ভ্যাকসিনের প্রতি আস্থা সংক্রান্ত আলোচনার বিষয়বস্তু

যেসব ব্যক্তি সুস্থ এবং প্রতিবন্ধী ব্যক্তিদের কোভিড-১৯ ভ্যাকসিন নিতে সহায়তা এবং উৎসাহ প্রদানের জন্য কাজ করে থাকেন তারা এই কথা বলার বিষয়গুলোকে নির্দেশিকা হিসাবে ব্যবহার করতে পারেন। এই কথা বলার বিষয়গুলো ব্যক্তিগত পর্যায়ে কথোপকথন, সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম বা লিখিত প্রবন্ধে ব্যবহার করা যেতে পারে। এই নির্দেশিকাটি "প্রশ্নোত্তর" আকারে সাজানো হয়েছে এবং কোভিড-১৯ ভ্যাকসিন সম্পর্কে প্রতিবন্ধী ব্যক্তিদের সাধারণত যেসব প্রশ্ন থাকে সেগুলোর নমুনা প্রত্যুত্তর উপস্থাপন করে। যদিও এখানে একটি সাধারণ কাঠামো এবং নমুনা প্রত্যুত্তর উপস্থাপন করা হয়েছে, আমরা এ ধরনের ব্যক্তিদের সেবায় নিয়োজিত এবং স্থানীয় সুবিধাদির সঙ্গে সম্পৃক্ত ব্যক্তি এবং সংস্থাগুলোকে প্রয়োজন অনুযায়ী এই বার্তাগুলোকে সঙ্গতিপূর্ণ করার জন্য উৎসাহিত করছি। এই নির্দেশিকাটি সাবলীল ভাষায় লেখা হয়েছে এবং বুদ্ধি প্রতিবন্ধী ব্যক্তিদের দ্বারা তৈরি এবং পর্যালোচনা করা হয়েছে।

কেন ভ্যাকসিন নিতে হবে?

কোন প্রতিবন্ধী ব্যক্তি যদি জিজ্ঞাসা করে: "কেন আমার ভ্যাকসিন গ্রহণ করা উচিত?"

আপনি বলতে পারেন...

- ফ্লু এর টিকার মত কোভিড -১৯ ভ্যাকসিনও একটি টিকা। ফ্লু এর টিকা যেমন ফ্লু সংক্রান্ত অসুস্থতার তীব্রতা থেকে রক্ষা করে, এই টিকাও তেমন কোভিড -১৯ সংক্রান্ত অসুস্থতার তীব্রতা থেকে রক্ষা করে।
- এই টিকা গ্রহণ আপনার পরিবার, বন্ধুবান্ধব এবং কাছের মানুষদেরও সুস্থ থাকতে সহায়তা করবে। ভ্যাকসিন গ্রহণের পর সাধারণত আপনার মাধ্যমে অন্য কারও শরীরে কোভিড -১৯ সংক্রমণের সম্ভাবনা থাকে না।
- আমরা জানি যে, প্রতিবন্ধিতা বা প্রতিবন্ধিতাজনিত শারীরিক অবস্থার কারণে প্রতিবন্ধী ব্যক্তিদের কোভিড -১৯ এ আক্রান্ত হওয়ার বা কোভিড -১৯ সংক্রমণের কারণে তীব্র অসুস্থ হওয়ার সম্ভাবনা বেশি থাকে। আপনার যদি প্রতিবন্ধিতা থেকে থাকে, তাহলে সুস্থ থাকার জন্য আপনার এ টিকা গ্রহণ করা অত্যন্ত জরুরি।
- টিকা গ্রহণ আপনাকে আপনি যে কাজগুলো করতে উপভোগ করেন, যেমন, অন্যদের সঙ্গে সময় কাটানো, কাজে যাওয়া, এবং সমাজে বের হওয়া- এগুলো নিরাপদে করতে সাহায্য করে।
- যাদের এ টিকাটি গ্রহণ করা সম্ভব, তাদের জন্য এ টিকাটি গ্রহণ করা গুরুত্বপূর্ণ। টিকা গ্রহণ আপনাকে সুস্থ থাকতে সহায়তা করবে।

AUCD
ASSOCIATION OF UNIVERSITY CENTERS ON DISABILITIES
THE LEADERSHIP, EDUCATION, ADVOCACY & RESEARCH NETWORK

DISABILITY IN PUBLIC HEALTH

National Center on Disability in Public Health
Public health is for everyone.

PREPARED 4ALL

প্রতিবন্ধী ব্যক্তির পরিবারের কোন সদস্য যদি জিজ্ঞাসা করে: “কেন আমার ভ্যাকসিন গ্রহণ করা উচিত?”

আপনি বলতে পারেন...

- যাদের এ টিকাটি গ্রহণ করা সম্ভব, তাদের জন্য এ টিকাটি গ্রহণ করা গুরুত্বপূর্ণ। টিকা গ্রহণ আপনাকে সুস্থ থাকতে সহায়তা করবে।
- ভ্যাকসিন গ্রহণের পর সাধারণত আপনার মাধ্যমে অন্য কারও শরীরে কোভিড –১৯ সংক্রমণের সম্ভাবনা থাকে না। এই টিকা গ্রহণ আপনার পরিবারের প্রতিবন্ধী সদস্যকে নিরাপদ রাখতে সহায়তা করবে।
- আমরা জানি যে, প্রতিবন্ধী ব্যক্তিদের কোভিড –১৯ এ আক্রান্ত হওয়ার বা কোভিড –১৯ সংক্রমণের কারণে তীব্র অসুস্থ হওয়ার সম্ভাবনা বেশি থাকে। আপনার পরিবারের কার যদি প্রতিবন্ধিতা থেকে থাকে, তাহলে তাদের সুস্থ রাখার জন্য আপনার এ টিকা গ্রহণ করা অত্যন্ত জরুরি।

যদি কোন ডিরেক্ট সাপোর্ট প্রফেশনাল জিজ্ঞাসা করেন: “কেন আমার ভ্যাকসিন গ্রহণ করা উচিত?”

আপনি বলতে পারেন...

- যাদের এ টিকাটি গ্রহণ করা সম্ভব, তাদের জন্য এ টিকাটি গ্রহণ করা গুরুত্বপূর্ণ। টিকা গ্রহণ আপনার পরিবার ও বন্ধুবান্ধবদের সুরক্ষিত রাখার সবচেয়ে ভাল উপায়।
- ভ্যাকসিন গ্রহণের পর সাধারণত আপনার মাধ্যমে অন্য কারও শরীরে কোভিড –১৯ সংক্রমণের সম্ভাবনা থাকে না। এই টিকা গ্রহণ আপনাকে সুস্থ থাকতে সহায়তা করবে।
- যেহেতু আপনাকে পেশাগত কারণে সশরীরে অন্যদের সংস্পর্শে আসতে হয়, আপনার কোভিড –১৯ এ আক্রান্ত হওয়ার সম্ভাবনা বেশি। টিকা গ্রহণ আপনার পরিবার ও বন্ধুবান্ধবদের সুরক্ষিত রাখার জন্য অত্যন্ত জরুরি।
- আপনি যে প্রতিবন্ধী ব্যক্তিদের সেবায় নিয়োজিত তারা কোভিড –১৯ এ আক্রান্ত হলে তাদের তীব্রভাবে অসুস্থ হওয়ার ঝুঁকি বেশি থাকে। ভ্যাকসিন গ্রহণ তাদেরকে সুস্থ রাখার সবচেয়ে ভাল উপায়।
- টিকা গ্রহণ আপনাকে আপনি যে কাজগুলো করতে উপভোগ করেন, যেমন, অন্যদের সঙ্গে সময় কাটানো, এবং সমাজে বের হওয়া– এগুলো নিরাপদে করতে সাহায্য করে।

যদি কেউ জিজ্ঞাসা করে: "যদি আমার ইতোমধ্যেই কোভিড-১৯ হয়ে থাকে, তবুও কি আমার ভ্যাকসিন গ্রহণ করার প্রয়োজন আছে ?"

আপনি বলতে পারেন...

- হ্যাঁ। যারা নিরাপদে টিকা গ্রহণ করতে পারবেন,তাদের সকলেরই এটা নেওয়া উচিত।
- আপনার একবার কোভিড -১৯ হয়ে থাকলে আপনি আবার আক্রান্ত হবেন না সেটা চিকিৎসাসেবীরা এখনও নিশ্চিতভাবে বলতে পারছেন না। টিকা গ্রহণ আপনাকে আবার কোভিড-১৯ এ আক্রান্ত হওয়া থেকে নিরাপদ থাকতে সাহায্য করবে।

যদি কোনো প্রতিবন্ধী শিশুর মা-বাবা বা অভিভাবক জিজ্ঞাসা করেন, "আমার প্রতিবন্ধী শিশুর কি কোভিড-১৯ ভ্যাকসিন নেওয়া উচিত?"

আপনি বলতে পারেন...

- যেসব শিশুর বয়স বারো বছরের বেশি, তাদের প্রতিবন্ধিতা থাকুক বা না থাকুক, তারা সবাই কোভিড -১৯ ভ্যাকসিন গ্রহণ করতে পারে। বারো বছরের কম বয়সী শিশুরা এখনও টিকা নিতে পারছে না, কিন্তু তারা শীঘ্রই হয়ত ভ্যাকসিন নিতে পারবে।
- টিকা গ্রহণ করা আপনার সন্তান, পরিবার ও আপনার সন্তানের বন্ধু এবং সহপাঠীদের কোভিড-১৯ থেকে নিরাপদ রাখতে সাহায্য করবে।
- কিছু শিশু, তাদের প্রতিবন্ধিতা থাকুক বা না থাকুক, নির্দিষ্ট কিছু অসুস্থতাজনিত কারণে ভ্যাকসিন নিতে পারে না। এ ব্যাপারে আপনি নিশ্চিতভাবে না জানলে প্রথমে আপনার সন্তানের চিকিৎসকের পরামর্শ গ্রহণ করা উচিত।
- ভ্যাকসিন গ্রহণ আপনার সন্তানকে স্কুলে, কর্মকাণ্ডে, বা অন্যদের সাথে বিভিন্ন অনুষ্ঠানে পুনরায় অংশগ্রহণের ক্ষেত্রে নিরাপদ থাকতে সাহায্য করবে।
- শিশুদের জন্য ভ্যাকসিনটি নিরাপদ কিনা তা নিশ্চিত করার জন্য প্রাথমিক মূল্যায়নে কতজন প্রতিবন্ধী শিশু অন্তর্ভুক্ত ছিল তা আমরা জানি না। কিন্তু বর্তমানে অনেক প্রতিবন্ধী শিশু নিরাপদে তাদের টিকা গ্রহণ করেছে।

ভ্যাকসিনের নিরাপত্তা

যদি একজন প্রতিবন্ধী ব্যক্তি* জিজ্ঞাসা করেন: "ভ্যাকসিনটি কি আমার জন্য নিরাপদ?"

আপনি বলতে পারেন...

- ভ্যাকসিনটি নিরাপদ, এবং এটি কাজ করে। ভ্যাকসিনটি আপনার জন্য নিরাপদ কিনা সে সম্পর্কে আরো জানতে চাইলে আপনার একজন বিশ্বস্ত ডাক্তারের সাথে যোগাযোগ করা উচিত।
- যেসব চিকিৎসকেরা এই ভ্যাকসিন নিয়ে কাজ করেছেন তারা নিশ্চিত করেছেন যে এটা সকল পরিবেশ,বয়স এবং লিঙ্গের মানুষের জন্য নিরাপদ।
- নিরাপত্তার স্বার্থে, প্রত্যেককে তাদের টিকা গ্রহণ করার পর দশ থেকে পনেরো মিনিট সেই স্থানে থাকতে বলা হয়। এটা করা হয় কারণ যদি কারও টিকা গ্রহণে খারাপ প্রতিক্রিয়া হয় তাহলে যেন সে একজন চিকিৎসাসেবীকে পাশে পান।
- ভ্যাকসিনটি নিরাপদ কিনা তা নিশ্চিত করার জন্য প্রাথমিক মূল্যায়নে কতজন ব্যক্তি অন্তর্ভুক্ত ছিল তা আমরা জানি না। কিন্তু বর্তমানে অনেক প্রতিবন্ধী ব্যক্তিই নিরাপদে তাদের টিকা গ্রহণ করেছে।
- কিছু মানুষ,তাদের প্রতিবন্ধিতা থাকুক বা না থাকুক, নির্দিষ্ট কিছু অসুস্থতাজনিত কারণে ভ্যাকসিন নিতে পারে না। এ ব্যাপারে আপনি নিশ্চিতভাবে না জানলে প্রথমে আপনার চিকিৎসকের পরামর্শ গ্রহণ করা উচিত।

ষ্টব্য: *এই প্রশ্নের উত্তর নির্ভর করবে প্রশ্নকারী ব্যক্তির বয়স বা প্রতিবন্ধিতার উপর। এগুলো সাধারণ প্রতিক্রিয়া যা প্রশ্নকারী ব্যক্তির উপর ভিত্তি করে সঙ্গতিপূর্ণ করা যেতে পারে।*

যদি কেউ জিজ্ঞাসা করেন: "আমি উদ্বিগ্ন যে ভ্যাকসিনটি খুব দ্রুত তৈরি হয়েছিল। আমি কীভাবে জানব যে এটা আমার জন্য নিরাপদ কিনা?"

আপনি বলতে পারেন...

- গবেষকরা কোভিড -১৯ ভ্যাকসিনটির নিরাপত্তা পরীক্ষা স্বাভাবিকের চেয়ে দ্রুত করতে পেরেছিলেন কারণ অনেক চিকিৎসাসেবীকে এটাতে কাজ করার জন্য অর্থ এবং সময় দেওয়া হয়েছিল।

যদি একজন প্রতিবন্ধী ব্যক্তি জিজ্ঞাসা করেন: "আমি কীভাবে জানব যে ভ্যাকসিনটি আমার প্রতিবন্ধিতা/স্বাস্থ্যের জন্য নিরাপদ?"

আপনি বলতে পারেন...

- যদি আপনি নিশ্চিত না হন যে ভ্যাকসিনটি আপনার জন্য নিরাপদ, তাহলে আপনি আপনার বিশ্বস্ত চিকিৎসকের সাথে এ ব্যাপারে কথা বলতে পারেন।
- যদি কেউ এমন মনে করেন যে টিকা গ্রহণ করায় তারা অসুস্থবোধ করছেন বা ব্যথা অনুভব করছেন, তারা তাদের বিশ্বস্ত চিকিৎসককে সেটা বলতে পারেন, অথবা পরিবারের একজন বিশ্বস্ত সদস্য বা বন্ধুর কাছে সাহায্য চাইতে পারেন।
- কোভিড -১৯ এ আক্রান্ত হওয়ার চেয়ে টিকা গ্রহণ করা নিরাপদ।
- কিছু মানুষ,তাদের প্রতিবন্ধিতা থাকুক বা না থাকুক, নির্দিষ্ট কিছু অসুস্থতাজনিত কারণে ভ্যাকসিন নিতে পারে না। এ ব্যাপারে আপনি নিশ্চিতভাবে না জানলে প্রথমে আপনার চিকিৎসকের পরামর্শ গ্রহণ করা উচিত।

ভ্যাকসিন গ্রহণ

যদি কোন প্রতিবন্ধী ব্যক্তি জিজ্ঞাসা করে: "ভ্যাকসিনটি কি আমার জন্য বিনামূল্যের?"

আপনি বলতে পারেন...

- হ্যাঁ, ভ্যাকসিনটি সবার জন্য বিনামূল্যের।
- আপনার বীমা না থাকলেও ভ্যাকসিনটি বিনামূল্যের।

যদি একজন প্রতিবন্ধী ব্যক্তি জিজ্ঞাসা করেন: "ভ্যাকসিন গ্রহণ করতে কি আমাকে আমার বীমার তথ্য প্রদান করতে হবে?"

আপনি বলতে পারেন...

- না। এমনকি আপনাকে যদি আপনার বীমার তথ্য জিজ্ঞাসা করা হয়, তবুও আপনাকে তা প্রদান করতে হবে না।
- আপনি যদি আপনার বীমার তথ্য দিতে সম্মত হন, তারপরও আপনি বিনামূল্যে টিকা গ্রহণ করতে পারবেন।

কিছু কিছু রাজ্য এবং ফার্মেসি রাজ্য/স্থানীয় পর্যায়ে পরিচয়পত্র সম্পর্কিত বিভিন্ন তথ্য চায়; অন্যগুলো জন্ম তারিখ এবং পুরো নাম চায়; বাকিগুলোর ক্ষেত্রে কিছুই প্রয়োজন হয় না। আমরা এটাকে সামনাসামনি কথোপকথনে বিবেচনা করার বিষয় বলে মনে করি।

যদি কোন প্রতিবন্ধী ব্যক্তি জিজ্ঞাসা করেন: "আমি টিকা গ্রহণ করতে এবং/অথবা সূঁচকে ভয় পাই। টিকা গ্রহণ করার কি আর কোন উপায় আছে?"

আপনি বলতে পারেন...

- কোভিড -১৯ ভ্যাকসিন গ্রহণ করারএকমাত্র উপায় হল একটি টিকা গ্রহণ। কোভিড -১৯ এ আক্রান্ত হওয়া থেকে নিজের শরীরকে রক্ষা করার জন্য টিকা গ্রহণ সর্বোত্তম উপায়।
- টিকা গ্রহণ করার আগে, আপনাকে যে ব্যক্তি টিকা দিচ্ছেন তাকে জিজ্ঞাসা করতে পারেন যে আপনার পরিবারের কোন সদস্য/বন্ধু/ সহায়তাকারী আপনার পাশে থাকতে পারবেন কিনা।
- আপনি একটি নীরব, ব্যক্তিগত জায়গায় টিকা গ্রহণ করতে চাইতে পারেন।
- আপনি টিকা প্রদানকারী ব্যক্তিকে জিজ্ঞাসা করতে পারেন যে টিকা নিতে আপনারকেমন লাগতে পারে, কতক্ষণ লাগতে পারে, এবং টিকা প্রদানের সময় যেন তারা আপনাকে জানান।
- টিকা প্রদান করা হয় এমন কিছু কিছু জায়গায় নমুনা সূঁচ আছে যা টিকা গ্রহণ করার পূর্বে আপনি দেখতে পারেন।

আপনার এটা জেনে রাখা প্রয়োজন যে, টিকা গ্রহণ করার সময় আপনাকে ভাল বোধ করতে সাহায্য করবে এমন যা কিছু প্রয়োজন তা আপনি সবসময় চাইতে পারেন।

যদি একজন প্রতিবন্ধী ব্যক্তি জিজ্ঞাসা করেন: "টিকাকেন্দ্রটি কি আমার জন্য প্রবেশযোগ্য হবে?"

আপনি বলতে পারেন...

- টিকা গ্রহণ করার জায়গাগুলি প্রতিবন্ধীদের জন্য প্রবেশযোগ্য হওয়া উচিত। কিন্তু আমরা জানি যে অনেক জায়গায় সেই সুযোগ নেই।
- অনেক ফার্মেসি এবং মুদির দোকান এখন টিকা প্রদান করছে। যদি আপনি প্রবেশযোগ্যতা নিয়ে চিন্তিত হন, তবে টিকা গ্রহণ করার জন্য এগুলো ভাল জায়গা।
- যাওয়ার আগে আপনি, অথবা আপনার পরিবারের কোন সদস্য বা সহায়তাকারী টিকা কেন্দ্রে কল করে আপনি কোথায় টিকা গ্রহণ করতে পারবেন, অপেক্ষা করতে হবে কি না, কে টিকা দেবে, অথবা আপনার অন্য কোন প্রশ্ন থাকলে জিজ্ঞাসা করতে পারেন।

যদি একজন প্রতিবন্ধী ব্যক্তি জিজ্ঞাসা করেন: “আমার কি টিকা গ্রহণ করার জন্য কোথাও যেতে হবে?”

আপনি বলতে পারেন...

- এটা আপনি কোথায় থাকেন তার উপর নির্ভর করে।
- অনেক জায়গায়, একজন চিকিৎসাসেবী আপনার বাড়িতে এসে আপনাকে টিকা দিতে পারেন।
- অনেক এলাকায় এখন ভ্রাম্যমাণ ভ্যাকসিন ক্লিনিক রয়েছে। আপনার কাছাকাছি একটি খুঁজে পেতে, আপনার বাড়ির জিপ কোডটি 438829 (GETVAX) এ পাঠান, www.vaccines.gov সাইটে ভিজিট করুন, অথবা 1-800-232-0233 এ কল করুন।
- শুধু প্রতিবন্ধীদের জন্য একটি নতুন ভ্যাকসিন সহায়তা সেবা রয়েছে। একে বলা হয় DIAL। তারা টিকা গ্রহণ করতে কোথায় যেতে হবে, কীভাবে সেখানে যেতে হবে, এবং আপনার অন্য যে কোন প্রশ্নের উত্তর পেতে আপনাকে সাহায্য করতে পারে। আপনি তাদের DIAL@n4a.org এ ইমেইল করতে পারেন অথবা 888-677-1199 নম্বরে কল করতে পারেন।

ভ্যাকসিনের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া

যদি কোন প্রতিবন্ধী ব্যক্তি জিজ্ঞাসা করেন: “আমি কি টিকা গ্রহণ করলে অসুস্থ হয়ে যাব?”

আপনি বলতে পারেন...

- কোভিড-১৯ ভ্যাকসিন গ্রহণের কারণে আপনি কোভিড-১৯ এ আক্রান্ত হবেন না।
- টিকা নেওয়ার পর একেকজনের অনুভূতি একেক রকম হতে পারে। অনেকের হাতে ব্যাথা হয়েছে। কিছু লোকের মাথাব্যথা হয়েছে, ক্লান্ত বোধ করেছে , বা ব্যথা অনুভব করেছে। কারও কারও জ্বরও ছিল।
- টিকা গ্রহণ করার পর এরকম বোধ করা স্বাভাবিক এবং ঠিক আছে। যদি আপনি টিকা গ্রহণের পরে অসুস্থ বোধ করেন, তাহলে এক বা দুইদিন পরে সেটা চলে যাওয়া উচিত।
- টিকা গ্রহণ করার পর অসুস্থবোধ না করাও স্বাভাবিক এবং ঠিক আছে।
- টিকা গ্রহণ করার পরে কয়েক ধরনের প্রতিবন্ধিতা আপনাকে অসুস্থ বোধ করাতে পারে। আপনি যদি আপনার প্রতিবন্ধিতার কারণে টিকা গ্রহণের পরে অসুস্থ হওয়ার বিষয়ে উদ্বিগ্ন বোধ করেন তবে আপনি আপনার চিকিৎসকের সাথে কথা বলতে পারেন।
- যদি আপনি এমন ভ্যাকসিন গ্রহণ করেন যার জন্য দুটি টিকা গ্রহণ করার প্রয়োজন হয়, তাহলে প্রতিটি টিকা গ্রহণের পর আপনার অনুভূতি ভিন্ন হতে পারে।কিছু লোক প্রথম টিকা গ্রহণের পরে অসুস্থ বোধ করে, এবং অন্যরা দ্বিতীয় টিকা গ্রহণের পরে অসুস্থ বোধ করে। কিছু মানুষ উভয় টিকা গ্রহণের পরেও স্বাভাবিক বোধ করে! এ সবকিছুই নিরাপদ এবং অনুভব করা স্বাভাবিক, এবং আপনার শরীরের উপর নির্ভর করে।
- টিকা গ্রহণ করার পরে আপনি যেমনটাই অনুভব করেন বা না করেন, আপনার শরীর তারপরও কোভিড এর কারণে খুব বেশি অসুস্থ হওয়া থেকে নিরাপদ।

যদি কোন প্রতিবন্ধী ব্যক্তি জিজ্ঞাসা করেন: “আমি শুনেছি কিছু মানুষ টিকা গ্রহণের পর সত্যিই অসুস্থ হয়ে পড়েছিল। আমি কীভাবে জানবো যে এটা আমার সাথে হবে না?”

আপনি বলতে পারেন...

- প্রতিটি মানুষ টিকা গ্রহণ করার পর ভিন্নরকম অনুভব করেন। কেউ কেউ অন্যদের চেয়ে খারাপ বোধ করতে পারেন। বেশিরভাগ মানুষ এক বা দুই দিন পরে ভাল বোধ করেন। আপনি যদি উদ্বিগ্ন থাকেন এবং এ ব্যাপারে আরও জানতে চান তাহলে আপনি একজন বিশ্বস্ত চিকিৎসকের সাথে যোগাযোগ করতে পারেন।
- কোভিড -১৯ থেকে অসুস্থ হওয়ার চেয়ে টিকা গ্রহণ করা নিরাপদ। নানান ধরনের প্রতিবন্ধিতার কারণে মানুষ কোভিড -১৯ এর জন্য খুব অসুস্থ হয়ে পড়তে পারে অথবা মারাও যেতে পারে। টিকা গ্রহণ করা আপনাকে কোভিড-১৯ এর কারণে খুব অসুস্থ হওয়া থেকে রক্ষা করবে।
- চিকিৎসাসেবীরা বহু বছর ধরে এইরকম ভ্যাকসিন নিয়ে কাজ করে যাচ্ছেন এবং এর নিরাপত্তা নিশ্চিত করতে কাজ করে যাবেন।

ভ্যাকসিন গ্রহণের পরবর্তী জীবন

যদি কোন প্রতিবন্ধী ব্যক্তি জিজ্ঞাসা করেন: “টিকা গ্রহণ করার পরও কি আমি কোভিড-১৯ এ আক্রান্ত হতে পারি?”

আপনি বলতে পারেন...

- হ্যাঁ, টিকা গ্রহণ করার পরও অল্প সংখ্যক মানুষের কোভিড-১৯ হতে পারে। তবে এটি মনে রাখা গুরুত্বপূর্ণ যে টিকা গ্রহণ আপনাকে কোভিড -১৯ এর কারণে খুব অসুস্থ হওয়া বা মৃত্যু থেকে রক্ষা করবে।
- কিছু কিছু প্রতিবন্ধী ব্যক্তির জন্য অসুস্থতার বিরুদ্ধে লড়াই করা কঠিন। এটা তাদের স্বাস্থ্যের অবস্থা বা তারা যে ঔষধ গ্রহণ করে তার কারণে হতে পারে। এটা, এমনকি টিকা গ্রহণ করার পরেও, তাদের শরীরের জন্য কোভিড -১৯ এর বিরুদ্ধে নিজেকে রক্ষা করাকে কঠিন করে তুলতে পারে। এ জন্য কোভিড -১৯ থেকে নিরাপদ থাকতে আপনার চিকিৎসকের সাথে পরিকল্পনা করে কাজ করা প্রয়োজন।
- এরকম হতে পারে যে অসুস্থ হওয়া থেকে আপনাকে নিরাপদ রাখতে, ফ্লু টিকা গ্রহণের মত প্রতি বছর আপনার একটি নতুন কোভিড-১৯ টিকা গ্রহণের প্রয়োজন হতে পারে।

যদি কোন প্রতিবন্ধী ব্যক্তি জিজ্ঞাসা করেন: "টিকা গ্রহণ করার পরও কি আমাকে মাস্ক পরতে হবেএবং অন্যদের থেকে দূরত্ব বজায় রাখতে হবে?"

আপনি বলতে পারেন...

- হ্যাঁ, আপনাকে তারপরও নিরাপত্তাজনিত কিছু নিয়ম মেনে চলতে হবে, যেমন মাস্ক পরা বা জনাকীর্ণ জায়গা থেকে দূরে থাকা। প্রতিটি রাজ্য, শহর, এমনকি দোকানের নিজস্ব নিয়ম থাকতে পারে। গণপরিবহণ যেমন বাস, প্লেন বা মেডিকেল পরিবহণ ব্যবহার করার সময় আপনাকে সবসময় মাস্ক পরতে হবে।
- যেসব ব্যক্তির নির্দিষ্ট কিছু প্রতিবন্ধিতা আছে বা যারা গ্রুপ সেটিংসে থাকেন তাদের জন্য নিরাপত্তার নিয়ম ভিন্ন হতে পারে। আপনার যদি নিরাপত্তার নিয়ম সম্পর্কে কোন প্রশ্ন থাকে তবে দয়া করে আপনার চিকিৎসকের সাথে কথা বলুন।
- **এখানে রাজ্য এবং স্থানীয় তথ্য এবং সম্পদ সন্নিবেশ করুন**

বিবেচনা করার জন্য অন্যান্য স্থানীয়/আঞ্চলিক প্রশ্ন

যদি কোন প্রতিবন্ধী ব্যক্তি জিজ্ঞাসা করেন: "আমি আমার কাছাকাছি কোথায় টিকা গ্রহণ করতে পারি?"

আপনি বলতে পারেন...

- ভ্যাকসিন অনেক জায়গায় যেমন, চিকিৎসকের অফিস, ফার্মেসি, মুদির দোকান এবং অন্যান্য পাবলিক প্লেসে পাওয়া যায়।
- সপ্তাহের বিভিন্ন দিন এবং দিনের বিভিন্ন সময় ভ্যাকসিন দেওয়ার জন্য নির্ধারণ করা যেতে পারে।
- অনেক জায়গা আপনাকে অ্যাপয়েন্টমেন্ট ছাড়াই টিকা গ্রহণ করতে দেবে।
- অনেক এলাকায় এখন ভ্রাম্যমাণ ভ্যাকসিন ক্লিনিক রয়েছে যা আপনার বাড়িতে আসবে। আপনার কাছাকাছি একটি খুঁজে পেতে, আপনার বাড়ির জিপ কোডটি 438829 (GETVAX) এ পাঠান, www.vaccines.gov সাইটে ভিজিট করুন, অথবা 1-800-232-0233 এ কল করুন।
- শুধু প্রতিবন্ধীদের জন্যও একটি নতুন ভ্যাকসিন সহায়তা সেবা রয়েছে। একে বলা হয় DIAL। তারা টিকা গ্রহণ করতে কোথায় যেতে হবে, কীভাবে সেখানে যেতে হবে, এবং আপনার অন্য যে কোন প্রশ্নের উত্তর পেতে আপনাকে সাহায্য করতে পারে। আপনি তাদের DIAL@n4a.org এ ইমেইল করতে পারেন অথবা 888-677-1199 নম্বরে কল করতে পারেন।
- **আপনার কাছাকাছি একটি টিকা কেন্দ্র কীভাবে খুঁজে পাবেন সেজন্য রাজ্য এবং স্থানীয় তথ্য সন্নিবেশ করুন**

যদি একজন প্রতিবন্ধী ব্যক্তি জিজ্ঞাসা করেন: “আমি কীভাবে টিকা গ্রহণের জন্য অ্যাপয়েন্টমেন্ট করব?”

আপনি বলতে পারেন...

- টিকা অ্যাপয়েন্টমেন্টগুলি বিভিন্ন উপায়ে যেমন ফোনে, অনলাইনে এবং ওয়াক-ইন বা ড্রাইভ-থ্রু ক্লিনিকে নির্ধারিত হতে পারে।
- শুধু প্রতিবন্ধীদের জন্যও একটি নতুন, জাতীয় ভ্যাকসিন সহায়তা সেবা রয়েছে। একে বলা হয় DIAL। তারা টিকা গ্রহণ করতে কোথায় যেতে হবে, কীভাবে সেখানে যেতে হবে, এবং আপনার অন্য যে কোন প্রশ্নের উত্তর পেতে আপনাকে সাহায্য করতে পারে। আপনি তাদের DIAL@n4a.org এ ইমেইল করতে পারেন অথবা 888-677-1199 নম্বরে কল করতে পারেন।
- **এখানে রাজ্য এবং স্থানীয় তথ্য এবং সম্পদ সন্নিবেশ করুন**
- **অ্যাপয়েন্টমেন্ট নির্ধারণে মানুষকে সাহায্য করার জন্য যদি/যেখানে সেবাগুলো পাওয়া যায় সে সম্পর্কিত তথ্য সন্নিবেশ করুন**
- **আপনার কেন্দ্র কী সেবা প্রদান করতে পারে সে সম্পর্কে তথ্য যোগ করতে পারেন**

যদি একজন প্রতিবন্ধী ব্যক্তি জিজ্ঞাসা করেন: “আমি গাড়ি চালাই না। আমি কীভাবে একটি টিকা কেন্দ্রে যেতে পারি?”

আপনি বলতে পারেন...

- **এখানে রাজ্য এবং স্থানীয় তথ্য এবং সম্পদ সন্নিবেশ করুন (যেমন উবার/লিফট, গণপরিবহণ, মেডিকেল পরিবহণ)**
- **আপনার কেন্দ্র কী সেবা প্রদান করতে পারে সে সম্পর্কে তথ্য যোগ করতে পারেন**

যদি কোন প্রতিবন্ধী ব্যক্তি জিজ্ঞাসা করেন: “কোথায় আমি আরও তথ্য পেতে পারি?”

আপনি বলতে পারেন...

- **এখানে রাজ্য এবং স্থানীয় তথ্য এবং সম্পদ সন্নিবেশ করুন**
- **আপনার কেন্দ্র কী সেবা প্রদান করতে পারে সে সম্পর্কে তথ্য যোগ করতে পারেন**
- জাতীয় পর্যায়ে CDC এর তথ্যাদি পেতে ভিজিট করুনঃ
  - www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/facts.html
  - www.cdc.gov/vaccines/vac-gen/evalwebs.htm