa ng COVID-19?

Maaaring maapektuhan ng coronavirus ang sinuman. Kung ikaw ay mas may edad na at mayroong pangmatagalang kondisyong pangkalusugan, maaaring maging napakalubha ng COVID-19 at sa ilang kaso, nakamamatay.

Dapat kang magpabakuna laban sa COVID-19 kung ikaw ay:

- isang may edad na nakatira o nagtatrabaho sa isang bahay-kalinga para sa matatanda
- isang frontline na manggagawa sa pangangalagang pangkalusugan
- isang frontline na manggagawa sa pangangalagang panlipunan
- isang tagapag-alagang nagbibigay ng pantahanang pangangalaga sa mga mas nakatatanda
- 65 taong gulang pataas
- mga mas batang nasa hustong gulang na mayroong pangmatagalang kondisyong medikal (tingnan ang susunod na pahina)

I-aalok din ang bakuna sa mga nasa hustong gulang na may kondisyon tulad ng:

- kanser sa dugo (tulad ng lukemya, lymphoma o myeloma)
- diyabetes
- demensya
- problema sa puso
- problema sa baga o kahirapan sa paghinga, kabilang ang brongkitis, emphysema o malubhang hika
- sakit sa bato/kidney
- sakit sa atay
- mas mababang immunity dahil sa sakit o paggagamot (tulad ng impeksyon sa HIV, gamot na steroid, chemotherapy o radiotherapy)
- rheumatoid arthritis, lupus o psoriasis
- sumailalim sa organ transplant
- nagkaroon na ng stroke o transient ischaemic attack (TIA)
- isang kondisyong neurolohikal o panghihina ng kalamnan (muscle wasting)
- isang matinding kapansanan sa pagkatuto
- problema sa iyong lapay (spleen), hal. sickle cell disease, o tinanggal ang iyong lapay
- sobra-sobra ang timbang (BMI na 40 pataas)
- malubhang sakit sa isipan

Ang lahat ng taong nasa grupong may Mataas na Panganib na Mahawahan ay karapat-dapat para sa bakuna laban sa COVID-19. Nakasalalay sa kalubhaan ng iyong kondisyon kung aalukin ka ng bakuna o hindi. Maaaring magpayo ang iyong GP kung ikaw ay karapat-dapat.

Sino ang hindi maaaring magpabakuna?

Walang nilalamang mga buhay na organismo ang mga bakuna, kaya ligtas ito sa mga taong may mga problema sa immune system. Maaaring hindi maganda ang reaksiyon ng mga taong ito sa bakuna. Hindi maaaring magpabakuna ang isang napakaliit na bilang ng mga taong nanganganib na magkaroon ng COVID-19 – kabilang dito ang mga taong may matitinding allergy.

Dapat basahin ng mga babaeng nasa edad ng pagbubuntis, iyong mga buntis o nagpapasuso ang detalyadong impormasyon sa www.nhs.uk/covidvaccination

Mapoprotektahan ba ako ng bakuna?

Mababawasan ng pagbabakuna laban sa COVID-19 ang iyong tsansa na magkaroon ng COVID-19. Maaaring abutin ng isa o dalawang linggo bago makabuo ang iyong katawan ng kaunting proteksyon mula sa unang dosis ng bakuna.

Ipinakitang epektibo ang bakuna at walang mga alalahanin sa kaligtasan ang nakita sa mga pag-aaral ng higit sa 20,000 katao.

Tulad ng lahat ng gamot, walang bakuna ang ganap na epektibo – maaari pa ring makakuha ng COVID-19 ang ibang tao kahit na mayroong bakuna, ngunit ito ay hindi na dapat gaanong malubha.



May mga magiging side effect ba ang bakuna?

Tulad ng lahat ng gamot, maaaring magdulot ang mga bakuna ng mga side effect. Ang karamihan sa mga ito ay banayad at panandalian, at hindi lahat ay nagkakaroon nito. Kahit na mayroon kang mga sintomas pagkatapos ng unang dosis, kailangan mo pa ring magpabakuna ng pangalawang dosis. Bagaman maaari kang makakuha ng kaunting proteksyon mula sa unang dosis, ang pagpapabakuna ng pangalawang dosis ay makapagbibigay sa iyo ng pangmatagalang proteksyon laban sa virus.

Kabilang sa mga napakakaraniwang side effect ang:

- Pagkakaroon ng masakit at mabigat na pakiramdam at pananakit sa braso kung saan ka tinurukan. Madalas na lalala ito sa una hanggang ikalawang araw pagkatapos ng pagbakuna
- pagkapagod
- sakit ng ulo
- pangkalahatang mga pananakit, o mga sintomas na tulad ng sa banayad na trangkaso

Bagaman ang pakiramdam na parang nilalagnat ay bibihira sa loob ng dalawa hanggang tatlong araw, hindi karaniwan ang mataas na temperatura at

maaaring nagpapahiwatig na mayroon kang COVID-19 o iba pang impeksyon. Maaari kang magpahinga at uminom ng normal na dosis ng paracetamol (sundin ang payo sa pakete) para matulongang mapabuti ang iyong pakiramdam.

Ang mga sintomas kasunod ng pagpapabakuna ay kadalasang tumatagal nang wala pang isang linggo. Kung tila lumalala ang iyong mga sintomas o ikaw ay nababahala, tumawag sa NHS 111.

Kung magpapatingin ka sa isang doktor o nars, tiyaking sabihin sa kanila ang tungkol sa iyong pagpapabakuna (ipakita sa kanila ang card ng pagpapabakuna kung maaari) para masuri ka nila nang tama.

Maaari mo ring i-ulat ang mga hinihinalang side effect ng mga bakuna at gamot sa pamamagitan ng Yellow Card scheme. Tingnan ang pahina 11.

Kung kasalukuyan kang nasa labis na madaling mahawahang grupo, mangyaring patuloy na sundin ang patnubay ng pamahalaan.



Nagpabakuna na ako laban sa trangkaso, kailangan ko rin ba ng bakuna laban sa COVID-19?

Hindi ka mapoprotektahan ng bakuna laban sa trangkaso mula sa COVID-19. Dahil karapat-dapat ka sa parehong bakuna, dapat kang magkaroon ng mga ito, ngunit karaniwang may pagitan na di-kukulangin sa isang linggo.

Maaari ba akong magkaroon ng COVID-19 mula sa bakuna?

Hindi ka magkakaroon ng COVID-19 mula sa bakuna pero posibleng nagkaroon ka ng COVID-19 at hindi mo namalayang may mga sintomas ka hanggang sa natapos ang iyong appointment sa pagpapabakuna.

Ang pinakamahalagang mga sintomas ng COVID-19 ay ang kamakailang pagkakaroon ng alinman sa mga sumusunod:

- bagong patuloy na pag-ubo
- mataas na temperatura
- kawalan ng, o pagbabago sa iyong normal na panlasa o pang-amoy

Kung mayroon ka ng mga sintomas na binanggit sa itaas, manatili sa bahay at magplanong magpasuri.

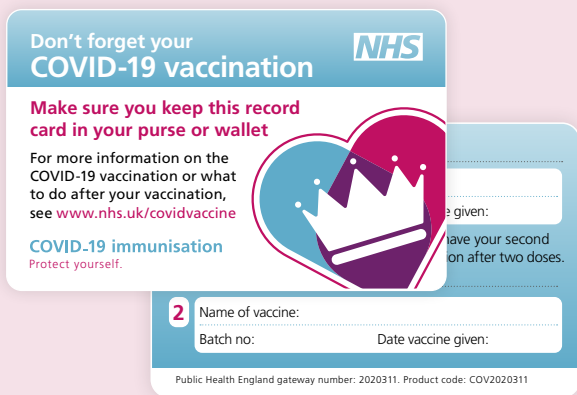
Kung kailangan mo ng higit na impormasyon ukol sa mga sintomas, pumunta sa www.nhs.uk/conditions/coronavirus-COVID-19/symptoms

Ano ang susunod kong gagawin?

Pagkatapos mong maturukan ng unang dosis, kailangan mong magplanong makapunta sa iyong pangalawang appointment. Dapat may record card ka at ang iyong susunod na appointment ay dapat sa pagitan ng 3 at 12 linggo makalipas.

Mahalagang maturukan ng parehong dosis ng bakuna para mabigyan ka ng pinakamahusay na proteksyon.

Pag-ingatan ang iyong card at tiyaking makarating sa iyong susunod na appointment para makuha ang iyong pangalawang dosis.



Don't forget your COVID-19 vaccination **NHS**

Make sure you keep this record card in your purse or wallet

For more information on the COVID-19 vaccination or what to do after your vaccination, see www.nhs.uk/covidvaccine

COVID-19 immunisation
Protect yourself.

2 Name of vaccine: _____
Batch no: _____ Date vaccine given: _____

Public Health England gateway number: 2020311. Product code: COV2020311

Ano ang dapat kong gawin kung sa susunod kong appointment ay masama ang aking pakiramdam?

Kung masama ang iyong pakiramdam, mas mabuting maghintay hanggang sa ikaw ay gumaling bago magpabakuna, ngunit dapat mong subukang makuha ito sa lalong madaling panahon. Hindi ka dapat pumunta sa appointment sa pagpabakuna kung ikaw ay nagbubukod ng sarili, naghihintay ng pagpapasuri sa COVID-19 o hindi sigurado kung maayos ang iyong kalusugan at kalagayan.

Maaari ba akong makapanghawa ng COVID-19 sa sinuman, pagkatapos kong magpabakuna?

Ang bakuna ay hindi maaaring magdulot sa iyo ng COVID-19, at ang dalawang dosis ay makakabawas ng iyong tsansang magkasakit nang malubha. Hindi pa natin alam kung mapipigilan ka nitong makakuha at makapagpasa ng virus. Kaya, mahalagang sundin ang patnubay sa iyong lugar para maprotektahan ang nasa paligid mo.

Upang protektahan ang iyong sarili at iyong pamilya, mga kaibigan at katrabaho, kailangan mo pa ring:

- ugaliin ang pagdistansya sa kapwa
- magsuot ng face mask
- hugasan ang iyong mga kamay nang mabuti at madalas
- sundin ang kasalukuyang patnubay

www.gov.uk/coronavirus

Pakibasa ang polyeto tungkol sa impormasyon sa produkto para sa higit na detalye tungkol sa iyong bakuna, kabilang ang maaaring mga side effect, sa pamamagitan ng paghahanap sa Coronavirus Yellow Card.

Maaari mo ring i-ulat ang mga hinihinalang side effect sa parehong website o sa pamamagitan ng pag-download ng Yellow Card app.

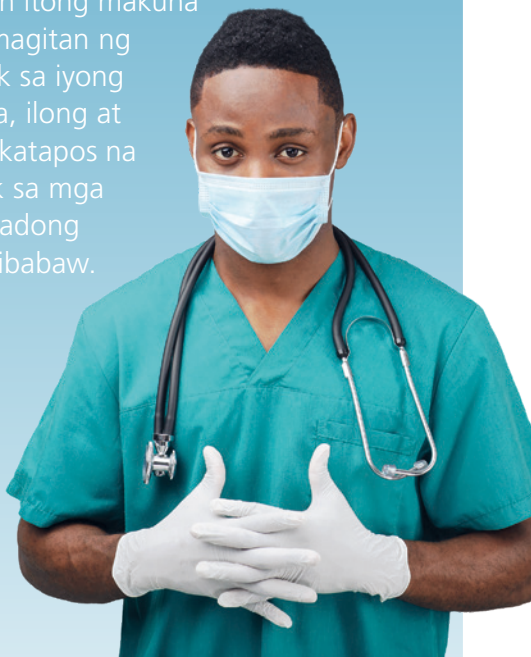


coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk

Tandaan

Ang COVID-19 ay naikakalat sa pamamagitan ng mga patak (droplets) na hinihinga palabas mula sa ilong o bibig, lalo na kapag nagsasalita o umuubo.

Maaari din itong makuha sa pamamagitan ng paghawak sa iyong mga mata, ilong at bibig pagkatapos na humawak sa mga kontaminadong bagay at ibabaw.



Pagpapabakuna, nakakatulong na maprotektahan ang mga may pinakamataas na panganib na mahawahan.

Kung kailangan mo ng higit na impormasyon sa pagpapabakuna laban sa COVID-19, mangyaring pumunta sa:

www.nhs.uk/covidvaccination

© Crown copyright 2020

COV2020351V2TL 22M 1p DEC (APS) 2020

Public Health England gateway number: 2020561

Maaari kang humingi ng higit pa ng mga libreng polyetong ito sa www.healthpublications.gov.uk