

VACCINATION INFORMATION SHEET MODERNA COVID-19 VACCINE

This vaccine has been granted authorization under the Pandemic Special Access Route (PSAR) by the Health Sciences Authority (HSA) for use in Singapore under the direction of the Ministry of Health. Read this information carefully. Consult your doctor or clinic if you have questions.

1. What is COVID-19?

COVID-19 is a respiratory illness that can range from mild to severe disease. Spread is mainly through droplets, airborne particles, or touching contaminated surfaces. Symptoms appear 2 to 14 days after exposure, and can include fever, cough, shortness of breath, sore throat, runny nose or loss of smell or taste. Complications can include respiratory failure, heart attacks, blood clots and other long-term problems.

2. What is the Moderna COVID-19 vaccine?

The Moderna COVID-19 vaccine protects against COVID-19. The vaccine contains messenger RNA (mRNA) which helps your immune system to produce protection. The vaccine reduces the risks of infection and severe disease from COVID-19, and has good protection against the current virus variants.

The vaccine consists of 2 doses taken 28 days apart, but the second dose is still valid if taken later. Additional doses are recommended for the following persons:

- Persons with severely weakened immune systems¹ should receive a third dose of the vaccine, two months after their second dose to complete their vaccination, for better protection
- Persons aged 30 years and above should receive a booster dose of a PSAR mRNA vaccine from six months after the completion of their earlier vaccination.
- Healthcare and frontline workers aged 18 years and above, staff and persons in institutionalised settings aged 18 years and above, should also receive a booster dose as in b.

The vaccine is safe, but like other vaccines and medications, side effects can happen. These are usually mild and get better in 1 to 3 days. Section 6 covers vaccine side effects, and Section 7 covers post-vaccination advice.

3. Who should get the vaccine? Who should not get the vaccine?

You should get this vaccine to be protected against COVID-19. You must be 18 years or older.

You should **NOT** get this vaccine if you had a high risk allergic reaction (including anaphylaxis), to a prior dose of this vaccine if it occurred within 4 hours of vaccination, or if you have a known allergy to any ingredients in this vaccine, such as Polyethylene glycol (PEG) (see Section 5). If you had an allergy or anaphylaxis to other vaccines, you **CAN** receive this vaccine without the need for an allergist review.

Tell your doctor or nurse before getting this vaccine if you:

- had a fever in the past 24 hours
- have active cancer treatment, organ/stem cell transplantation, or are immunocompromised
- have a low platelet count, bleeding disorder, or taking blood thinning medications
- had COVID-19 infection before, or received another COVID-19 vaccine

Most people with the above conditions or situations can receive the vaccine, but the doctor or nurse may provide additional advice.

4. How is the Moderna COVID-19 vaccine given?

This vaccine is given as an injection into the muscle of your upper arm.

5. What are the ingredients in the Moderna COVID-19 Vaccine?

The Moderna COVID-19 Vaccine includes the following ingredients: messenger ribonucleic acid (mRNA), lipids (SM-102, polyethylene glycol [PEG] 2000 dimyristoyl glycerol [DMG], cholesterol, and 1,2-distearoyl-

¹ This includes transplant patients, cancer patients on active treatment, hematological cancers, persons on treatments that suppress the immune system, end-stage kidney disease and advanced or untreated HIV.

sn-glycero-3-phosphocholine [DSPC]), tromethamine, tromethamine hydrochloride, acetic acid, sodium acetate, and sucrose.

6. What are the possible side effects? How do I manage the side effects?

Like other vaccines and medications, side effects can happen. Most side effects are mild or moderate, and usually get better within a few days. The table below lists some common side effects that have been reported with this vaccine, and how to manage them.

Side Effects	How to Manage
Pain, redness, swelling at the injection site	Those with fever are advised to self-isolate at home until the fever subsides. Paracetamol 1 to 2 tablets every 6 hours.
Fever, chills	
Headache, muscle pain, joint pain	
Tiredness	Rest
Lymph node swelling at neck or arms	Usually gets better by itself in a week or so

- See a doctor if side effects persist or get worse.
- See a doctor to get tested for COVID if you develop cough, sore throat or runny nose, since you don't develop full protection until at least 2 weeks after completing the second dose.
- Very rarely, this vaccine may cause a severe allergic reaction or anaphylaxis. Symptoms include difficulty breathing, swelling of your face/throat/eyes/lips, fast heartbeat, dizziness/weakness, or rash. If you experience these, **seek medical attention immediately**. Call 995 or go to the nearest A&E immediately.
- Very rarely, this vaccine may cause heart inflammation (myocarditis). Symptoms include chest pain, difficulty breathing or abnormal heartbeats. If you experience these, seek medical attention immediately.
- If you experience side effects after vaccination which are not listed above, please consult your doctor.

7. Any Other Advice?

Advice for different groups of vaccine recipients:

- If you are on blood thinning medicines, press firmly on the injection site for 5 minutes.
- If you are on active cancer treatment, recent organ/stem cell transplantation or are on aggressive immunotherapy, please consult your specialist to discuss if you can get this vaccine.
- Pregnant women and those planning to get pregnant should get vaccinated. Vaccination carries significant benefits for pregnant women and women trying to conceive. There is no evidence that vaccination is harmful in pregnancy.

Before vaccination:

- Continue to take your medications as usual, and do not stop them just for the vaccination.
- Avoid dehydration or skipping meals, to reduce risk of fainting after vaccination.
- If you have a fever or are acutely ill, you should re-schedule your vaccination.

After vaccination:

It is advisable to avoid the following after vaccination, to reduce the risk of adverse effects:

- Avoid drinking alcohol for 12-24 hours after getting vaccinated
- Avoid taking non-steroidal anti-inflammatory drugs (NSAIDs) for pain or fever after vaccination. (NSAIDs include medications like ibuprofen, ketoprofen, naproxen, and diclofenac.)
- Avoid strenuous physical activity or intense exercise for two weeks after each dose.

8. How do I report side effects?

If you experience severe or unusual side effects, see your doctor, who will be able to advise you and report the side effects to HSA. You may also report side effects directly to HSA on a form by scanning this **QR code**.



9. What is the Pandemic Special Access Route (PSAR)?

PSAR is an authorisation process by HSA to facilitate early access to vaccines and medicines during a pandemic, such as COVID-19.

The content of this information sheet was updated on 29/10/21. For the latest COVID-19 vaccine consumer information, please refer to the HSA website at <https://www.hsa.gov.sg/covid-19-information-and-advisories>

VACCINATION INFORMATION SHEET (BENGLI) – FOR VACCINATION RECIPIENTS

MODERNA COVID-19 VACCINE

ভ্যাকসিনেশন/ টীকা তথ্য সিট - ভ্যাকসিনেশন/ টীকা গ্রহণকারীদের জন্য মডার্না কোভিড -১৯ ভ্যাকসিন

স্বাস্থ্য মন্ত্রণালয়ের নির্দেশে স্বাস্থ্য বিজ্ঞান কর্তৃপক্ষ (HSA) কর্তৃক এই ভ্যাকসিনটি প্যাডেমিক স্পেশাল অ্যাক্সেস রুট (PSAR) এর অধীনে সিঙ্গাপুরে ব্যবহারের জন্য অনুমোদন দেওয়া হয়েছে। নিচের এই তথ্যগুলি পড়ুন। আপনার যদি কোন প্রশ্ন থাকে তবে ডাক্তার বা ক্লিনিকের সাথে পরামর্শ করুন।

1. COVID-19 কি?

COVID-19 একটি শ্বাসযন্ত্রের ব্যাধি যা শরীরের অন্যান্য অংশগুলিকে প্রভাবিত করতে পারে এবং হালকা থেকে গুরুতর পর্যন্ত রোগ হতে পারে। রোগটি ছড়িয়ে পড়ে মূলত নিঃসৃত ফোঁটার মাধ্যমে, দূষিত জিনিস স্পর্শ করলে বা কিছু কিছু ক্ষেত্রে বায়ুবাহিত হয়ে।

রোগের সংস্পর্শে আসার 2 থেকে 14 দিন পরে লক্ষণ দেখা হয় এবং এতে জ্বর, কাশি, শ্বাসকষ্ট, গলা ব্যথা, নাক থেকে পানি ঝরা বা গন্ধ বা স্বাদের কমতি অন্তর্ভুক্ত। জটিলতাগুলির মধ্যে শ্বাস প্রশ্বাস রুদ্ধ, হার্ট অ্যাটাক, রক্ত জমাট বাঁধা এবং অন্যান্য দীর্ঘমেয়াদী সমস্যাও অন্তর্ভুক্ত।

2. মডার্না কোভিড -১৯ ভ্যাকসিন কী?

মডার্না কোভিড-১৯ ভ্যাকসিন কোভিড-১৯ রোগ থেকে রক্ষা করে। ভ্যাকসিনটিতে মেসেঞ্জার RNA (mRNA) রয়েছে যা আপনার রোগ প্রতিরোধ ব্যবস্থাকে (ইমিউন সিস্টেমকে) সুরক্ষা তৈরি করতে সহায়তা করে। ভ্যাকসিনটি কোভিড-১৯ এর ফলে সংক্রমিত এবং মারাত্মক রোগে আক্রান্ত হওয়ার ঝুঁকি কমিয়ে দেয় এবং এতে বর্তমান ভাইরাসের রূপান্তরগুলির বিরুদ্ধে ভাল সুরক্ষা রয়েছে।

ভ্যাকসিন ২৮ দিনের ব্যবধানে নেওয়া ২টি ডোজ নিয়ে সম্পূর্ণ হয়, তবে দ্বিতীয় ডোজটি পরে নেওয়া হলেও সেটা কার্যকর হবে। নিম্নলিখিত ব্যক্তিদের জন্য অতিরিক্ত ডোজ প্রস্তাব করা হয়:

ক) গুরুতরভাবে দুর্বল রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা^২ সম্পন্ন ব্যক্তিদের ভাল সুরক্ষার জন্য এবং তাদের ভ্যাকসিন নেওয়ার প্রক্রিয়াটি সম্পূর্ণ করার জন্য দ্বিতীয় ডোজ নেওয়ার দুই মাস পরে ভ্যাকসিনের তৃতীয় ডোজ নেওয়া উচিত।

খ) ৩০ বছর বা তার বেশি বয়সী ব্যক্তিদের তাদের আগের ভ্যাকসিন সম্পূর্ণ হওয়ার ছয় মাস পর PSAR mRNA ভ্যাকসিনের একটি বুস্টার ডোজ নেওয়া উচিত।

গ) ১৮ বছর বা তার বেশি বয়সের স্বাস্থ্যসেবা এবং ফ্রন্টলাইনে নিয়োজিত কর্মীদের, ১৮ বছর বা তার বেশি বয়সী প্রতিষ্ঠানিক স্বপনায় নিয়োজিত কর্মী এবং ব্যক্তিদেরও খ-এ বর্ণিত একটি বুস্টার ডোজ নেওয়া উচিত।

ভ্যাকসিন নেওয়া নিরাপদ, কিন্তু অন্যান্য ভ্যাকসিন এবং ওষুধের মতো, এই ভ্যাকসিন নেওয়াতেও পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া হতে পারে। এই পার্শ্বপ্রতিক্রিয়াগুলি সাধারণত হালকা হয় এবং ১ থেকে ৩ দিনের মধ্যে ভাল হয়ে যায়। সেকশন ৬-এ ভ্যাকসিনের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, এবং সেকশন ৭-এ ভ্যাকসিন নেওয়ার পর পরবর্তী পরামর্শ বর্ণনা করা হয়েছে।

3. কাদের ভ্যাকসিন নেওয়া উচিত? কাদের ভ্যাকসিন নেওয়া উচিত নয়?

কোভিড-১৯ এর বিরুদ্ধে সুরক্ষিত হওয়ার জন্য আপনার এই ভ্যাকসিনটি নেওয়া উচিত। আপনার বয়স অবশ্যই ১৮ বছর বা তার বেশি হতে হবে।

আপনার যদি এই ভ্যাকসিনের পূর্ববর্তী ডোজে অ্যালার্জি জনিত প্রতিক্রিয়া (অ্যানাফিল্যাক্সিস সহ) হওয়ার খুব বেশি ঝুঁকি থাকে যা এই ভ্যাকসিন নেওয়ার ৪ ঘণ্টার মধ্যে ঘটেছিল, অথবা যদি এই ভ্যাকসিনের কোন উপাদানের জন্য আপনার জানা অ্যালার্জি

^২এর মধ্যে রয়েছে ট্রান্সপ্লান্ট করা রোগী, বর্তমানে চিকিৎসা গ্রহণ করছেন এমন ক্যান্সার রোগী, হেমাটোলজিকাল ক্যান্সার, এমন চিকিৎসাধীন ব্যক্তি যাদের রোগ প্রতিরোধ ব্যবস্থাকে (ইমিউন সিস্টেমকে) দমন করে রাখা হয়েছে, কিডনি রোগের শেষ-পর্যায়ে উপনীত ব্যক্তি এবং উন্নীত পর্যায়ের বা চিকিৎসা না করা HIV-তে আক্রান্ত ব্যক্তি।

থাকে, যেমন পলিইথিলিন গ্লাইকল (PEG) (সেকশন ৫ দেখুন), তাহলে আপনার ভ্যাকসিন নেওয়া উচিত নয়। আপনার যদি অন্যান্য ভ্যাকসিনে অ্যালার্জি বা অ্যানাফিল্যাক্সিস থাকে, তাহলে আপনি অ্যালার্জি বিশেষজ্ঞের মতামত ছাড়াই এই ভ্যাকসিনট নিতে **পারেন।**

এই ভ্যাকসিন নেওয়ার আগে আপনার ডাক্তার বা নার্সকে বলুন, যদি:

- গত ২৪ ঘন্টায় আপনার জ্বর হয়ে থাকে
- আপনার ক্যান্সারের চিকিৎসা চলমান থাকে, অঙ্গ/স্টেম সেল প্রতিস্থাপন করা হয়ে থাকে, বা রোগ প্রতিরোধ ব্যবস্থাকে নিয়ন্ত্রণ করে রাখা (ইমিউনোকম্প্রাইমাইজড) থাকে
- আপনার রক্তে প্লেটলেটের (এক ধরণের রক্ত কণিকা) সংখ্যা কম থাকে, রক্তক্ষরণ ব্যাধি থাকে, বা রক্ত পাতলা করার ওষুধ নিচ্ছেন
- আগে কোভিড-১৯ এ সংক্রামিত হয়েছিলেন, বা অন্য একটি কোভিড-১৯ ভ্যাকসিন নিয়েছেন;

উপরোক্ত অবস্থা বা পরিস্থিতিতে বেশিরভাগ লোকই ভ্যাকসিন নিতে পারেন, কিন্তু ডাক্তার বা নার্স এই ব্যাপারে অতিরিক্ত পরামর্শ দিতে পারেন।

4. মডার্ন কোভিড-১৯ ভ্যাকসিন কীভাবে দেওয়া হয়?

এই ভ্যাকসিনটি আপনার উপরের বাহর পেশীতে ইনজেকশন হিসাবে দেওয়া হয়।

5. মডার্ন কোভিড-১৯ ভ্যাকসিনের উপাদানগুলি কী কী?

মডার্ন কোভিড-১৯ ভ্যাকসিনের মধ্যে নিম্নলিখিত উপাদানগুলি অন্তর্ভুক্ত রয়েছে: ম্যাসেঞ্জার রাইবোনুক্লিক অ্যাসিড (এমআরএনএ), লিপিডস (এসএম-১০২, পলিথিলিন গ্লাইকোল [পিইজি] ২০০০ ডাইলিন্ডেইল গ্লিসারল [ডিএমজি], কোলেস্টেরল এবং ১,২-ডিস্টেরোয়েল-এসএন-গ্লিসারো-৩-ফসফোকোলিন [ডিএসপিসি]), ট্রমেটামাইন, ট্রমেটামাইন হাইড্রোক্লোরাইড, এসিটিক অ্যাসিড, সোডিয়াম অ্যাসিটেট এবং সূক্রোজ।

6. সম্ভাব্য পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াগুলি কি কি? আমি কীভাবে পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াগুলি নিয়ন্ত্রণ করব?

অন্যান্য ভ্যাকসিন এবং ওষুধের মতো, এই ভ্যাকসিনেও পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া হতে পারে। অধিকাংশ পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াগুলি হালকা বা মাঝারি ধরণের এবং সাধারণত কিছু দিনের মধ্যে ভাল হয়ে যায়। নীচের তালিকাতে কিছু সাধারণ পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া, যা এই ভ্যাকসিনের সাথে দেখা দেয় বলে রিপোর্ট করা হয়েছে এবং সেগুলি কীভাবে নিয়ন্ত্রণ করা যায়, তা লিস্ট করা হয়েছে

পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াসমূহ	কিভাবে নিয়ন্ত্রণ করবেন
ইনজেকশনের স্থানে ব্যথা, লালচে ভাব, ফোলা	জ্বর আক্রান্তদের জ্বর কমে না যাওয়া পর্যন্ত বাড়িতেই নিজেকে বিচ্ছিন্ন করার পরামর্শ দেওয়া হলো।
জ্বর, সর্দি	প্যারাসিটামল ১ থেকে ২ টা ট্যাবলেট প্রতি ৬ ঘন্টা পর
মাথা ব্যথা, পেশী ব্যথা, জয়েন্টে ব্যথা	বিশ্রাম
ক্লান্তি	সাধারণত এক সপ্তাহ বা তার মধ্যে নিজে থেকেই ভাল হয়ে যায়
ঘাড় বা বাহুতে লসিকাগ্রন্থি ফোলা	

- পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াগুলি অব্যাহত থাকলে বা আরও খারাপ হয়ে গেলে একজন ডাক্তারের সাথে দেখা করুন।
- যেহেতু টাকার দ্বিতীয় ডোজ শেষ করার কমপক্ষে ২ সপ্তাহ পর্যন্ত আপনার শরীরে সম্পূর্ণ সুরক্ষার বিকাশ হয়নি, তাই যদি আপনার কাশি, গলা ব্যথা বা নাক দিয়ে পানি পড়া থাকে তাহলে কোভিড টেস্টের জন্য একজন ডাক্তারের সাথে দেখা করুন।
- খুব কমই, এই ভ্যাকসিনটি মারাত্মক অ্যালার্জি জনিত প্রতিক্রিয়ার বা অ্যানাফিল্যাক্সিসের কারণ হতে পারে। লক্ষণগুলির মধ্যে শ্বাসকষ্ট, আপনার মুখে/গলায়/চোখে/ঠোঁটে ফোলাভাব, দ্রুত হার্টবিট, মাথা ঘোরা/দুর্বলতা বা ফুসকুড়ি অন্তর্ভুক্ত। যদি আপনি এগুলি অনুভব করেন তাহলে **অবিলম্বে চিকিৎসার জন্য সাহায্য নিন।** ৯১১ এ কল করুন বা অবিলম্বে নিকটস্থ A&E এ যান।
- খুব কমই এই ভ্যাকসিনের ফলে হার্টের স্ফালা- পোড়নের কারণ হতে পারে (মায়োকার্ডাইটিস)। লক্ষণগুলির মধ্যে রয়েছে বুকের ব্যথা, শ্বাসকষ্ট বা অস্বাভাবিক হার্টবিট অন্তর্ভুক্ত। যদি আপনি এগুলি অনুভব করেন তাহলে অবিলম্বে চিকিৎসার জন্য সাহায্য নিন।

- ভ্যাকসিন নেওয়ার পরে যদি আপনি এমন কোনও পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া অনুভব করেন যা উপরে তালিকাভুক্ত নয়, তাহলে দয়া করে আপনার ডাক্তারের সাথে পরামর্শ করুন।

7. ভ্যাকসিন নেওয়ার পরে আর কোনও পরামর্শ?

ভ্যাকসিন গ্রহণকারীদের বিভিন্ন গ্রুপের জন্য পরামর্শ:

- আপনি যদি রক্ত পাতলা করার ওষুধ নিতে থাকেন তবে ইনজেকশন দেওয়ার জায়গায় ৫ মিনিটের জন্য দৃঢ়ভাবে চেপে রাখুন।
- আপনি যদি সক্রিয় ক্যান্সার চিকিৎসায় থাকেন, আপনার যদি সাম্প্রতিক অঙ্গ/স্টেম সেল প্রতিস্থাপন হয়ে থাকে বা রোগ প্রতিরোধ ব্যবস্থাকে ভীষণভাবে নিয়ন্ত্রণ করে রাখা হয়েছে এমন চিকিৎসায় (ইমিউনোথেরাপিতে) থাকেন তাহলে আপনি এই ভ্যাকসিন নিতে পারবেন কিনা তা নিয়ে দয়া করে আপনার বিশেষজ্ঞের সাথে পরামর্শ করুন।
- গর্ভবতী মহিলা এবং যারা গর্ভবতী হওয়ার পরিকল্পনা করছেন তাদের ভ্যাকসিন নেওয়া উচিত। ভ্যাকসিন গর্ভবতী মহিলাদের এবং যারা গর্ভধারণের চেষ্টা করছেন তাদের জন্য গুরুত্বপূর্ণ উপকার দিয়ে থাকে। গর্ভাবস্থায় ভ্যাকসিন নেওয়া ক্ষতিকারক বলে তার কোনো প্রমাণ নেই।

ভ্যাকসিন নেওয়ার আগে:

- আপনি যে ওষুধগুলি নিচ্ছিলেন সে ওষুধগুলি যথারীতি গ্রহণ করা চালিয়ে যান, এবং শুধুমাত্র ভ্যাকসিন নেওয়ার জন্য সেগুলি বন্ধ করবেন না।
- ভ্যাকসিন নেওয়ার পরে অস্ত্রাণ হয়ে যাওয়ার ঝুঁকি কম করার জন্য পানিশূন্যতা (ডিহাইড্রেশন) বা খাবার না খাওয়া এড়িয়ে চলুন।
- যদি আপনার স্বর হয় বা আপনি ভীষণ অসুস্থ হন তাহলে আপনার ভ্যাকসিন নেওয়ার দিনটি পুনরায় নির্ধারণ করুন।

ভ্যাকসিন নেওয়ার পরে:

বিিন্ন প্রতিক্রিয়ার ঝুঁকি কম করার জন্য, ভ্যাকসিন নেওয়ার পরে নিম্নলিখিতগুলি এড়িয়ে চলতে পরামর্শ দেওয়া হয়েছে:

- ভ্যাকসিন নেওয়ার পরে ১২-২৪ ঘন্টা অ্যালকোহল/মদ্যপান এড়িয়ে চলুন
- ভ্যাকসিন নেওয়ার পরে ব্যথা বা স্বরের জন্য নন-স্টেরয়েডাল ব্যথা বা জ্বালা- পোড়ন নিরোধী ওষুধ (অ্যান্টি-ইনফ্ল্যামেটরি) (NSAIDs) গ্রহণ করা এড়িয়ে চলুন। (NSAIDs এর মধ্যে অন্তর্ভুক্ত রয়েছে ibuprofen-আইবুপ্রোফেন, ketoprofen-কেটোপ্রোফেন, naproxen-নেপ্রোক্সেন এবং diclofenac-ডাইক্লোফেনাক ওষুধ)
- প্রতিটি ডোজের পর দুই সপ্তাহের জন্য কঠোর শারীরিক কার্যকলাপ বা তীব্র ব্যায়াম করা এড়িয়ে চলুন।

8. আমি কিভাবে পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াগুলি রিপোর্ট করব?

যদি আপনি গুরুতর বা অস্বাভাবিক পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া অনুভব করেন তাহলে আপনার ডাক্তারের সাথে দেখা করুন, যিনি আপনাকে পরামর্শ দিতে এবং আপনার পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াগুলি HSA-তে রিপোর্ট করতে সক্ষম হবেন। আপনি এই QR কোডটি স্ক্যান করে পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াগুলি ফর্মে লিখে সরাসরি HSA-তেও রিপোর্ট করতে পারেন।



9. মহামারী বিশেষ অ্যাক্সেস রুট (PSAR) কি?/?

PSAR, HSA অনুমোদিত একটি প্রক্রিয়া যা COVID-19 এর মত মহামারীর সময় ভ্যাকসিন এবং ওষুধ তাড়াতাড়ি পেতে সাহায্য করতে পারে।

এই তথ্য সিটের বিষয়বস্তু 29/10/21 তারিখে আপডেট করা হয়েছে। অতি সাম্প্রতিক COVID-19 ভ্যাকসিন গ্রাহক তথ্যের জন্য, দয়া করে HSA ওয়েবসাইটটি <https://www.hsa.gov.sg/covid-19-information-and-advisories>

VACCINATION INFORMATION SHEET (BURMESE) – FOR VACCINATION RECIPIENTS

MODERNA COVID-19 VACCINE

ကာကွယ်ဆေးထိုးခံမည့်သူများအတွက်-ကာကွယ်ဆေးညွှန်ကြားချက်နှင့်သတင်းအချက်အလက်များပါ စာရွက်။ MODERNA COVID-19 ကာကွယ်ဆေး

Ministry of Health MOH ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာန၏ညွှန်ကြားချက်ကြောင့် Pandemic Special Access Route (PSAR) မှနေ၍ Health Science Authority ကိုလုပ်ပိုင်ခွင့်လွှဲအပ်၍ ကြားဖြတ်ကာလအတွင်းစင်ကာပူတွင်သုံးစွဲခွင့်ပေးထားသည်။

ဤညွှန်ကြားချက်ကိုသေချာစွာဖတ်ရပါ။ပို၍ မေးစရာရှိလျှင်ဆရာဝန်သို့မဟုတ်ဆေးခန်းတွင်တိုင်ပင် မေးမြန်းပါ။

1. COVID-19 ဆိုတာဘာလဲ။

COVID-19 ဆိုသည်မှာအသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာရောဂါဖြစ်ပြီးအခြားခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းများကိုလည်းထိခိုက်နိုင်ပါ သည်။ရောဂါဝေဒနာမှာသာမန်မှပြင်းထန်စွာခံစားရနိုင်သည်။ရောဂါပြန့်နှံ့ပုံမှာပါးစပ်၊နှာခေါင်းမှအရည်စက်များနှင့်၊ရောဂါပိုးရှိနေ သောမျက်နှာပြင်ကိုထိကိုင်မိ၍လည်းကောင်း၊ပိုးများသယ်ဆောင်လာသောလေထုကိုရှူမိ၍လည်းကောင်းစတင်နိုင်သည်။

ရောဂါကူးစက်ခံရပြီး၊ ၂ရက်မှ၄ရက်အတွင်းအဖျားတက်ခြင်း၊နှာ ရည်ယိုခြင်း၊လည်ပင်းနာ၊ချောင်းဆိုးခြင်း၊အသက်ရှူကြပ်ခြင်း၊အနံ့အရ သာပျောက်ခြင်းတို့ဖြစ်လာနိုင်သည်။ပိုမိုဆိုးရွားသောအဖြစ်များမှာအ သက်ရှူလမ်းကြောင်းပျက်စီးခြင်း၊နုလုံးသွေးကြောပိတ်ဆို့ခြင်း၊သွေး ကြောအတွင်းသွေးခဲပိတ်ဆို့ခြင်း၊နှင့်နာတာရှည်ရောဂါများဖြစ်ပွားနိုင်သည်။

2. Moderna COVID-19 ကာကွယ်ဆေးဆိုတာဘာလဲ။

Moderna ကာကွယ်ဆေးသည်COVID-19 ရောဂါကိုကာကွယ် ပေးသည်။ကာကွယ်ဆေးတွင် messenger RNA (mRNA) ပါဝင်ပြီးသင်၏ကိုယ်ခံအားကိုမြှင့်တင်၍ရောဂါကိုကာကွယ် ပေးသည်။ကာကွယ်ဆေးသည်ရောဂါကူးစက်မှုကိုလျော့နည်းစေသဖြင့်COVID-19 ရောဂါပြင်း ထန်စွာဖြစ်ပွားမှုမဖြစ်စေပါ။ယခုဖြစ်ပွားနေသောပိုင်းရပ်စ်မျိုးပွားများကိုကောင်းစွာကာကွယ်မှုဖြစ်စေ

ကာကွယ်ဆေးသည် ၂ရက်ခြား၍ ၂ ကြိမ်ထိုးရမည်ဖြစ်သော်လည်း ဒုတိယအကြိမ်ကိုရက်နောက်ကျပြီးထိုးပါကလည်းအစွမ်းရှိပါသေးသည်၊ အောက်ပါပုဂ္ဂိုလ်တို့အတွက်နောက်ထပ်အကြိမ်များထိုးရန်လိုအပ်ပါသည်။

က. ကိုယ်ခံအားပြင်းထန်စွာလျော့ကျနေသောသူများ³သည်၎င်းတို့ အတွက်ကာကွယ်မှုပိုမိုကောင်းမွန်စွာရစေရန်၊တတိယအကြိမ် ကာကွယ်ဆေးကိုဒုတိယအကြိမ်ထိုးပြီး ၂လကြာလျှင်ထိုးသင့် သည်။

ခ. အသက်၇၀ နှင့်အထက်ရှိသောသူများသည်PSAR mRNA ကာကွယ်ဆေးကိုကိုယ်ခံအားမြှင့်တင်ရန်ဘူစ်တာထိုးခြင်း

³ ၎င်းတို့မှာ ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းအစားထိုးထားသူများ၊ကင်ဆာရောဂါမပျောက်၍ကုသခံ နေရသူများ၊ သွေးကင်ဆာအမျိုးမျိုးအတွက်ကုသခံနေရသူများ၊ ကိုယ်ခံအားလျော့ကျစေသည့် ကုသထုံးကိုခံယူနေရသူများ၊ကျောက်ကပ်ရောဂါနောက်ဆုံးအဆင့်အဖြစ်ခံစားနေရသူများ၊ HIV ရောဂါပြင်းထန်နေသူများနှင့် ၎င်းရောဂါကိုကုသမှုခံယူမှုမရှိသောသူများဖြစ်သည်။

အတွက်၊ ဒုတိယအကြိမ်ထိုးပြီး လေအကြာမှစတင်၍ထိုး နိုင်သည်။

- ဂ. အသက် ၁၈နှစ်အထက်ရှိသော ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများ နှင့်ရှေ့တန်းတွင်တာဝန်ထမ်းဆောင်နေသောအလုပ်သမား များ၊၎င်းအပြင် အဖွဲ့အစည်းများတွင်တာဝန်ထမ်းဆောင်နေ သော အသက်၁၈ နှစ်အထက်ရှိသူများသည်လည်း (ခ)မှာ ကဲ့သို့ပင် ဘူစ်တာထိုးခြင်းပြုရမည်

ကာကွယ်ဆေးသည်စိတ်ချရသည်။ သို့သော်အခြားကာကွယ် ဆေးများကဲ့သို့ပင်ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများခံစားရနိုင်သည်။ ၎င်း တို့မှာအနည်းငယ်သာလျော့ပေါ့စွာခံစားရပြီး ၁ရက်မှ ၃ရက် အတွင်းသက်သာသွားမည်။ အပိုင်း ၆တွင် ကာကွယ်ဆေး၏ ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများအကြောင်းပါဝင်ပြီး၊အပိုင်း ၇ တွင်ကာ ကွယ်ဆေးထိုးပြီးအကြံပြုချက်များပါဝင်သည်။

3. မည်သူတွေကာကွယ်ဆေးထိုးရမည်နှင့်၊မည်သူတွေမထိုးရကြောင်း။

သင်သည်COVID-19 ရောဂါကိုကာကွယ်ရန်၍ကာကွယ်ဆေးကိုထိုးရမည်။သင်သည် အသက် ၁၈နှစ်အထက်ဖြစ်ရမည်။သင်သည်ပထမအကြိမ်၍ COVID19 ကာကွယ်

သင်သည်ယခင်က၍ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီး ၄နာရီအတွင်းကြီးမား သောဓါတ်မတည့်မှု(အသက်အန္တရာယ်ဖြစ်လောက်သောဓါတ်မ တည့်မှုအပါအဝင်)ဖြစ်ဖူးခြင်း၊ သို့မဟုတ်၍ကာကွယ်ဆေးတွင် ပါဝင်သော ဓါတ်ပစ္စည်းများ Polyethylene glycol (PEG) စသည် (အပိုင်း၅ ကိုကြည့်ပါ)တို့နှင့်ဓါတ်မတည့်မှုဖြစ်ဖူးကြောင်းသိပါက ၍ကာကွယ်ဆေးကိုမထိုးသင့်ပါ။ သင်သည်အခြားကာကွယ်ဆေး များထိုးပြီးယားယံခြင်း၊သို့မဟုတ်ဓါတ်မတည့်ခြင်းဖြစ်ပါက၍ကာ ကွယ်ဆေးကို ဓါတ်မတည့်မှုအထူးကုဆရာဝန်၏ဆန်းစစ်မှုမလိုဘဲ ထိုးနိုင်သည်။

သင်ဆေးမထိုးမီရာဝန်သို့မဟုတ်သူနာပြုဆရာမကိုသင်၏အခြေအနေကိုပြောပြပါ။သင်သည်

- လွန်ခဲ့သော ၂၄နာရီကကိုယ်ပူခြင်း
- ပျောက်ကင်းခြင်းမရှိသောကင်ဆာရောဂါအတွက်ကုသခံနေရခြင်း၊stem cell သို့မဟုတ်ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုစွဲစိပ်အစားထိုးခံရခြင်း၊ကိုယ်ခံအားအပြင်းအထန် လျော့ကျစေသော ရောဂါအခြေအနေဖြစ်နေခြင်း
- ပလိပ်တလက်နည်းခြင်း၊သွေးမတိတ်သောရောဂါ၊သွေးကြဲစေသောဆေးဝါးများသုံးစွဲနေရ ခြင်း
- COVID-19 ရောဂါဖြစ်ဖူးခြင်းသို့မဟုတ်အခြား COVID-19 ကာကွယ်ဆေးထိုးဖူးခြင်း

အထက်ပါအခြေအနေတို့ရှိနေသောသူအများစုမှာများသောအား ဖြင့်၍ကာကွယ်ဆေးကိုထိုးနိုင်သည်။သို့သော်ဆရာဝန်သို့မဟုတ် သူနာပြုဆရာမကထိုးရန်သင့်မသင့်အကြံပေးနိုင်သည်။

4. Moderna COVID-19 ကာကွယ်ဆေးကိုမည်သို့ထိုးပေးသနည်း။

ကာကွယ်ဆေးကိုသင်၏လက်မောင်းအထက်ကြွက်သားအတွင်းထိုး သွင်းပေးသည်။သင်သည်၍ကာကွယ်ဆေးဖြင့်ပင်၊ဒုတိယအကြိမ်ထပ်မံထိုးနှံရန်ပေးထားသောရက်ချိန်းတွင်လာရမည်။သို့မှသာ

ကာကွယ်ဆေးကသင့်အား COVID-19 ရောဂါမှပြည့်ဝစွာ ကာကွယ်ပေးမှုရနိုင်မည်။

5. Moderna COVID-19 ကာကွယ်ဆေးတွင်ဘာဓာတ်ပစ္စည်းများပါ ဝင်သလဲ။

Moderna COVID-19 ကာကွယ်ဆေးတွင်အောက်ပါတို့ပါဝင်သည်။ messenger ribonucleic acid (mRNA), lipids (SM-102, polyethylene glycol [PEG] 2000 dimyristoyl glycerol [DMG], cholesterol, and 1,2-distearoyl-sn-glycero-3-phosphocholine [DSPC]), tromethamine, tromethamine hydrochloride, acetic acid, sodium acetate, and sucrose.

6. ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးတွေကဘာတွေလဲ။ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးသက်ရောက်မှုခံရပါကမည်သို့စီမံရမည်နည်း။

အခြားသောကာကွယ်ဆေးများကဲ့သို့ပင်၊ဘေးထွက်ဆေးကျိုးတော့ခံစားရနိုင်ပါသည်။ သာမန်အကြမ်းဖျင်းလောက်သာဖြစ်နိုင်ပြီးရက်အနည်းငယ်အတွင်းပြန်လည်သက်သာသွားသည်။ အောက်ပါဇယားတွင်၊ဆေးထိုးပြီးသူများတင်ပြအကြောင်းကြားလေ့ရှိသော၊ဤကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးဖြစ်ပွားနေကျဆိုးကျိုးများနှင့်၊မည်သို့စီမံရမည့်အကြောင်းများဖြစ်သည်။

ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများ။	မည်သို့သက်သာအောင်စီမံမည်နည်း။
ဆေးထိုးထားသောနေရာတွင်နီလာပြီးယောင်ရမ်းကိုက်ခဲခြင်း။	လိုအပ်ပါကလူကြီးများအတွက်ပါရာစီတမော ၁ လုံးမှ ၂ လုံး ၆
ချမ်းတုန်ပြီးအဖျားတက်ခြင်း။	
ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊အရိုးအဆစ်၊ကြွက်သားများနာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း။	Paracetamol ပါရာစီတမော ၁ လုံးမှ ၂ လုံး ၆ နာရီခြားသောက်ပါ
ပင်ပန်းနွမ်းနယ်ခြင်း	နားနေပါ။
လည်ပင်းနှင့်ဂိုင်းအောက်တွင်အကျိတ်ယောင်ခြင်း။	များသောအားဖြင့်၊တပတ်ကျော်လျှင်သက်သာသွားမည်။

- ဘေးထွက်ဆေးကျိုးမသက်သာဘဲပိုဆိုးလာလျှင်ဆရာဝန်ပြသတိုင်ပင်ပါ။
- သင်သည်ချောင်းဆိုးခြင်း၊လည်ချောင်းနာခြင်း၊နာရည်ယိုခြင်းတို့ဖြစ်ပါက COVID ရောဂါအတွက်စစ်ဆေးမှုခံယူပါ။အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်ဒုတိယအကြိမ်ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးနစ်ပတ်ကြာမှသာရောဂါကိုအပြည့်အဝကာကွယ်ပေးနိုင်မည်။
- ကာကွယ်ဆေးသည်ဖြစ်ခဲလှစွာပြင်းထန်သောဓါတ်မတည့်ခြင်း၊သို့မဟုတ်ခန္ဓာကိုယ်၏ ပြင်းထန်စွာတုန်ပြန်မှုဖြစ်တတ်သည်။လက္ခဏာများမှာအသက်ရှူရခက်ခဲခြင်း၊မျက်နှာ၊လည်ပင်း၊မျက်လုံး၊နှုတ်ခမ်းတို့ ယောင်လာခြင်း၊နုလုံးခုန်မြန်ခြင်း၊မူးဝေ၍ခြေကုန်လက်ပန်းကျခြင်း၊တကိုယ်လုံးအင်ပြင်ကဲ့သို့ယားယံလာခြင်း။ ထိုသို့ဖြစ်သောအခါ ၉၉၅ ကိုခေါ်ပါ။ သို့မဟုတ်အရေးပေါ် ဌာနသို့ချက်ချင်းသွားပါ။
- ကာကွယ်ဆေးသည်ဖြစ်ခဲလှစွာ နှလုံးယောင်ရမ်းခြင်း(myocarditis)ဖြစ်ပွားနိုင်သည်။ ၎င်းရောဂါလက္ခဏာဖြစ်သောရင်ပတ်အောင့်ခြင်း၊နှလုံးခုန်မြန်ခြင်း၊အသက်ရှူရခက်ခဲခြင်း၊ တို့ဖြစ်ပါကဆေးကုသမှုချက်ချင်းခံယူပါ။
- ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးတိုင်း အထက်ဖော်ပြပါမဟုတ်သောဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများခံစားရပါကဆရာဝန်ပြပြီးဆေးကုသမှုခံယူပါ။

7. ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးအခြားအကြံပေးချက်များရှိပါသေးလား။
အခြားသော ကာကွယ်ဆေးထိုးထားသောသူ အုပ်စုများအတွက်အကြံပေးချက်များ

- သွေးကြောစေ့သောဆေးဝါးများသုံးစွဲနေရပါကဆေးထိုးထားသည့်နေရာကိုရှိမိနစ်ခန့်တင်းကြပ်စွာဖိထားပါ။
- ပျောက်ကင်းခြင်းမရှိသောကင်ဆာရောဂါအတွက်ကုသခံနေရခြင်း၊ stem cell သို့မဟုတ်ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုစွဲစိပ်အစားထိုးခံရလျှင်၊ ကိုယ်ခံအားအပြင်းအထန်လျော့ကျစေသော ဆေးဖြင့်ကုသခံနေရလျှင်၊ သင်၏အထူးကုဆရာဝန်နှင့်ကာကွယ်ဆေးထိုးသင့်မသင့်တိုင်ပင်ပါ။
- ကိုယ်ဝန်ရှိနေသူအမျိုးသမီးများသို့မဟုတ်ကိုယ်ဝန်ရအောင်ကြံစည်နေသူများလည်းကျွန်ုပ်တို့ကာကွယ်ဆေးကိုထိုးနိုင်သည်။ ကာကွယ်ဆေးသည်ကိုယ်ဝန်ရှိနေသူအမျိုးသမီးများနှင့်ကိုယ်ဝန်ရအောင်ကြံစည်နေသူများကိုအထူးအကျိုးပြုနိုင်သည်။ ကိုယ်ဝန်ရှိနေစဉ်ကာကွယ်ဆေးကဆိုးကျိုးဖြစ်စေသည်ဟုအထောက်အထားမရှိဖူးပါ။

ကာကွယ်ဆေးမထိုးမီ

- သောက်နေကျဆေးများကိုဆက်သောက်ပါ။ ကာကွယ်ဆေးထိုးရန်အတွက်ကြောင့်ဆိုပြီးဆေးမဖြတ်လိုက်ပါနှင့်။
- ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးမှမေ့သတိလစ်မသွားရန်အစားစားပါ။ ရေဓါတ်ခန်းခြောက်မှုမဖြစ်ရန်ရေသောက်ပါ။
- ကိုယ်ပူနေခြင်း၊ အလွန်ဖျားနာနေခြင်းဖြစ်ပါကကာကွယ်ဆေးမထိုးဘဲနောက်ထပ်ရက်ချိန်းအသစ်ထပ်ယူပါ။

ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးနောက်

ဖြစ်ပွားနိုင်သောဆိုးကျိုးများအကျိုးသက်ရောက်မှုမရှိရန်အောက်ပါတို့ကိုရှောင်ကြဉ်ပါ။

- ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီး ၁၂ နာရီ မှ ၂၄ နာရီအတွင်းအရက်မသောက်ပါနှင့်။
- ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးနောက် (NSAIDs) စတိုးရှိုက်မဟုတ်သောယောင်ရမ်းမှုကိုတားမြစ်သောဆေးများအားဖျားနာခြင်းနှင့်အကိုက်အခဲသက်သာအောင်မသောက်ပါနှင့် (NSAID တို့မှာ Ibuprofen, Keptoprofen, Naproxen, Dichlofenac တို့ဖြစ်သည်။)
- ကာကွယ်ဆေးတစ်ခါထိုးပြီးတိုင်း ၂ ပတ်အတွင်းပြင်းထန်စွာကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှုလေ့ကျင့်ခန်းနှင့်အားကစားတို့ကိုမပြုသင့်ပါ။

8. ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးအကြောင်းမည်သို့သတင်းပို့မည်နည်း။

သင်သည်ပြင်းထန်သော၊ သို့မဟုတ်ဖြစ်နေကျမဟုတ်သောဘေးထွက်ဆေးကျိုးဖြစ်ပါကသင့်ဆရာဝန်ကိုပြောပြပါ။ သင်၏ကျန်းမာရေးတာဝန်ရှိသူကသင့်အားအကြံပေးပြီး၊ HSA ကိုသတင်းပို့ပေးမည်။ သင်ကလည်း HSA ကိုတိုက်ရိုက်သတင်းပို့ရန်၊ ဤ **QR Code** တွင်စကင်လုပ်ပြီးဖောင်ဖြည့်ပါ။



9. (PSAR) Pandemic Special Access Route ဆိုတာဘာလဲ။

COVID-19 စသော Pandemic ကမ္ဘာတဝှမ်းလုံးကပ်ရောဂါဖြစ်နေချိန်တွင် (PSAR) ကလုပ်ပိုင်ခွင့်အာဏာကိုလွှဲအပ်၍ ကာကွယ်ဆေး HSA ကိုအလျင်သုံးနိုင်ရန်ခွင့်ပေးထားသည်။

ဤသတင်းအချက်အလက်များကို 29/10/21 နေ့တွင်တိုးမြှင့်တွင်ဖြည့်စွက်ထားပါသည်။ COVID-19 ကာကွယ်ဆေးအထိုးခံသူများ၏နောက်ဆုံးပေါ် သတင်းအချက်အလက်များကိုအောက်ပါ HSA website တွင်ဖတ်ပါ။ <https://www.hsa.gov.sg/covid-19-information-and-advisories>

**VACCINATION INFORMATION SHEET (THAI) – FOR VACCINATION RECIPIENTS
MODERNA COVID-19 VACCINE**

**เอกสารข้อมูลการฉีดวัคซีน – สำหรับผู้รับการฉีดวัคซีน
ยาวัคซีน โควิด -19 ของ โมเดอร์น่า**

ยาวัคซีนนี้ได้รับอนุญาตภายใต้ เส้นทางพิเศษการเข้าถึงโรคระบาด (PSAR)
โดยหน่วยงานวิทยาศาสตร์สุขภาพ (HSA)
เพื่อใช้ในสิงคโปร์ภายใต้การดูแลของกระทรวงสาธารณสุข

จงอ่านข้อมูลนี้ด้วยความละเอียด สามารถปรึกษากับแพทย์หรือคลินิกได้หากคุณมีคำถาม

1. โควิด -19 คืออะไร

โควิด-19 เป็นโรคระบบทางเดินหายใจที่สามารถส่งผลกระทบต่อส่วนอื่น ๆ ของร่างกาย และมี
ขนาดอาการป่วยจากเล็กน้อยไปจนถึงขั้นรุนแรง การแพร่กระจายส่วนใหญ่เกิดจากละออง ที่มีเชื้อ หรือการสัมผัสพื้นผิวที่ปนเปื้อน
หรือในบางกรณีโดยทางอากาศ

อาการจะแสดงออก 2 ถึง 14 วัน หลังจากวันที่ได้รับเชื้อ อาการคือ มีไข้ ไอ หายใจถี่ เจ็บคอ น้ำมูกไหล หรือสูญเสียการได้กลิ่นหรือรส
ภาวะแทรกซ้อน ได้แก่ การหายใจล้มเหลว หัวใจวาย ลิ่มเลือด และปัญหาอื่นๆ ในระยะยาว

2. ยาวัคซีนโควิด -19ของโมเดอร์น่าคืออะไร

วัคซีน Moderna โควิด- 19 ช่วยป้องกัน โควิด- 19 ยาวัคซีนนี้ประกอบด้วยตัว messenger RNA (mRNA)
ซึ่งช่วยให้ระบบภูมิคุ้มกันผลิตภูมิคุ้มกัน ช่วยลดความเสี่ยงในการติดเชื้อและโรคร้ายแรงที่เกิดจากโควิด-19
และสามารถป้องกันสายพันธุ์ต่างๆของไวรัสนี้ได้เป็นอย่างดี

จะต้องฉีดวัคซีน 2 ครั้ง ห่างกัน 28 วัน แต่เข็มที่สองยังคงใช้ได้แม้ได้รับหลังจากนั้น

มีการแนะนำให้ฉีดวัคซีนเพิ่มเติมกับบุคคลดังต่อไปนี้

ก. ผู้ที่มีระบบภูมิคุ้มกันอ่อนแออย่างมากควรได้รับวัคซีนครั้งที่ 3 ให้เว้นระยะเวลา 2 เดือนจากเข็มที่ 2
เพื่อให้การฉีดวัคซีนเสร็จสิ้นอย่างสมบูรณ์ซึ่งให้ความป้องกันที่ดีที่สุด

ข. ผู้ที่มีอายุ 30 ปีขึ้นไปควรได้รับวัคซีน PSAR mRNA เสริม (บูสเตอร์) ตั้งแต่หกเดือนหลังจากเสร็จสิ้นการฉีดวัคซีนก่อนหน้านี้

ค. บุคลากรทางการแพทย์และเจ้าหน้าที่แนวหน้าที่มีอายุ 18 ปีขึ้นไป พนักงานและบุคคลในสถานประกอบการที่มีอายุ 18 ปีขึ้นไป
ควรได้รับยาวัคซีนเสริม (บูสเตอร์) ตามข้อ ข.

วัคซีนมีความปลอดภัย แต่เหมือนกันกับวัคซีนและยาอื่นๆ ผลข้างเคียงอาจเกิดขึ้นได้ อาการเหล่านี้มักจะไม่มีรุนแรง และจะหายดีภายใน 1
ถึง 3 วัน

หัวข้อที่ 6 อธิบายถึงผลข้างเคียงของวัคซีน และในหัวข้อที่ 7 ให้คำแนะนำหลังการฉีดวัคซีน

3. ใครควรได้รับวัคซีนนี้ และใครไม่ควรได้รับวัคซีนนี้

⁴ ซึ่งรวมถึงผู้ป่วยที่ปลูกถ่าย ผู้ป่วยมะเร็งในการรักษาเชิงรุก มะเร็งโลหิต บุคคลในการรักษาที่กดภูมิคุ้มกัน โรคไตระยะสุดท้าย
และโรคเอดส์ขั้นรุนแรงหรือที่ไม่ได้รับการรักษา

คุณควรได้รับวัคซีนนี้เพื่อป้องกันต่อ โควิด-19 คุณต้องมีอายุ 18 ปีขึ้นไป

คุณ**ไม่ควร**รับวัคซีนนี้หากคุณมีปฏิกิริยาการแพ้ที่มีความเสี่ยงสูงตอนฉีดก่อนหน้านี้ (รวมถึงการแพ้ชนิดรุนแรงเฉียบพลัน) หากได้เกิดขึ้นภายใน 4 ชั่วโมงหลังการฉีดวัคซีน หรือมีอาการแพ้ต่อส่วนผสมใดๆ ในวัคซีนนี้ เช่น โพลีเอทิลีนไกลคอล (PEG) (ดูหัวข้อที่ 5) ถึงแม้ว่าคุณมีอาการแพ้หรือภูมิแพ้กับวัคซีนอื่นๆ คุณก็ยัง**รับวัคซีนนี้ได้**โดยไม่จำเป็นหาหรือกับแพทย์ชำนาญโรคภูมิแพ้

เพื่อประเมินความเหมาะสม ในการรับวัคซีนนี้
แจ้งกับแพทย์หรือพยาบาลก่อนที่จะรับวัคซีนนี้หากคุณ

- มีไข้ในช่วง 24 ชั่วโมงที่ผ่านมา
- กำลังอยู่ในการรักษาเมเร็ง การปลูกถ่ายอวัยวะ/สเต็มเซลล์ หรือมีภูมิคุ้มกันบกพร่อง
- มีเกล็ดเลือดต่ำ เลือดออกผิดปกติ หรือรับประทานยาทำให้เลือดบางลง
- เคยติดเชื้อ โควิด - 19 มาก่อนหรือได้รับวัคซีน โควิด - 19 ที่ต่างกัน

คนส่วนใหญ่ที่มีภาวะหรือสถานการณ์อย่างข้างบนก็สามารถรับวัคซีนได้ แต่ว่าแพทย์หรือพยาบาลอาจให้คำแนะนำเพิ่มเติม

4. วิธีการฉีดวัคซีน โควิด -19 ของ โมเดอร์น่า เป็นอย่างไร

จะฉีดวัคซีนนี้เข้ากล้ามเนื้อต้นแขน

5. ส่วนผสมในยาวัคซีนโควิด -19 ของ โมเดอร์น่า มีอะไรบ้าง

ยาวัคซีน โควิด -19 ของ โมเดอร์น่า ประกอบด้วยส่วนผสมต่อไปนี้คือ messenger ribonucleic acid (mRNA), lipids (SM-102, polyethylene glycol [PEG] 2000 dimyristoyl glycerol [DMG], cholesterol และ 1,2-distearoyl-sn-glycero-3 -phosphocholine [DSPC]), tromethamine, tromethamine hydrochloride, กรดอะซิติก, โซเดียมอะซิเตทและซูโครส ภาษานี้เฉพาะทางการแพทย์

6. ผลข้างเคียงที่เป็นไปได้มีอะไรบ้าง ฉันจะจัดการกับผลข้างเคียงได้อย่างไร

เหมือนกันกับวัคซีนหรือยาชนิดอื่นผลข้างเคียงอาจเกิดขึ้นได้

แต่ผลข้างเคียงส่วนใหญ่จะมีอาการอ่อนหรือปานกลาง มักจะดีขึ้นภายในสองสามวัน

ตารางเบื้องล่างแสดงผลข้างเคียงทั่วไป ซึ่งได้รับรายงานจากผู้ที่ได้รับวัคซีนนี้และวิธีการจัดการ

ผลข้างเคียง	วิธีจัดการ
รู้สึกปวดมีรอยแดงและบวมบริเวณที่ฉีด	ผู้ที่มิใช่ควรกักตัวเองที่บ้านจนกว่าไข้จะบรรเทาลง
เป็นไข้หนาวสั่น	
ปวดศีรษะ ปวดกล้ามเนื้อ ปวดข้อ	รับยาพาราเซตามอล 1 ถึง 2 เม็ด ทุกๆ 6 ชั่วโมง
ความเหน็ดเหนื่อย	พักผ่อนให้พอ
ต่อมน้ำเหลืองบวมที่คอหรือแขน	โดยปกติจะดีขึ้นเองภายในหนึ่งสัปดาห์

- ไปหาหมอหากอาการผลข้างเคียงยังคงมีอยู่หรือแยลง
- จงไปพบแพทย์เพื่อทำการตรวจ โควิด หากคุณมีอาการไอ เจ็บคอ หรือน้ำมูกไหล ก็เนื่องจากว่าคุณยังไม่ได้รับการป้องกันอย่างสมบูรณ์จนกว่าจะได้รับเข็มครั้งที่สองอย่างน้อยหลัง 2 สัปดาห์

- น้อยมากที่วัคซีนนี้อาจทำให้เกิดอาการแพ้อย่างรุนแรงหรือภาวะภูมิแพ้ได้
ลักษณะอาการแพ้ที่รุนแรงได้แก่ หายใจลำบาก บวมที่ใบหน้าลำคอตาหรือริมฝีปาก
หัวใจเต้นเร็ว เวียนศีรษะและอ่อนแรง มีผื่นขึ้น
หากคุณประสบอาการแพ้อย่างรุนแรงให้ไปหาหมอทันที โทร 995 หรือไปที่ ห้องฉุกเฉิน (A&E) ที่อยู่ใกล้ที่สุดทันที
- วัคซีนนี้มีโอกาสเกิดการอักเสบของหัวใจได้น้อยมาก (myocarditis) รวมอาการต่างๆ เช่น อาการเจ็บหน้าอก หายใจลำบาก
หรือหัวใจเต้นผิดปกติ หากคุณประสบกับอาการเหล่านี้ให้ไปพบแพทย์ทันที
หากคุณพบผลข้างเคียงหลังการฉีดวัคซีนซึ่งไม่ได้ระบุไว้ข้างต้น โปรดปรึกษาแพทย์ของคุณ

7. หลังการฉีดวัคซีนยังมีคำแนะนำอื่น ๆ ไหม

คำแนะนำนี้มีไว้สำหรับผู้รับวัคซีนตามกลุ่มต่าง ๆ เช่น

- หากคุณใช้ยาลดความเข้มข้นของเลือดให้ครบบริเวณที่ฉีดให้แน่นเป็นเวลา 5 นาที
- หากคุณอยู่ระหว่างการรักษามะเร็ง การปลูกถ่ายอวัยวะ/สเต็มเซลล์หรือกำลังรับการบำบัดด้วยภูมิคุ้มกันเชิงรุก
โปรดปรึกษาผู้เชี่ยวชาญของคุณเพื่อหาว่าคุณจะรับวัคซีนนี้ได้หรือไม่
- สตรีมีครรภ์และผู้วางแผนจะตั้งครรภ์ควรรอการฉีดวัคซีน
การฉีดวัคซีนมีประโยชน์อย่างยิ่งกับสตรีมีครรภ์และสตรีที่วางแผนจะตั้งครรภ์
ไม่มีหลักฐานว่าการฉีดวัคซีนเป็นอันตรายต่อการตั้งครรภ์

ก่อนฉีดวัคซีน

- ทานยาประจำของคุณ และอย่าหยุดเนื่องจากต้องได้รับการฉีดวัคซีน
- หลีกเลี่ยงการงดน้ำ งดอาหารเพื่อลดความเสี่ยงต่อการเป็นลมหลังฉีดวัคซีน
- หากมีไข้หรือป่วยหนักคุณควรเลื่อนนัดการฉีดวัคซีน

หลังฉีดวัคซีน

- หลีกเลี่ยงการดื่มแอลกอฮอล์เป็นเวลา 12-24 ชั่วโมงหลังจากได้รับวัคซีน
- หลีกเลี่ยงพวดยาต้านการอักเสบที่ไม่ใช่สเตียรอยด์ (NSAIDs)
ที่บรรเทาอาการปวดหรือมีไข้หลังการฉีดวัคซีน (NSAIDs รวมถึงยาเช่น ibuprofen, naproxen และ diclofenac) เป็นต้น
- หลีกเลี่ยงจากกิจกรรมที่ต้องใช้แรงมากหรือการออกกำลังกายหนักเป็นเวลาสองสัปดาห์หลังการรับยาวัคซีนแต่ละครั้ง

8. ฉันจะรายงานผลข้างเคียงได้อย่างไร

หากคุณประสบผลข้างเคียงที่รุนแรงหรือผิดปกติ
ให้ไปพบแพทย์ซึ่งจะให้คำแนะนำและรายงานผลข้างเคียงกับ HSA ได้
คุณสามารถรายงานผลข้างเคียงได้โดยตรงกับ HSA
ในแบบฟอร์มโดยสแกนรหัส คิวอาร์ นี้



9. เส้นทาง นำเข้าพิเศษของโรคระบาด (PSAR) คืออะไร

PSAR เป็นกระบวนการอนุญาตโดย HSA

เพื่ออำนวยความสะดวกในการเข้าถึงวัคซีนและยาอย่างรวดเร็วในช่วงที่มีการระบาดเช่น โควิด-19

เนื้อหาของเอกสารข้อมูลนี้ได้รับการปรับปรุงเมื่อวันที่ 29/10/21 จะได้ข้อมูลล่าสุดของวัคซีน COVID-19 โปรดดูที่เว็บไซต์ HSA ที่ <https://www.hsa.gov.sg/covid-19-information-and-advisories>