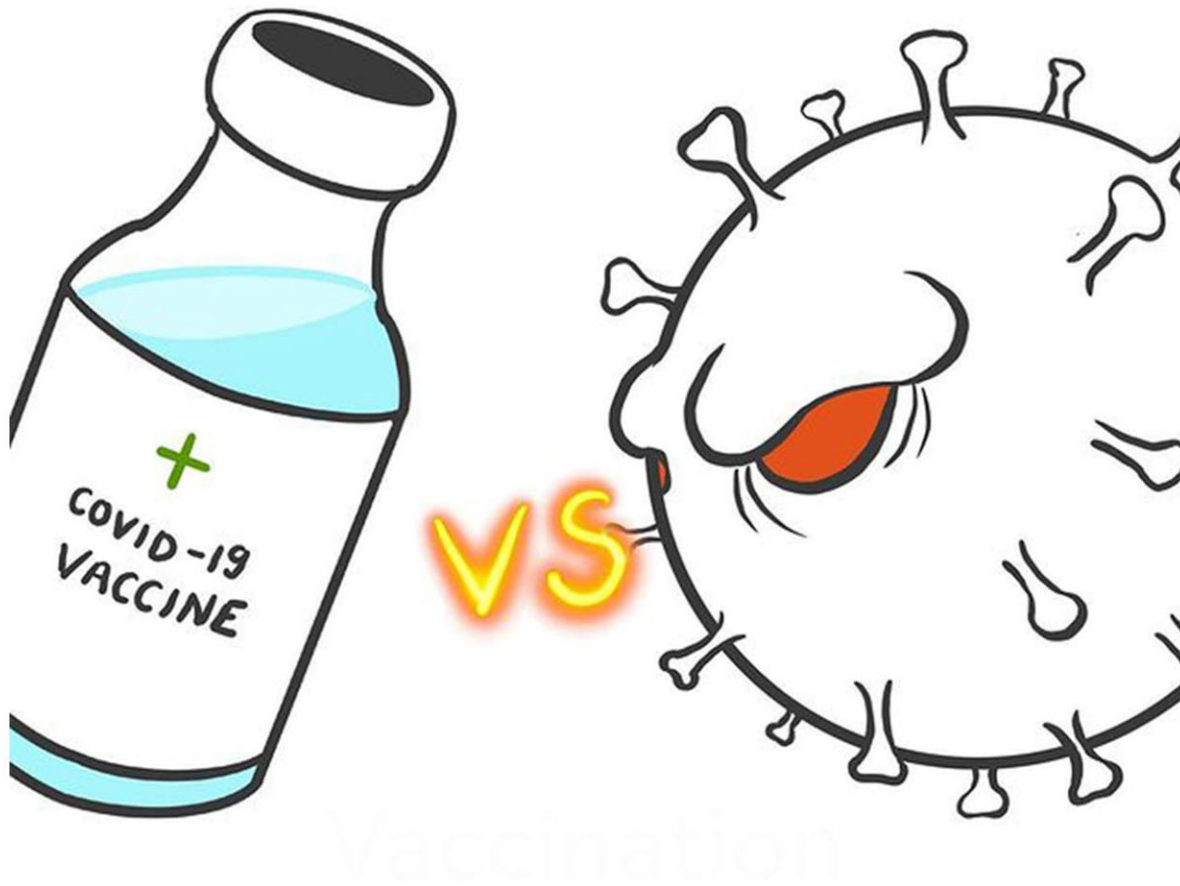


COVID-19 Vaccination

What We Need To Know.



- About 150 million shots have been given, equivalent to 11.5% of India's 1.3 billion people.
- Since the commencement of the Indian vaccination campaign that is aiming to immunize 300 million people against COVID-19 by the summer, vaccination intent has increased in the population.
- India has been using two vaccines - the Oxford-AstraZeneca jab (known locally as Covishield) and another made by Indian firm Bharat Biotech (Covaxin).
- The Russian-made Sputnik V vaccine has also been approved for use, and the first 150,000 doses has arrived.

Stages of Vaccination in India + Beneficiaries



1st Stage: 16-Jan-2021
Frontline workers



2nd Stage: 1-Mar-2021
60+ age



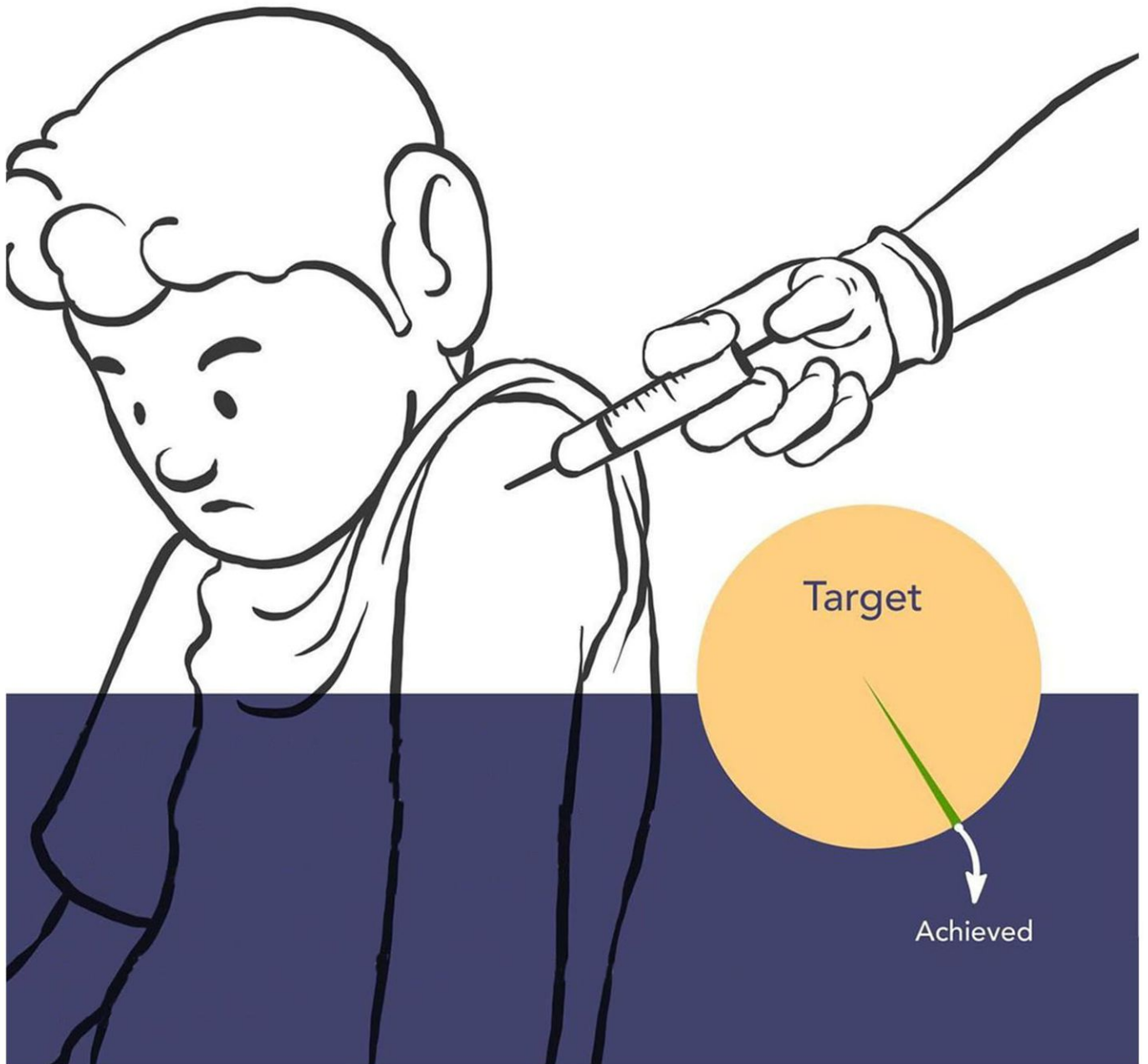
3rd Stage: 3rd-Apr-2021
45+ age



4th Stage: 1-May-2021
18+ age

By 27th April 121 million people took 1st dose and 24 million are fully vaccinated

Where do we stand ?



- In order to achieve **Herd Immunity**, we need to fully vaccinate **65% of population**.
- Currently only **1.7%** of Indian population is fully vaccinated

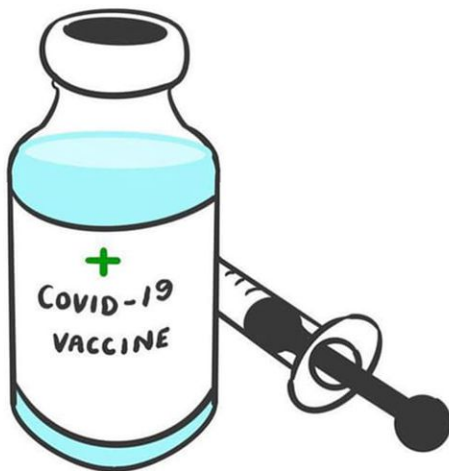
What We Are Still Learning

Although COVID-19 vaccines are effective at keeping you from getting sick, scientists are still learning how well vaccines prevent you from spreading the virus that causes COVID-19 to others, even if you do not have symptoms.

Early data show the vaccines do help keep people with no symptoms from spreading COVID-19, but we are learning more as more people get vaccinated.



You may have side effects after vaccination, but these are normal



After COVID-19 vaccination, you may have some side effects. These are normal signs that your body is building protection.

The side effects from COVID-19 vaccination, such as chills or tiredness, may affect your ability to do daily activities, and they should go away in a few days.

Understand, COVID-19 vaccines are the fastest made vaccines in the History, which means it will get better and more efficient with time.

Population Immunity



Population immunity means that enough people in a community are protected from getting a disease because they've already had the disease or because they've been vaccinated.

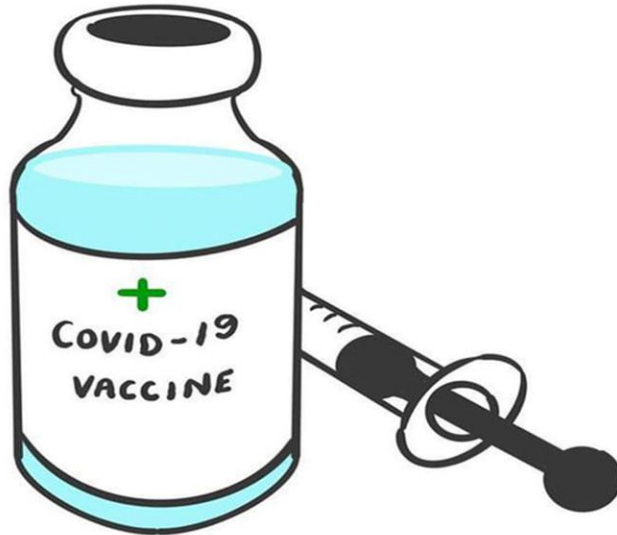
Population immunity makes it hard for the disease to spread from person to person. It even protects those who cannot be vaccinated, like newborns or people who are allergic to the vaccine. The percentage of people who need to have protection to achieve population immunity varies by disease.

But Population immunity is achievable and here is what you need to do:

- Ensure you get fully vaccinated no matter it it's Covishield, Covaxine or Sputnik V.
- Follow all COVID protocols specially within 2 weeks after 2nd dose.
- Register vaccination of poor or those who dont'nt have access to internet.



How to register for covid vaccine.



- To register online, you will have to give your photo ID.
- Register using your mobile number.
- From one mobile phone number, one can register 4 people, however, each person will need their own photo ID.
- If the Aadhar card is used as an identification document, consent will be obtained and recorded.
- Schedule your vaccination appointment at a centre of your choice for May 1 onwards.
- To register for the vaccine via Aarogya Setu, you need to first open the app and then click on CoWin tab available on the home screen.
- Select 'vaccination registration' and then enter a phone number, followed by OTP.
- Click on verify and you will be directed to the registration page.
- Follow the same steps as mentioned above to register.
- On the day of the appointment, reach the centre carrying the appointment slip and photo ID used at the time of booking the appointment.

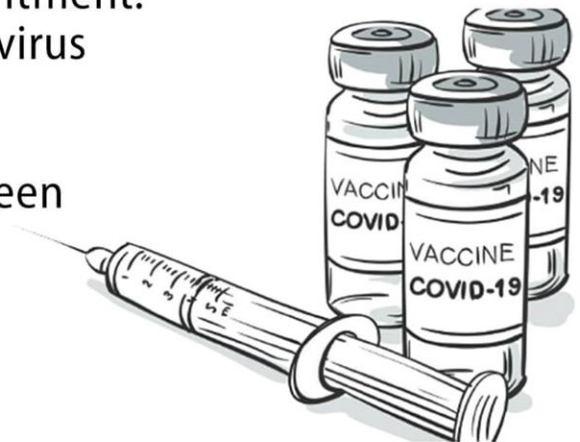
What to do before and after getting vaccinated for COVID-19

Before vaccination

- People with medical conditions should consult their family doctor before taking vaccine
- Make sure you have
 - A mask
 - Hand sanitizer
 - The notification you received about your appointment
 - Your ID
 - A travel plan, to get to your appointment on time.
- Wear loose or short sleeves that can be rolled up easily, so that health workers have easy access to your arm.
- Tell your health provider, or vaccinator, if you have any health issues or are taking any medications, including any pain killers.

Cancel your appointment if you have COVID-19 or the symptoms

- If you have COVID-19, or the symptoms, on the day of your vaccination appointment, do not go to the appointment. This is because you could spread the virus to others at the vaccination centre.
- You can get vaccinated when it has been 14 days since you last experienced COVID-19 symptoms.



At the vaccination centre

When waiting in line outside of the vaccination centre, and once you are inside:

- Keep your mask on at all times.
- Don't touch your mask once it's on and properly fitted.
- Keep at least 1 metre distance between yourself and others.
- Sanitize or wash your hands after touching door handles, surfaces or furniture.
- Don't touch your face.



After vaccination

After being vaccinated, some side effects are normal and expected. Side effects are a sign that your body is building immune protection. Common side effects observed with COVID-19 vaccines include:

Some pain, swelling and redness on the arm where you received the vaccine

- Chills or mild fever
- Tiredness
- Headaches
- Joint pain or muscle ache
- These side effects typically go away within a few days.

After being vaccinated you'll need to stay in an observation area for 15-30 minutes. This is to monitor your reaction to the vaccine and make sure you don't experience any severe side effects.

When you get home

→ Take care of yourself

If you experience side effects, these may affect your ability to do daily activities for a few days. Some people may develop fever, muscle pain and swelling, redness, pain or a tingling sensation at the site of injection, for 1-2 days. Make sure you're drinking plenty of fluids. You can take some paracetamol to help ease any of these sensations. If you do, make sure you follow the dosage instructions from the pharmacist or provider.

If your symptoms are more severe, or last longer than a week, tell the health workers who gave you the vaccine.

→ Put your second vaccination appointment in your calendar

→ Keep up preventive behaviours

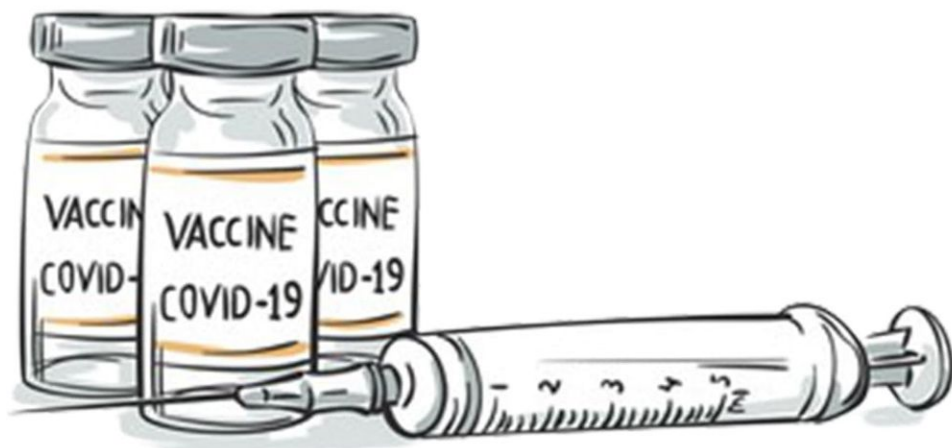
This is especially important until two weeks after your second vaccination - as during this period, your body is still building protection against the virus.

Share & Celebrate

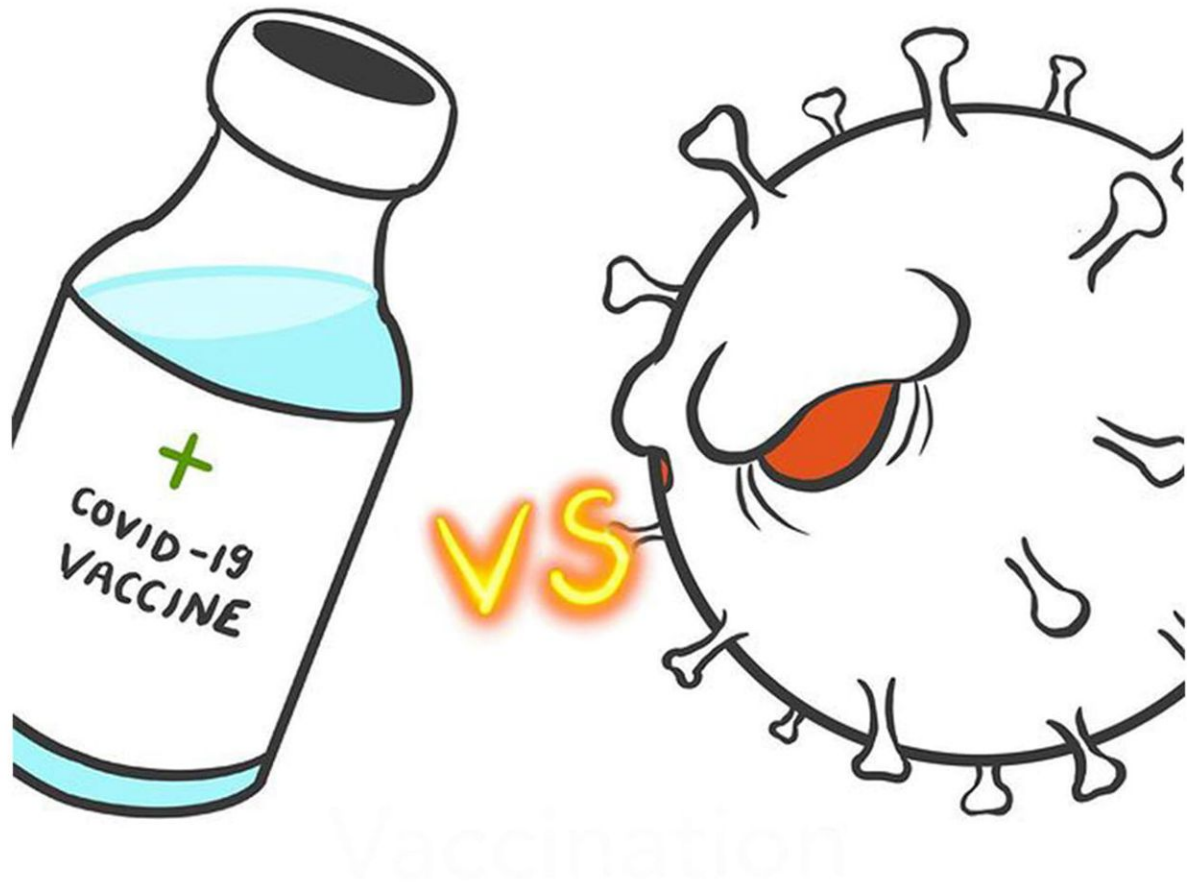
Being vaccinated is a huge moment and a huge relief —

Talk to others about your experiences

Encourage others to get vaccinated and talk about the process and how it made you feel.



COVID-19 टीकाकरण के बारे में मुख्य बातें जो आपको जाननी चाहिए।



- लगभग 150 मिलियन खुराक दिए गए हैं, जो भारत के 1.3 बिलियन लोगों के 11.5% के बराबर है
- भारत में टीकाकरण अभियान के शुरू होने के बाद से कोविड -19के खिलाफ 300 मिलियन लोगों को टीकाकरण करने का लक्ष्य रखा गया है. गर्मियों में टीकाकरण करने की गति को और बढ़ा दिया गया है |
- भारत दो टीकों का उपयोग कर रहा है - ऑक्सफोर्ड-एस्ट्राजेनेका (जिसे मूल रूप से कोविशिल्ड के नाम से जाना जाता है) और दूसरा कोवाक्सिन जिसे भारतीय फर्म "भारत बायोटेक" ने बनाया है
- रूसी निर्मित "स्पुतनिक-वी" वैक्सीन को भी उपयोग के लिए अनुमोदित किया गया है, और पहली 150,000 खुराक भारत में आ गई है।

भारत में टीकाकरण के चरण + लाभार्थी



1st स्टेज: 16-Jan-2021
फ्रंट लाइन वर्कर्स



2nd स्टेज: 1-Mar-2021
60+ age



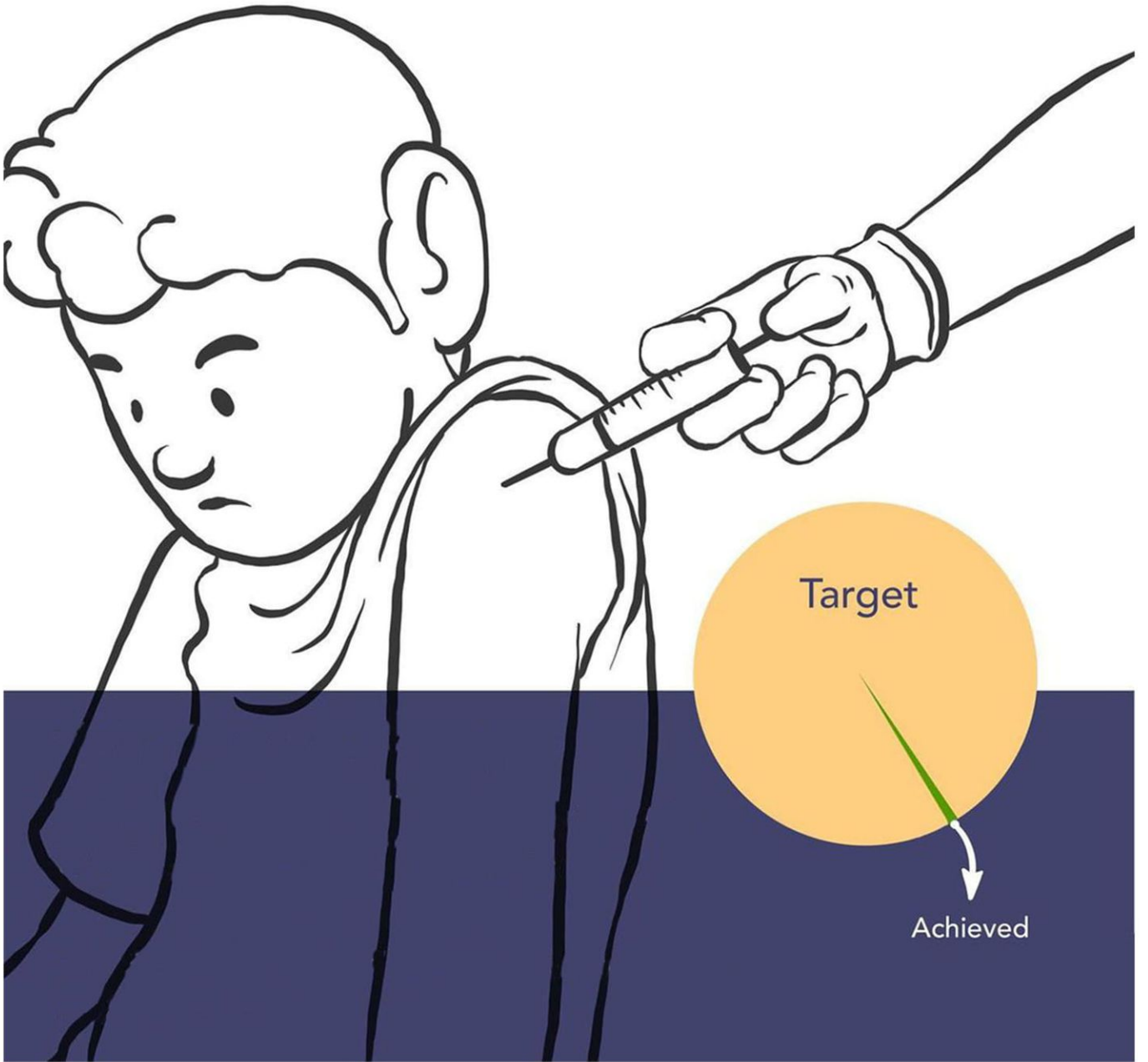
3rd स्टेज: 3rd-Apr-2021
45+ age



4th स्टेज: 1-May-2021
18+ age

27 अप्रैल तक 121 मिलियन लोगों ने पहली खुराक ली और 24 मिलियन लोगों को पूरी तरह से टीका लगाए गए हैं

टीकाकरण की दौड़ में हम कहाँ खड़े हैं



- समूह में रोग प्रतिरोधक शक्ति प्राप्त करने के लिए, हमें 65% आबादी को पूरी तरह से टीकाकरण करने की आवश्यकता है।
- वर्तमान में भारतीय जनसंख्या का केवल 1.7% पूरी तरह से टीकाकरण किया गया है

हम अभी भी क्या सीख रहे हैं

हालाँकि कोविड -19 के टीके आपको बीमार होने से बचाने में कारगर हैं, फिर भी वैज्ञानिक यह सीख दे रहे हैं कि टीके आपको वायरस फैलाने से कैसे रोकते हैं, जो दूसरों में कोविड-19 का कारण बनता है, भले ही आपके पास लक्षण न हों।

शुरुआती आंकड़े बताते हैं कि टीके कोविड -19 को फैलाने वाले लोगों को बिना किसी लक्षण के रखने में मदद करते हैं, लेकिन अब हम अधिक सीख रहे हैं क्योंकि अधिक लोग टीकाकरण करवा रहे हैं।

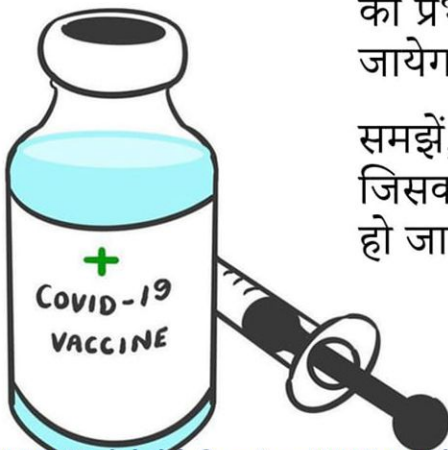


टीकाकरण के बाद आपको दुष्प्रभाव हो सकते हैं, लेकिन ये सामान्य हैं

शुरुआती आंकड़े बताते हैं कि टीके कोविड -19 को फैलाने वाले लोगों को बिना किसी लक्षण के रखने में मदद करते हैं, लेकिन अब हम अधिक सीख रहे हैं क्योंकि अधिक लोग टीकाकरण करवा रहे हैं।

कोविड -19 टीकाकरण के बाद, आपको कुछ दुष्प्रभाव हो सकते हैं। ये सामान्य संकेत हैं कि आपका शरीर सुरक्षा का निर्माण कर रहा है। कोविड -19 टीकाकरण से होने वाले दुष्प्रभाव, जैसे कि ठंड लगना या थकान आदि जो आपकी दैनिक गतिविधियों को करने की क्षमता को प्रभावित कर सकता है, और यह कुछ दिनों में ठीक हो जायेगा।

समझें, कोविड -19 टीके इतिहास में सबसे तेज़ बने टीके हैं, जिसका अर्थ है कि यह समय के साथ बेहतर और कुशल हो जाएगा।



जनसंख्या प्रतिरक्षण



जनसंख्या प्रतिरक्षा का मतलब है कि एक समुदाय में पर्याप्त लोगों को बीमारी होने से बचाया जाता है। यदि पर्याप्त लोगों को टीका लगाया जाता है, तो उन लोगों में, जो कि रोगी हैं या कमजोर प्रतिरक्षा प्रणाली वाले हैं और जिन्हें टीका नहीं लगा है उनमें इस रोग के फैलने की संभावना न्यूनतम हो जाती है।

जनसंख्या प्रतिरक्षा रोग को एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति में फैलाना कठिन बनाता है। यह उन लोगों की भी रक्षा करता है जिन्हें टीका नहीं लगाया जा सकता है, जैसे नवजात शिशुओं या वे लोग जिन्हें वैक्सीन से एलर्जी है।

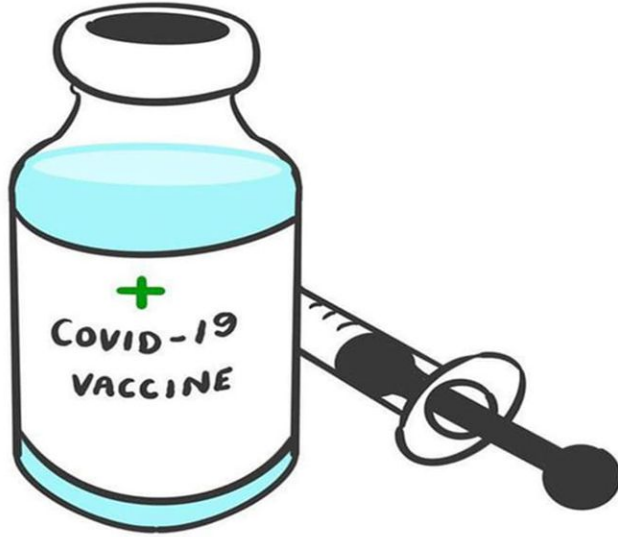
जिन लोगों को जनसंख्या प्रतिरक्षा प्राप्त करने के लिए सुरक्षा की आवश्यकता होती है उनका प्रतिशत हर रोग के साथ अलग होता है।

जनसंख्या प्रतिरक्षा प्राप्त की जा सकती है यहाँ आप देख सकते हैं कि आपको क्या करने की जरूरत है

- सुनिश्चित करें कि आपको पूरी तरह से टीका लगाया जाए चाहे वह कोविशिल्ड, कोवाक्सिन या स्पुतनिक-व हो
- विशेष रूप से 2 खुराक के बाद 2 सप्ताह तक सभी कोविड प्रोटोकॉल का पालन करें
- गरीबों या उन लोगों का टीकाकरण पंजीकृत करें जो इंटरनेट का उपयोग नहीं कर सकते हैं



कोविड वैक्सीन के लिए पंजीकरण कैसे करें



- कोरोना वैक्सीन के लिए रजिस्ट्रेशन कराना चाहते हैं तो सबसे पहले ब्राउजर में cowin.gov.in को ओपेन करना होगा।
- इसके बाद पीली रंग की पट्टी पर Registrations/Sign in yourself नजर आएगा, उस पर क्लिक कर दें।
- नई स्क्रीन खुलेगी, जिसमें Registrations/Sign in for vaccinations लिखा होगा, उसके नीचे अपना मोबाइल नंबर टाइप करें।
- इसके बाद आप एक ओटीपी प्राप्त होगा, जिसे आप एंटर कर दें। हालांकि ओटीपी मिलने में थोड़ा समय लग सकता है।
- इसके बाद रजिस्ट्रेशन का पोर्टल खुल जाएगा, जिसमें मांगी गई सभी जानकारी को भर दें।
- पहचान पत्र में उसी कार्ड की जानकारी भरें, जिसे आप टीकाकरण के दौरान साथ लेकर जा सकें।
- वैक्सीन का रजिस्ट्रेशन कराने के बाद आपकी नाम और अन्य जानकारी के नीचे डोज 1 लिखा नजर आएगा, उसके नीचे शेड्यूल का ऑप्शन होगा, उस पर क्लिक कर दें।
- इसके बाद पिन नंबर टाइप करने का ऑप्शन मिलेगा, उस पर पिनकोड टाइप कर दें और सर्च पर क्लिक कर दें।
- इसके बाद आपके सामने दिन और करीबी वैक्सीन सेंटर्स की जानकारी सामने आ जाएगी, जिसे आप अपनी मर्जी के मुताबिक चुन सकते हैं।

कोविड -19 के टीकाकरण से पहले और बाद में क्या करें

टीकाकरण से पहले

- टीकाकरण से पहले चिकित्सा की स्थिति वाले लोगों को अपने परिवार के डॉक्टर से परामर्श करना चाहिए
- आप सुनिश्चित करें कि आपके पास ये सभी चीजें हों;
 - एक मास्क
 - हैंड सैनिटाइज़र
 - आपकी नियुक्ति के बारे में आपको जो सूचना मिली है
 - पहचान पत्र
 - समय पर अपनी नियुक्ति पाने के लिए एक यात्रा योजना ।
- ढीली या छोटी आस्तीन पहनें जिन्हें आसानी से रोल किया जा सकता है, ताकि स्वास्थ्यकर्मि आसानी से पाकी बाँह (भुजा) पर टीका लगा सके ।
- यदि आपको कोई हेल्थ इश्यू है या आप कोई पेन किलर ले रहे हैं तो यह अपने स्वास्थ्य प्रदाता या वैक्सीनेटर को बताएं ।

यदि आपके पास COVID-19 के लक्षण हैं तो अपनी नियुक्ति रद्द करें

- यदि आपको टीकाकरण के दिन कोविड -19 लक्षण हैं, फिर नियुक्ति पर न जाएं । ऐसा इसलिए है क्योंकि आप टीकाकरण केंद्र पर दूसरों को वायरस फैला सकते हैं ।
- आप टीका लगवा सकते हैं यदि आपको कोविड -19 के लक्षणों का अनुभव हुआ तब से 14 दिन हो चुके हों ।



टीकाकरण केंद्र पर

जब टीकाकरण केंद्र के बाहर लाइन में प्रतीक्षा कर रहे हों, और एक बार जब आप अंदर हों:

- अपना मास्क हर समय पहन पहन रखें
- मास्क पहने हुए हैं तो उसे बार-बार गंदे हाथों से स्पर्श ना करें।
- अपने आपको और दूसरों से कम से कम 1 मीटर की दूरी पर रखें।
- दरवाज़े के हैंडल, किसी भी सरफेस या फ़र्नीचर आदि को छूने के बाद अपने हाथों को साफ करें या धोएँ।
- अपना चेहरा मत छुओ

टीकाकरण के बाद

टीका लगाए जाने के बाद, कुछ दुष्प्रभाव सामान्य और अपेक्षित हैं। दुष्प्रभाव एक संकेत है कि आपका शरीर प्रतिरक्षा सुरक्षा का निर्माण कर रहा है।

कोविड -19 टीकों के आम दुष्प्रभाव देखे गए इनमें प्रमुखतः शामिल हैं;

- हाथ पर कुछ दर्द, सूजन और लालिमा जहां आपको वैक्सीन लगी थी।
- ठंड लगना या हल्का बुखार
- थकान, सिर दर्द, जोड़ों का दर्द या मांसपेशियों में दर्द आदि.
- ये दुष्प्रभाव आमतौर पर कुछ दिनों में ही दूर हो जाते हैं।

टीका लगाए जाने के बाद आपको 15-30 मिनट के लिए निरीक्षण क्षेत्र में रहना होगा। यह वैक्सीन के प्रति आपकी प्रतिक्रिया की निगरानी करने और यह सुनिश्चित करने के लिए है कि आपको किसी भी गंभीर दुष्प्रभाव का अनुभव न हो।



घर पहुँचने के बाद इन बातों का ध्यान दें

→ अपना ख्याल रखें

यदि आप दुष्प्रभावों का अनुभव करते हैं, तो ये कुछ दिनों के लिए दैनिक गतिविधियों को करने की आपकी क्षमता को प्रभावित कर सकते हैं। कुछ लोगों में इंजेक्शन की बजह से 1-2 दिनों के लिए बुखार, मांसपेशियों में दर्द और सूजन, लालिमा, दर्द या झुनझुनी आदि दुष्प्रभाव हो सकते हैं, सुनिश्चित करें कि आप काफी मात्रा में पेय पदार्थ पी रहे हैं। आप इनमें से किसी भी दुष्प्रभाव को कम करने के लिए कुछ पेरैसिटामोल ले सकते हैं। यदि आप ऐसा करते हैं, तो सुनिश्चित करें कि आप वैक्सिनेटर या फार्मासिस्ट से खुराक निर्देशों का पालन कर रहे हैं यदि आपके लक्षण अधिक गंभीर हैं, या एक सप्ताह से अधिक समय तक रहते हैं, तो उन स्वास्थ्य कर्मचारियों को बताएं जिन्होंने आपको टीका दिया था।

→ अपने कैलेंडर में अपनी दूसरी टीकाकरण की तारीख के लिए अप्लाई करें

→ प्रतिबंध व्यवहार रखें

दूसरे टीकाकरण के बाद विशेष रूप से दो सप्ताह तक महत्वपूर्ण है। इस अवधि के दौरान, आपका शरीर अभी भी वायरस से सुरक्षा बना रहा है।

अपना अनुभव सांझा करें

टीका लगाया जाना एक बहुत बड़ा क्षण और बहुत बड़ी राहत है अपने अनुभवों के बारे में दूसरों से बात करें

टीका लगाने के लिए दूसरों को प्रोत्साहित करें साथ ही इस प्रक्रिया के बारे में बात करें और यह आपको कैसा महसूस कराता है यह भी सांझा करें।

