

د COVID-19 بوسټر درمل اندازې – زه کوم واکسين بايد ترلاسه کړم؟

د 21 اکتوبر 2021 پورې، **CDC** په متحده ايالاتو کې د COVID-19 بوسټر شاتونو لپاره وړتيا پراخه کړې. په متحده ايالاتو کې اوس د ټولو دريو موجود COVID-19 واکسينونو لپاره بوسټر وړانديزونه شتون لري.

د هغو کسانو لپاره چې د **Pfizer-BioNTech COVID-19** يا **Moderna COVID-19** واکسين ترلاسه کړی لاندې ډلې د دوی د ابتدايي لړۍ وروسته په 6 مياشتو يا ډير وخت کې د بوسټر شات لپاره وړ دي: 65 کالو او زاره؛ عمر 18+ څوک چې ژوند کوي **د اوږدې مودې پاملرنې ترتيبات**؛ عمر 18+ څوک چې لري **اساسي طبي شرايط**؛ او عمر 18+ څوک چې کار کوي يا ژوند کوي په **د لوړ خطر ترتيبات**.

د هغو کسانو لپاره چې د **Johnson & Johnson COVID-19** واکسين ترلاسه کړی، بوسټر شاتونه د هغو کسانو لپاره وړانديز کېږي چې عمر يې 18 يا ډير وي او څوک چې دوه يا ډيرې مياشتې دمخه واکسين شوي وي.

دا د روغتيا پاملرنې چمتو کونکي پورې اړه لري او ناروغ دا معلومه کړي چې کوم COVID-19 واکسين براند د بوسټر دوز لپاره غوره انتخاب دی. د CDC د بوسټر خوراکنو لپاره د "مخلوط او مسابقي" چلند ته اجازه ورکوي. پريکړه کول چې کوم بوسټر ستاسو لپاره سم دی ننگونه کېږي شي. د واکسين کولو گټو او خطرونو سره دا مهمه ده چې ناروغان د COVID-19 څخه د جدي ناروغۍ خطرونه وزن کړي. لاندې ځينې معلومات دي چې بايد په پام کې ونیول شي کله چې پريکړه وکړئ کوم بوسټر ترلاسه کړئ.

د COVID-19 بوسټر درمل اندازې او د COVID-19 ناروغۍ خطرونه څه دي؟

د COVID-19 بوسټر درمل اندازې په گټو کې ممکن د SARS-CoV-2 سرایت کم خطر (هغه ويروس چې د COVID-19 لامل کېږي) او د شديد COVID-19 لپاره کم خطر شامل وي. د بوسټر درمل اندازې ترلاسه کول ممکن د ناروغۍ مخه ونيسي (د COVID وروسته/اوردمهاله نښو په شمول) او ممکن نورو خلکو ته د ويروس ليرد کم کړي. افراد بايد د SARS-CoV-2 سرایت او د SARS-CoV-2 سرایت احتمالي اغيزو لپاره لاندې خطر فکتورونه په پام کې ونيسي:

- **SARS-CoV-2 سره د اخته کېدو خطر.** هغه فکتورونه چې تمه کېږي د SARS-CoV-2 سره د اخته کېدو خطر باندې اغيزه وکړي په کې کار يا استوگنې شامل دي **ځينې ترتيبات**؛ **د ټولني ليرد کچه**؛ **په دوی کې د COVID-19 واکسين کولو نر خونېټولنه**؛ د يو فرد د کور څخه بهر د احتمالي غير واکسين شوي خلکو سره د مکرر تعامل؛ او اطاعت **د مخنيوي تدابير وړانديز شوي**.
- **SARS-CoV-2 انفيکشن د سرایت خطر.** د SARS-CoV-2 سرایت د پراختيا لپاره د يو شخص خطر ممکن د دي پر بنسټ توپير ولري **د لومړني COVID-19 واکسين لړۍ بشپړولو وخت** او د مخکينۍ SARS-CoV-2 سرایت څخه وخت د معافيت د کميدو له امله. د سپرولوژيکي ازموينې يا د سيلولر معافيت ازموينې د انفرادي خطر - گټې ارزونې برخې په توگه وړانديز نه کېږي.
- **د اصلي شرايطو پورې اړوند د شديد سرایت خطر.** د يو شخص د شديد COVID-19 د پراختيا خطر ممکن د ډول، شميرې او د خانگرو طبي شرايطو د کنټرول کچه او همدارنگه نور لاهم تعريف شوي متغيرات له مخې توپير ولري. **حامله خلک** ممکن د COVID-19 واکسين بوسټر ترلاسه کړي. په جلا توگه، هم وگورئ **په معتدل او شديد ډول معافيت لرونکي خلکو کې د COVID-19 واکسين لپاره غورونه**.
- **SARS-CoV-2 سرایت احتمالي اغيزه.** د SARS-CoV-2 سرایت چې شديد نه وي ممکن لاهم د ناروغۍ لامل شي (د مثال په توگه د COVID-19 وروسته/اوردمهاله نښې). د يو شخص انفرادي شرايط هم بايد په پام کې ونیول شي؛ پدې کې کيدای شي د يو شخص سره ژوند کول / پالنه کول شامل وي چې په طبي لحاظ کمزوری يا معافيت کم دی يا يو ماشوم چې د COVID-19 واکسين لپاره وړ نه وي يا د کار کولو توان نلري يا نور شخصي مکلفيتونه پوره کړي کله چې اخته وي، حتی که د COVID-19 سره سخت ناروغ نه وي.

ايا د COVID-19 بوسټرونو لپاره د مخلوط برانډونو سره د خونديتوب انديبنې شتون لري؟

د مخلوط او ميچ کولو محصولاتو سره هيڅ ډول خونديتوب انديبنې ندي پيژندل شوي. هر ډول اړخيزې اغيزې چې د بوسټر مطالعاتو په جريان کې راپور شوي د ورته اړخيزو اغيزو پورې محدود بنکاري چې د هومولوگس (ورته براند) لړۍ ترلاسه کولو وروسته ليدل کېږي. تر ټولو عام اړخيزې اغيزې د ستړيا، سر درد، زکام، او د عضلاتو درد شامل دي.

د COVID-19 بوسټر څنگه پرتله کوي؟

ډاټا وړانديز کوي چې د COVID-19 واکسين برانټونو ترکیب د ویروس پر وړاندې معافیت غبرگون ته وده ورکوي چې د COVID-19 لامل کیږي. لاندې د دې مطالعې لندیز دی.

جانسن او جانسن (J+J)			Moderna			Pfizer			لومړنی واکسين تطبیق شوی
1			2			2			د خوراکنونو لومړنی شمیر
J+J	Pfizer	Moderna*	J+J	Moderna*	Pfizer	J+J	Pfizer	Moderna*	بوسټر برانډ
4.6x	32.8x	56.1x	4.7x	7.9x	9.7x	6.2x	14.9x	17.3x	د انتي باډي په بې طرفه کولو کې څو چنده زیاتوالی
دریم	دویم	لومړی	دریم	دویم	لومړی	دریم	دویم	لومړی	رتبه
پداسې حال کې چې Moderna د انتي باډي غوره غبرگون تولیدوي، د mRNA واکسين هر درمل اندازې تر لاسه کول د یو شخص د معافیت غبرگون په وده کې اغیزمن دي.			پداسې حال کې چې Pfizer د انتي باډي غوره غبرگون تولیدوي، د mRNA واکسين هر دوز تر لاسه کول د یو شخص د معافیت غبرگون په وده کې اغیزمن دي.			پداسې حال کې چې Moderna د انتي باډي غوره غبرگون تولیدوي، د mRNA واکسين هر درمل اندازې تر لاسه کول د یو شخص د معافیت غبرگون په وده کې اغیزمن دي.			پایله

* پدې څیړنه کې د Moderna COVID-19 واکسين بشپړ درمل اندازې د بوسټر درمل اندازې په توګه کارول شوی و. د Moderna COVID-19 واکسين نیم درمل اندازه په متحده ایالاتو کې د بوسټر دوز لپاره اختیار شوی.

ایا د mRNA (Pfizer یا Moderna) واکسين د بوسټر درمل اندازه غوره کولو لپاره کوم خونديتوب اندیښنې شتون لري؟

د خونديتوب جدي اندیښنه چې ډیری وختونه د mRNA واکسينونو (Pfizer او Moderna) سره لیدل کیږي د زړه د عضلاتو التهاب (د زړه شاوخوا عضلاتو التهاب). د اوسني ډاټا پر بنسټ د لومړني واکسين لړۍ څخه، د mRNA واکسين تر لاسه کولو وروسته د زړه د عضلاتو التهاب تر ټولو لوی خطر د 12-30 کلونو عمر لرونکو نارینه وو کې لیدل کیږي. د 18-24 کلنۍ عمر لرونکو نارینه وو کې د mRNA واکسين تر لاسه کولو وروسته د زړه د عضلاتو التهاب کچه په هر یو ملیون درمل اندازو کې 39 قضیې دي. **زما د زړه ناروغی** د COVID-19 ناروغۍ سره هم تړاو لري. سربیره پردې، **ډاټا** وړانديز کوي چې د زړه د عضلاتو التهاب د COVID-19 ناروغۍ وروسته د COVID-19 واکسين تر لاسه کولو په پرتله په لوړه کچه پیښیږي. د COVID-19 واکسين وروسته د زړه د عضلاتو التهاب سره د مړینې هیڅ راپور نه دی ورکړل شوی. **ډیری قضیې** د زړه د عضلاتو التهاب نرم دی او ناروغان معمولاً په 6 میاشتو کې په بشپړ ډول روغ کیږي.

یو نارینه چې یو ځوان بالغ وي باید خپل انفرادي خطرونه په پام کې ونیسي او کټي کله چې پریکړه وکړي کوم بوسټر غوره کړي. که چېرې یو فرد د واکسين کولو وروسته د زړه د عضلاتو التهاب خطر څخه ډیر د جدي COVID-19 ناروغۍ د تر لاسه کولو خطر په اړه اندیښمن وي، بیا دوی ممکن د mRNA بوسټر درمل اندازه تر لاسه کولو په اړه فکر وکړي. که چېرې دا فرد د زړه د عضلاتو التهاب د خطر په اړه ډیر اندیښمن وي، نو دوی ممکن د جانسن او جانسن د COVID-19 واکسين د بوسټر درمل اندازه غوره کړي.

ایا د جانسن او جانسن واکسين د بوسټر دوز غوره کولو لپاره کوم خونديتوب اندیښنې شتون لري؟

د تهرامبایسوتینا سندروم (TTS) سره د نایابه وینې د ټومبلو 47 پیښې ثبت شوي دي **د واکسين ناوړه پیښو راپور ورکولو سیستم (VAERS)** په متحده ایالاتو کې د جانسن او جانسن COVID-19 واکسين 15.3 ملیون درمل اندازو څخه وروسته اداره کیږي. دا پیښه په مکرر ډول د 18-49 کلونو په میرمنو کې پیښیږي. د ماشوم زیږون عمر میرمنې باید د Pfizer mRNA یا Moderna) واکسين د بوسټر درمل اندازه تر لاسه کولو په اړه فکر وکړي چې د دوی د TTS خطر ډیریري.

Guillain-barré syndrome (GBS)، د اتومیمون یو نادر اختلال، ممکن د جانسن او جانسن COVID-19 واکسين سره تړاو ولري. د جولای تر 24 پورې، **130 د GBS قضیې** لاندې واکسينونه پیښ شوي، ډیری وختونه په نارینه وو کې چې عمر یې 50 کاله یا ډیر عمر لري. زاره نارینه ممکن د دوی د بوسټر درمل اندازې لپاره د mRNA واکسين په پام کې ونیسي.

زه د دي غوره كولو په اړه نور لارښود ته اړتيا لرم چې كوم COVID-19 بوستېر درمل اندازه ترلاسه كړم. زه بايد له چا سره خبرې وكړم؟

د ځانگړو طبي پوښتنو لپاره، د شمالي ډكوتا د روغتيا څانگه د خپل باوري طبي چمتو كوونكي سره د انفرادي خبرو وړاندېز كوي. دا چمتو كوونكي به وكوالی شي د انفرادي طبي پريكړو په اړه بصيرت وړاندې كړي.