ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕਾ ਖਾਲਸਾ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕਿ ਫਤਿਹ।

ਹਾਲ ਹੀ ਵਿਚ, CDC ਨੇ ਕੁਝ ਨਾਵਵਿਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਜਾਰੀ ਕਿੱਤਿਆਂ ਹਨ ਜੋ ਕਿ FDA ਵਲੋਂ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਕੀਤੇ ਗਏ Moderna ਅਤੇ Johnson & Johnson ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੇ ਬੂਸਟਰ ਸ਼ਾਟ ਜਾਂ ਟੀਕੇ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ Pfizer BioNtech ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਬੂਸਟਰ ਸ਼ਾਟ ਨੂੰ ਵੀ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਕਿੱਤਾ ਜਾ ਚੁਕਿਆ ਹੈ।

ਬੂਸਟਰ ਸ਼ਾਟ ਜਾਂ ਬੂਸਟਰ ਟੀਕਾ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

- ਬੂਸਟਰ ਸ਼ਾਟ ਕਿਸੇ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਹੋਰ ਵਧੇਰੀ ਖੁਰਾਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਪਹਿਲੀਆਂ ਖੁਰਾਕਾਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਕ ਨੀਯਤ ਸਮੇਂ ਤੇ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਸ਼ਰੀਰ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਖਾਸ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਖਿਲਾਫ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ (ਜਾਂ 'ਬੂਸਟ') ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।
- COVID-19 ਦੀ ਵੈਕਸੀਨ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਹੋਰ ਵੀ ਕਈਂ ਦੁੱਜੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਹਨ ਜਿਹਨਾਂ ਵਿਚ ਬੂਸਟਰ ਸ਼ਾਟ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ, ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ - ਸਭ ਬਾਲਗਾਂ ਨੂੰ ਟੈਟਨਸ ਦੀ ਵੈਕਸੀਨ ਦਾ ਹਰ 10 ਸਾਲ ਬਾਅਦ ਬੂਸਟਰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।
- FDA ਅਤੇ CDC ਦੇ ਮੁਤਾਬਿਕ, COVID-19 ਵੈਕਸੀਨ ਦਾ ਬੂਸਟਰ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਤਕੜਾ ਕਰ ਦਵੇਗਾ ਜੋ ਕਿ ਪਹਿਲਾਂ ਲੱਗੀ ਵੈਕਸੀਨ ਤੋਂ ਸਮਾਂ ਬੀਤਣ ਨਾਲ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਬੂਸਟਰ ਸ਼ਾਟ ਜਾਂ ਟੀਕਾ ਕਿਸਨੂੰ ਲੱਗਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ? CDC ਵਲੋਂ ਜਾਰੀ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਨਵੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੇ ਮੁਤਾਬਿਕ, **ਸਭ ਲੋਕ ਜੋ ਕਿ 18 ਸਾਲ ਜਾਂ ਉਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਹਨ** ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬੂਸਟਰ ਸ਼ਾਟ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ **12-17 ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ Pfizer-BioNTech ਦਾ ਬੂਸਟਰ ਸ਼ਾਟ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।**

- ਜਿਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦੋ ਖੁਰਾਕ ਵਾਲਿਆਂ COVID-19 ਦੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ (Pfizer-BioNTech or Moderna) ਵਿਚੋਂ ਕੋਈ ਇਕ ਲੱਗੀ ਹੈ, ਉਹ ਬੂਸਟਰ ਸ਼ਾਟ ਲਵਾਉਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹਨ ਜੇ ਕਰ:
    - ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਉਮਰ 65 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੈ;
    - ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਉਮਰ 18 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਲੌਂਗ ਟਰਮ ਕੇਅਰ ਸੁਵਿਧਾ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ:
    - ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਉਮਰ 18 ਤੋਂ 65 ਸਾਲ ਦੇ ਵਿਚ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਕਿਸੇ ਕਿਸਮ ਦੀ ਅੰਡਰਲਾਈਂਗ ਮੈਡੀਕਲ ਕੰਡੀਸ਼ਨ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਹਨ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੈਂਸਰ; ਕਈ ਕਿਸਮ ਦੇ ਕ੍ਰੋਨਿਕ ਕਿਡਨੀ, ਲੀਵਰ, ਜਾਂ ਲੰਗਸ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ; ਜਾਂ ਫਿਰ diabetes); ਜਾਂ
    - ਜਿਹਨਾਂ ਦੀ ਉਮਰ 18 ਤੋਂ 65 ਸਾਲ ਦੇ ਵਿਚ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਵਧੇਰੇ ਖ਼ਤਰੇ ਵਾਲੀ ਸੈਟਿੰਗ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦੇ ਜਾਂ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਫਰਸਟ ਰਿਸਪੋਂਡਰ, ਸਿਖਿਆ ਸਟਾਫ, ਜਾਂ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਦੇ ਕਰਮਚਾਰੀ।

- ਅੰਡਰਲਾਈਂਗ ਮੈਡੀਕਲ ਕੰਡੀਸ਼ਨਾਂ ਅਤੇ ਵਧੇਰੇ ਰਿਸਕ ਵਾਲਿਆਂ ਸੈਟਿੰਗ ਦੀ ਪੂਰੀ ਲਿਸਟ CDC ਦੀ ਵੈਬਸਾਈਟ ਤੇ ਉਪਲੱਬਧ ਹੈ.
- ਜਿਹੜੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ Johnson & Johnson ਦੀ ਵੈਕਸੀਨ ਲੱਗੀ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਬੂਸਟਰ ਸ਼ਾਟ ਜ਼ਰੂਰ ਲਵਾਉਣ।

ਮੈਨੂੰ ਬੂਸਟਰ ਸ਼ਾਟ/ਟੀਕਾ ਕਦੋਂ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ? FDA ਅਤੇ CDC ਦੇ ਮੁਤਾਬਿਕ:

- ਜੇ ਤੁਸੀਂ 18 ਸਾਲ ਤੋਂ ਜਾਂ ਉਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ **Pfizer-BioNTech** ਦੀ ਦੋਵੇਂ ਖੁਰਾਕਾਂ ਲੱਗੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਦੂਜੀ ਖੁਰਾਕ ਤੋਂ 5 ਮਹੀਨੇ ਬਾਅਦ ਬੂਸਟਰ ਸ਼ਾਟ ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ 12-17 ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ **Pfizer-BioNTech** ਦੀ ਦੋਵੇਂ ਖੁਰਾਕਾਂ ਲੱਗੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਦੂਜੀ ਖੁਰਾਕ ਤੋਂ 5 ਮਹੀਨੇ ਬਾਅਦ **Pfizer-BioNTech** ਦਾ ਬੂਸਟਰ ਸ਼ਾਟ ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ 18 ਸਾਲ ਤੋਂ ਜਾਂ ਉਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ **Moderna** ਦੀ ਦੋਵੇਂ ਖੁਰਾਕਾਂ ਲੱਗੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਦੂਜੀ ਖੁਰਾਕ ਤੋਂ 6 ਮਹੀਨੇ ਬਾਅਦ ਬੂਸਟਰ ਸ਼ਾਟ ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ 18 ਸਾਲ ਤੋਂ ਜਾਂ ਉਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ **Johnson & Johnson** ਦੀ ਪੂਰੀ ਖੁਰਾਕ ਲੱਗੀ ਹੋਈ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ 2 ਮਹੀਨੇ ਬਾਅਦ ਬੂਸਟਰ ਸ਼ਾਟ ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਮੈਨੂੰ ਕਿਹੜਾ ਬੂਸਟਰ ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

CDC ਨੇ ਕਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਟੀਕਿਆਂ ਨੂੰ ਹੁਣ 'ਮਿਕਸ ਐਂਡ ਮੈਚ' ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਹਿਲੀਆਂ ਦੋ ਖੁਰਾਕਾਂ Pfizer-BioNTech ਦੀ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀਆਂ ਲੱਗੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਹੁਣ ਤੁਸੀਂ Moderna ਦਾ ਬੂਸਟਰ ਲਗਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਫਿਰ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ Johnson & Johnson ਦੀ ਵੈਕਸੀਨ ਲੱਗੀ ਹੈ ਤਾਂ ਹੁਣ ਤੁਸੀਂ ਜੇ ਚਾਹੋ ਤਾਂ Pfizer-BioNTech ਦਾ ਬੂਸਟਰ ਲਗਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿਚ, ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਬੂਸਟਰ ਉਹ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਮਿਲ ਜਾਵੇ।

ਬੂਸਟਰ ਸ਼ਾਟ ਲਗਵਾਉਣ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਕਾਉਂਟੀ ਦੀ ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨ ਸਾਈਟ ਔਨਲਾਈਨ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਫਿਰ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲੋਂ ਲਗਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਫਿਰ ਸਾਰੇ ਦੇਸ਼ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਫਾਰਮੈਸੀ ਤੋਂ ਲਗਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕਾ ਖਾਲਸਾ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕਿ ਫਤਿਹ।