ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ COVID-19 ਅਤੇ ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ
ਮਾਪਿਆਂ/ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਨੂੰ ਕੀ ਪਤਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ

6 ਮਹੀਨੇ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ COVID-19 ਅਤੇ ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਕਿਉਂ ਲਗਵਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?

ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ, ਫਲੂ ਮੌਤ ਦਾ ਇੱਕ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਰਾਹੀਂ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ 15 ਮਿਲੀਅਨ ਤੋਂ ਵੱਧ ਬੱਚੇ COVID-19 ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਏ ਹਨ। 6 ਮਹੀਨੇ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ COVID-19 ਅਤੇ ਫਲੂ ਦੀ ਵੈਕਸੀਨ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ, ਇਸ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਮੌਜੂਦ ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਸਿਹਤਮੰਦ ਬੱਚੇ ਵੀ COVID-19 ਅਤੇ ਫਲੂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੂਜਿਆਂ ਤੱਕ ਇਸਨੂੰ ਫੈਲਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਇਹ ਵੈਕਸੀਨਾਂ COVID-19 ਅਤੇ ਫਲੂ ਕਾਰਨ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ, ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਭਰਤੀ ਹੋਣ ਅਤੇ ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਮੌਤ ਹੋਣ ਦੇ ਖ਼ਤਰੇ ਤੋਂ ਵੀ ਬਚਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੀ ਸਹੂਲਤ ਲਈ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ, COVID-19 ਅਤੇ ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨ ਇੱਕੋ ਸਮੇਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਕਿਵੇਂ ਲਗਵਾਵਾਂ?

ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ ਰਾਜ 18 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੱਕ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਾਰੀਆਂ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕੀਤੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਲਾਗਤ ਦੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਿਯਮਤ ਕਲੀਨਿਕ ਤੋਂ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਕੀ ਉਹਨਾਂ ਕੋਲ COVID-19 ਅਤੇ ਫਲੂ ਦੀ ਵੈਕਸੀਨ ਹੈ।

ਜਿਹੜੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਕੋਲ ਕੋਈ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਨਹੀਂ ਹੈ ਉਹ Help Me Grow (ਹੈਲਪ ਮੀ ਗ੍ਰੋ) WA ਹੌਟਲਾਈਨ ਨੂੰ 1-800-322-2588 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ, ਕਲੀਨਿਕ ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਹੋਰ ਸਰੋਤ ਲੱਭਣ ਲਈ ParentHelp123.org 'ਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸੇਵਾ ਮੁਫ਼ਤ ਹੈ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ ਸੰਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ Vaccines.gov 'ਤੇ ਵੀ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਮੌਜੂਦ ਸਥਾਨਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿੱਥੇ COVID-19 ਅਤੇ ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ ਅਤੇ ਜਿੱਥੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਿੰਨੀਆਂ ਖੁਰਾਕਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

ਫਲੂ:

- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਨਿੱਕਾ ਬੱਚਾ ਜਾਂ 8 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦਾ ਬੱਚਾ ਆਪਣੀ *ਪਹਿਲੀ* ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ 1 ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਅੰਤਰਾਲ ਵਿੱਚ 2 ਖੁਰਾਕਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ।

- ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਇੱਕ ਵਾਰ ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਈ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ 1 ਖੁਰਾਕ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ।

COVID-19:

- 6 ਮਹੀਨੇ - 4 ਸਾਲ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ 3-ਖੁਰਾਕਾਂ ਵਾਲੀ Pfizer ਸੀਰੀਜ਼ ਜਾਂ 2-ਖੁਰਾਕਾਂ ਵਾਲੀ Moderna ਸੀਰੀਜ਼ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- 5 ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ Pfizer ਜਾਂ Moderna ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ 1 ਖੁਰਾਕ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

  6+ ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਜਿਹਨਾਂ ਦੀ ਇਮਿਊਨਿਟੀ ਦਰਮਿਆਨੀ ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ 3-ਖੁਰਾਕਾਂ ਵਾਲੀ ਸੀਰੀਜ਼ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਆਪਣੀ ਆਖਰੀ ਖੁਰਾਕ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 2 ਮਹੀਨਿਆਂ ਬਾਅਦ ਵਾਧੂ ਖੁਰਾਕਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਆਪਣੇ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ COVID-19 ਅਤੇ ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਕਿਹੜੇ ਵਿਕਲਪ ਉਪਲਬਧ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਵਿਕਲਪ ਕਿਹੜੇ ਹਨ।

COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਬਾਰੇ ਸਵਾਲਾਂ ਲਈ:

ਇੱਥੇ ਜਾਓ: VaccinateWA.org/kids

ਕਾਲ ਕਰੋ: 1-833-VAX-HELP (1-833-829-4357), # ਦਬਾਓ

ਭਾਸ਼ਾ ਸੰਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

flu free WASHINGTON

Vaccinate WA

CovidVaccineWA.org

ਅਕਸਰ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਵਾਲ: COVID-19 ਅਤੇ ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ

ਜੇ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਹੋਈ ਹੈ ਤਾਂ ਕੀ ਉਸਨੂੰ ਅੱਪਡੇਟ ਕੀਤੀ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

ਹਾਂ। ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸਾਹ ਦੇ ਵਾਇਰਸ ਵਾਲੇ ਮੌਸਮ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਫੈਲਣ ਵਾਲੇ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਰੂਪ ਨਾਲ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਨ ਲਈ COVID-19 ਅਤੇ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਦੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਨੂੰ ਅੱਪਡੇਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਪਰ ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦਾ ਪੱਧਰ ਘੱਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅੱਪ-ਟੂ-ਡੇਟ ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਇਹਨਾਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਤਰੀਕਾ ਹੈ। ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਰੋਗ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਸ਼ਕਤੀ ਹਾਸਲ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਲਗਭਗ 2 ਹਫ਼ਤੇ ਲੱਗ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਕੀ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ?

ਹਾਂ, COVID-19 ਅਤੇ ਫਲੂ ਦੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਵਿੱਚ ਹੋਏ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਕਲੀਨਿਕਲ ਟਰਾਇਲਾਂ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਵੀ ਗੰਭੀਰ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਮਿਲੇ ਹਨ। ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨ ਨੂੰ 70 ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ੀਲਤਾ ਲਈ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਅਤੇ ਨਿਗਰਾਨੀ ਲਗਾਤਾਰ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਗੰਭੀਰ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਬਹੁਤ ਹੀ ਘੱਟ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲਦੇ ਹਨ। 6 ਮਹੀਨੇ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਹਰੇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ COVID-19 ਅਤੇ ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਇਹਨਾਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੇ ਆਮ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕੀ ਹਨ?

ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਬਾਂਹ ਦਾ ਦਰਦ, ਥਕਾਵਟ, ਸਿਰ ਦਰਦ ਅਤੇ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੀ ਗੰਭੀਰਤਾ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹਲਕੀ ਤੋਂ ਦਰਮਿਆਨੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਪ੍ਰਭਾਵ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ 2 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਪੇਸ਼ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ 1 ਤੋਂ 2 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਵਿੱਚ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸਬੂਤਾਂ ਨੇ COVID-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਅਤੇ ਮਾਇਓਕਾਰਡਾਈਟਿਸ / ਪੈਰੀਕਾਰਡਾਈਟਿਸ ਵਿਚਕਾਰ ਸੰਬੰਧ ਦਿਖਾਇਆ ਹੈ; ਹਾਲਾਂਕਿ ਅਜਿਹਾ ਘੱਟ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ COVID-19 ਦੇ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਬੱਚੇ COVID-19 ਅਤੇ/ਜਾਂ ਫਲੂ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਜੋਖਮ, ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੇ ਜੋਖਮ ਤੋਂ ਕਿਤੇ ਵੱਧ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਇਹ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਵੈਕਸੀਨ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ; COVID-19 ਅਤੇ ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਕਾਰਨ ਬਿਮਾਰੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਲਈ ਕੀ ਲਿਆਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ, 18 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਨੂੰ ਸਹਿਮਤੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ। ਵੈਕਸੀਨ ਕੇਂਦਰ ਤੋਂ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਹਿਮਤੀ ਦੇਣ ਲਈ ਕੀ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਕੋਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਲੋੜਾਂ ਹਨ ਤਾਂ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਬੁੱਕ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਉਹਨਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣਾ ਨਾ ਭੁੱਲੋ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਖਿਡੌਣਾ ਜਾਂ ਕੋਈ ਮਨੋਰੰਜਨ ਵਾਲੀ ਚੀਜ਼ ਨਾਲ ਲਿਆਉਣਾ ਮਦਦਗਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਮੇਰੇ ਹੋਰ ਸਵਾਲ ਹਨ। ਮੈਂ ਜਵਾਬ ਕਿੱਥੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਾਂ?

ਹੋਰ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ VaccinateWA.org/kids 'ਤੇ ਜਾਓ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਨਾਲ ਵੀ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

Washington State Department of HEALTH

DOH 820-249 December 2023 Punjabi

ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਫਾਰਮੈਟ ਵਿੱਚ ਇਸ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਲਈ ਬੇਨਤੀ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ, 1-800-525-0127 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਬਹਿਰੇ ਗਾਹਕ ਜਾਂ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਗਾਹਕਾਂ ਨੂੰ ਉੱਚਾ ਸੁਣਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ 711 (Washington Relay) 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ doh.information@doh.wa.gov 'ਤੇ ਈਮੇਲ ਕਰੋ।