



Public Health
England

NHS

COVID-19 aşısı

İleri yaştaki yetişkinler için rehber

**Bu broşür, COVID-19 aşısını,
kimlerin aşı olmak için
uygun şartlara sahip
olduğunu ve kendilerini
Koronavirüsten korumak
için kimlerin aşı yaptırması
gerektiğini açıklar.**



COVID-19 immunisation

Kendinizi koruyun.

İçindekiler

COVID-19 ya da Koronavirüs nedir?

Aşı tipleri hakkında

COVID-19 aşılarını kimler olmalıdır?

COVID-19 enfeksiyonundan dolayı yüksek risk altında mıyım?

Aşığı kimler olamaz?

Aşı beni koruyacak mı?

Aşının yan etkileri olacak mı?

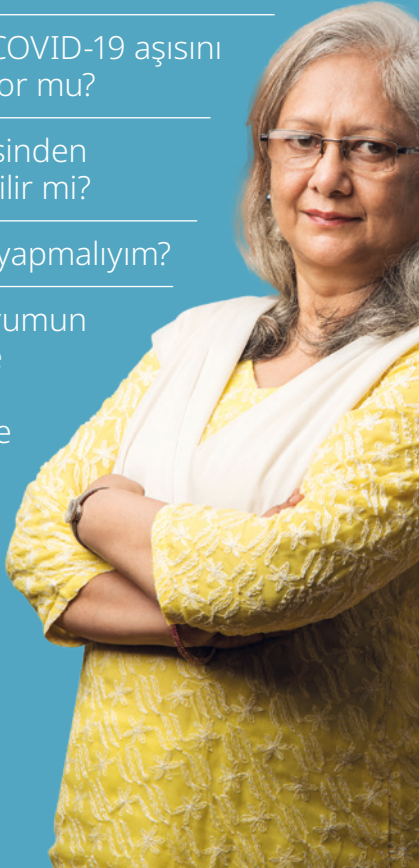
Grip aşısı oldum, COVID-19 aşısını da olmam gerekiyor mu?

Bana aşının kendisinden COVID-19 bulaşabilir mi?

Bundan sonra ne yapmalıyım?

Bir sonraki randevumun zamanı geldiğinde kendimi iyi hissetmiyorsam ne yapmalıyım?

Aşığı olduktan sonra bir başkasına COVID-19 bulaştırma olasılığım var mı?



COVID-19 ya da Koronavirüs nedir?

COVID-19'a, SARS-CoV-2 olarak bilinen yeni bir koronavirüsü sebep olur. Virüs, ilk olarak 2019 yılının sonunda tespit edilmiştir. Son derece bulaşıcıdır ve şiddetli solunum yolları hastalıklarına yol açabilir.

Enfekte olan kişilerin çoğunda herhangi bir belirti görülmeyebilir ya da sadece hafif belirtiler görülebilir. Belirtiler genel olarak öksürük, ateş, baş ağrısı ve tat ya da koku duygusu kaybıyla başlar.

Bazı kişiler kendilerini son derece yorgun hisseder, kas ağrısı, ishal, kusma, ateş ve kafa karışıklığı gibi belirtiler yaşarlar. Akabinde az sayıdaki insanda, hastaneye ya da yoğun bakım ünitesine yatırılmayı gerektirecek şiddetli hastalık gelişir.

Genel olarak enfekte olan her 100 kişiden 1'inden daha az sayıda insan COVID-19 sebebiyle yaşamını yitirecektir ancak bu sayı 75 yaş üstündekilerde 10'da 1'e çıkar.

COVID-19 için bir tedavi yoktur ancak yakın zaman içerisinde test edilmiş bazı tedaviler komplikasyon risklerini azaltmaya yardımcı olmaktadır.

Aşı tipleri hakkında

Birleşik Krallık'ta, onaylandıktan sonra kullanılacak olan iki tip COVID-19 aşısı bulunur. En iyi korumayı sağlamaları için her iki aşıdan da iki doz yapılması gerekir.

COVID-19 aşılarını kimler olmalıdır?

Bağımsız bir uzman grubu olan Aşılama ve Bağışıklama Ortak Komitesi (JCVI), NHS'in bu aşıları öncelikle enfeksiyona yakalanma ve enfeksiyona yakalanmaları durumunda ciddi komplikasyonlardan muzdarip olma riskleri yüksek olan kişilere sunmasını tavsiye etmiştir.

Buna ileri yaştaki yetişkinler, ön saf sağlık ve sosyal bakım çalışanları, bakım evleri sakinleri ve personeli ve belirli klinik rahatsızlıklara sahip kişiler dahildir. Daha fazla aşı mevcut hale geldiğinde aşılar, mümkün olan en kısa zamanda diğer risk altındaki insanlara sunulacaktır.

COVID-19 enfeksiyonundan dolayı yüksek risk altında mıyım?

Koronavirüs herkesi etkileyebilir. İleri yaştaki bir yetişkinseniz ve uzun süreli bir sağlık sorununuz varsa, COVID-19 son derece ciddi ve bazı durumlarda ölümcül olabilir.

Aşağıdaki kategorilere giriyorsanız COVID-19 aşısını olmalısınız:

- yaşlılar için bir bakım evinde yaşayan ya da çalışan bir yetişkin
- ön saf sağlık çalışanı
- ön saf sosyal bakım çalışanı
- ileri yaştaki yetişkinlere bakan, evde bakım ortamında çalışan bir bakıcı
- 65 yaş ve üstündekiler
- uzun süreli klinik rahatsızlıklara sahip daha genç yetişkinler (bir sonraki sayfaya bakınız)

Aşı, aynı zamanda aşağıdaki rahatsızlıklara sahip yetişkinlere de sunulacaktır:

- kan kanseri (lösemi, lenfoma veya miyelom)
- diyabet
- demans (bunama)
- bir kalp sorunu
- bronşit, amfizem veya şiddetli astım dahil göğüs şikayeti veya solunum güçlüğü
- bir böbrek hastalığı
- bir karaciğer hastalığı
- bir hastalık veya tedavi (HIV enfeksiyonu, steroid ilacı veya kemoterapi ya da radyoterapi gibi) sebebiyle zayıflamış bağışıklık sistemi
- romatoid artrit, lupus veya sedef hastalığı
- bir organ nakli olmuş olmak
- inme veya geçici iskemik atak (TIA) geçirmiş olmak
- bir nörolojik rahatsızlık veya kas atrofisi rahatsızlığı
- şiddetli ya da yoğun öğrenme güçlüğü
- dalağınızla ilgili bir sorun; örn. orak hücre hastalığı veya dalağınızın alınmış olması
- aşırı kilolu olmak (40 ve üzeri Vücut Kitle Endeksi)
- şiddetli akıl hastalığı

Klinik Olarak Aşırı Savunmasız grubuna giren herkes COVID-19 aşısı olabilecektir. Size aşının sunulup sunulmaması, hastalığınızın şiddetine bağlı olabilir. Aile Hekiminiz sizi aşı için uygun şartlara sahip olup olmadığınız konusunda bilgilendirebilir.

Aşırı kimler olamaz?

Aşılar canlı organizmalar içermediğinden bağışıklık sistemi bozukluklarına sahip insanlar için güvenlidirler. Bu insanlar aşılar için çok iyi bir şekilde yanıt vermeyebilir. COVID-19 riski altında olan çok az sayıdaki insan aşırı olamaz - buna, şiddetli alerjileri olan insanlar da dahildir.

Çocuk doğurma yaşındaki, hamile olan ya da emziren kadınlar aşağıdaki adreste mevcut olan ayrıntılı bilgileri okumalıdır:

www.nhs.uk/covidvaccination.

Aşı beni koruyacak mı?

COVID-19 aşısı, COVID-19 hastalığından muzdarip olma riskinizi azaltacaktır.

Vücudunuzun aşının ilk dozundan koruma oluşturması bir veya iki hafta sürebilir.

Aşının etkili olduğu kanıtlanmıştır ve 20.000'den fazla insan üzerinde yapılan çalışmalarda herhangi bir güvenlik endişesine rastlanmamıştır.

Tüm ilaçlar için geçerli olduğu gibi hiçbir aşı tamamen etkili değildir - bazı insanlar aşı olmalarına rağmen COVID-19'a yakalanabilir ancak hastalık muhtemelen daha düşük şiddetli seyredecektir.



Aşının yan etkileri olacak mı?

Tüm ilaçlar için geçerli olduğu gibi aşılar da yan etkilere sebep olabilir. Bunların çoğu hafiftir ve kısa sürer ve herkeste görülmez. İlk dozdan sonra belirtileriniz olsa dahi ikinci doz aşığı da olmanız gerekecektir. İlk doz size bir miktar koruma sağlasa da ikinci dozu da olmanız size virüse karşı uzun süreli koruma sağlayacaktır.

En yaygın görülen yan etkilere aşağıdakiler dahildir:

- aşığı olduğunuz kolunuzda ağrı, ağırlık ve sertlik hissi duyma. Bunun en kötü hissedildiğı zaman genellikle aşıdan 1-2 gün sonrasdır
- kendinizi yorgun hissetme
- baş ağrısı
- genel ağrılar ya da hafif gribe benzer belirtiler

İki-üç gün boyunca ateşli hissetmek olağandışı bir durum olmasa da yüksek ateş görülmesi olağandışıdır ve COVID-19 ya da başka bir enfeksiyona sahip

oldüğunuzun işareti olabilir. Dinlenebilir ve normal dozda parasetamol alabilirsiniz (kendinizi iyi hissetmenize yardımcı olması için paketin üzerindeki talimatlara uyun).

Aşıdan sonra belirtiler normalde bir haftadan daha az sürer. Belirtileriniz kötüleşirse ya da endişeliyseniz, NHS 111'i arayın.

Bir doktor ya da hemşirenin tavsiyesine başvurursanız, sizi uygun bir şekilde değerlendirebilmeleri için onları aşınız konusunda bilgilendirdiğinizden emin olun (mümkünse onlara aşı kartınızı gösterin).

Aşılar ve ilaçlar hakkında şüphelenilen yan etkileri Sarı Kart programı (Yellow Card scheme) aracılığıyla da rapor edebilirsiniz. Sayfa 11'e bakınız.

Şu anda klinik olarak son derece savunmasız kişiler grubuna dahilseniz, lütfen hükümetin tavsiyelerini uygulamaya devam edin.



Grip aşısı oldum, COVID-19 aşısını da olmam gerekiyor mu?

Grip aşısı sizi COVID-19'dan korumaz. Her iki aşı için de uygun şartlara sahip olduğunuzdan, en az birer hafta arayla olmak üzere her iki aşığı da olmalısınız.

Bana aşının kendisinden COVID-19 bulaşabilir mi?

Size aşının kendisinden COVID-19 bulaşmaz ancak COVID-19'a yakalanmış olup belirtilerinizin olduğunun farkına aşı randevunuzdan sonra varmanız mümkündür.

COVID-19'un en önemli belirtileri, yakın zaman önce aşağıdakilerin başlamasıdır:

- yeni, sürekli öksürük
- yüksek ateş
- normal tat ya da koku alma duyunuzun kaybolması veya değişmesi

Yukarıdaki belirtilere sahipseniz, evde kalın ve bir test yaptırın.

Belirtiler hakkında daha fazla bilgiye ihtiyacınız varsa, şu adresi ziyaret edin:

www.nhs.uk/conditions/coronavirus-COVID-19/symptoms

Bundan sonra ne yapmalıyım?

İlk dozu olduktan sonra ikinci randevunuza katılmak için plan yapmalısınız. Size bir aşı kayıt kartı verilmiş olmalı ve bir sonraki randevunuz 3 ila 12 hafta sonra olmalıdır.

En iyi korumaya sahip olmanız için aşının her iki dozunu da olmanız önemlidir.

Kartınızı güvenli bir şekilde muhafaza edin ve ikinci aşı dozunuzu almak için bir sonraki randevunuza gittiğinizden emin olun.

**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

Bir sonraki randevumun zamanı geldiğinde kendimi iyi hissetmiyorsam ne yapmalıyım?

Kendinizi iyi hissetmiyorsanız, aşınızı olmak için iyileşmeyi beklemeniz daha iyidir ancak aşığı mümkün olan en kısa zamanda olmaya çalışmalısınız. Kendinizi izole ediyorsanız, bir COVID-19 testinin sonucunu bekliyorsanız ya da zinde ve sağlığınızın yerinde olduğundan emin değilseniz, aşı randevusuna gitmemelisiniz.

Aşıyı aldıktan sonra bir başkasına COVID-19 bulaştırma olasılığım var mı?

Aşı size COVID-19 enfeksiyonu bulaştıramaz ve iki doz aşı ciddi şekilde hasta olma riskinizi düşürecektir. Aşının, virüse yakalanıp onu diğer insanlara bulaştırmanızı durdurup durdurmayacağını henüz bilmiyoruz. Bu sebeple, çevrenizdekileri korumak amacıyla bulunduğunuz yerel bölge için geçerli yönergelerle uymanız önemlidir.

Kendinizi ve ailenizi, arkadaşlarınızı ve meslektaşlarınızı korumak için:

- sosyal mesafe kurallarına uymaya
- yüz maskesi kullanın
- ellerinizi dikkatli bir şekilde ve sık sık yıkamaya devam edin
- mevcut yönergeyi takip edin

www.gov.uk/coronavirus

Muhtemel yan etkiler dahil aşıınız hakkında daha fazla bilgi için, internet üzerinden Coronavirus Yellow Card sözcüğünü aramak suretiyle lütfen ürün bilgi broşürünü okuyun.

Şüphelenilen yan etkileri de aynı web sitesi üzerinde ya da Yellow Card uygulamasını indirerek de rapor edebilirsiniz.



coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk

Unutmayın

COVID-19, özellikle konuşurken ya da öksürürken burun ya da ağızdan çıkan damlacıklar aracılığıyla yayılmaktadır. Ayrıca, kontamine olmuş eşyalar ve yüzeylerle temas ettikten sonra gözlerinize, burnunuza ve ağızınıza dokunmak suretiyle de bulaşabilir.



Aşı, en savunmasız kişileri korumaya yardımcı olur.

COVID-19 aşısı hakkında daha fazla bilgiye ihtiyacınız varsa lütfen şu adresi ziyaret edin:
www.nhs.uk/covidvaccination

© Crown telif hakkı 2020

COV2020351V2TR 22M 1p DEC (APS) 2020

İngiltere Halk Sağlığı Kurumu geçit numarası: 2020425

Şu adresten bu broşürlerden daha fazla sipariş edebilirsiniz:
www.healthpublications.gov.uk