



[Vaccine Site Name Here]

# Pagkatapos ng iyong COVID-19 na bakuna

**Dosis #1**

Natanggap noong:

\_\_\_\_\_

**Dosis #2 ?**

Bumalik sa::

\_\_\_\_\_

## Ano ang aasahan



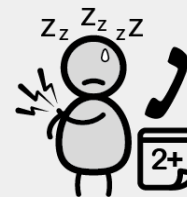
Karamihan sa mga tao ay nakakaramdam ng **masamang pakiramdam, pagod at sakit** pagkatapos ng **6 hanggang 12 oras**



Dapat **bumuti ang iyong pakiramdam** sa loob ng **2 araw**



Inaabot ng mga **14 na araw** para **makagawa** ang katawan mo ng **sistema ng depensa** nito



Kung **sumama** ang pakiramdam mo pagkatapos ng **2 araw tumawag sa \_\_\_\_\_ Para sa malalang mga sintomas (halimbawa kahirapan sa paghinga) tumawag sa 9-1-1**

## Ano ang maaari mong gawin upang bumuti ang pakiramdam



Igalaw ang iyong braso upang mabawasan ang paninigas at gumamit ng ice pack



Uminom ng gamot na pampaginhawa sa sakit (**Acetaminophen** o **Ibuprofen**)



Uminom ng mga likido



Magpahinga kung makakaya mo

## Ano ang maaari mong sabihin upang bigyang-katiyakan ang mga iba

“Ang pagkakaroon ng ibang mga bakuna ay tinutulungan akong gumawa ng pagpiling ito”

“Ang mga bakuna ay halos tinanggal ang polio at bulutong”

“Ito ay isang bagay na magagawa ko para sa aking sarili at mga mahal sa buhay”

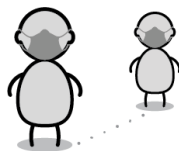


**Mga Tanong?**

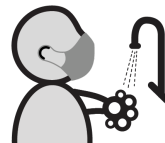
## Manatiling ligtas sa publiko



Magsuot ng isang **maskara** na **tama ang sukat**



Panatilihin ang **iyong distansiya** mula sa mga iba



Hugasan o disimpektahin ang iyong mga kamay nang madalas

**Pinakamabuting magsuot ng isang maskara at manatiling nakadistansiya hanggang sa ang karamihan sa mga tao ay nabakunahan**